

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Pengetahuan**

##### **1. Pengertian Pengetahuan**

Pengetahuan adalah hasil-hasil dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu yang mana penginderaan ini terjadi melalui panca indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba yang sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2003).

Terdapat pengertian lain yang menyatakan bahwa, pengetahuan adalah berbagai gejala yang ditemui dan diperoleh manusia melalui pengamatan panca indera. Pengetahuan muncul ketika seseorang menggunakan indera atau akal budinya untuk mengenali benda atau kejadian tertentu yang belum pernah dilihat atau disarakan sebelumnya (Meliono, 2007).

Pengetahuan merupakan hasil dari mengingat suatu hal, termasuk mengingat kembali kejadian yang pernah dialami, baik secara sengaja maupun tidak sengaja dan terjadi setelah orang melakukan kontak atau pengamatan suatu obyek tertentu (Mubarak dkk, 2007).

##### **2. Cara Memperoleh Pengetahuan**

Pengetahuan dapat diperoleh melalui beberapa faktor yang dapat digolongkan menjadi dua bagian yaitu cara tradisional dan cara modern (Notoatmodjo, 2002).

a. Cara tradisional

Cara kuno atau tradisional ini dipakai orang untuk memperoleh kebenaran pengetahuan sebelum ditemukannya metode ilmiah, cara tersebut antara lain:

1) Cara coba salah

Cara coba salah dikenal juga dengan *trial and error*. Cara coba salah ini dengan menggunakan kemungkinan dalam memecahkan masalah, apabila kemungkinan itu tidak berhasil dicoba kemungkinan yang lain, apabila kemungkinan kedua ini gagal dicoba kemungkinan ketiga, dan apabila gagal dicoba kemungkinan keempat dan seterusnya, sampai masalah tersebut terpecahkan. Pemecahan masalah dengan menggunakan kemungkinan ini maka dapat disebut dengan metode *trial (coba) and error (gagal atau salah)* atau metode coba salah atau coba-coba.

2) Cara kekuasaan atau otoritas

Para pemegang otoritas, baik pemimpin pemerintah, tokoh agama, maupun ahli ilmu pengetahuan pada prinsipnya mempunyai mekanisme yang sama didalam penemuan pengetahuan. Prinsip ini adalah orang lain menerima pendapat yang disampaikan oleh orang yang mempunyai otoritas, tanpa menguji atau membuktikan kebenarannya terlebih dahulu baik secara empiris maupun berdasarkan penalaran sendiri. Orang yang menerima pendapat menganggap bahwa apa yang ditemukan orang yang mempunyai otoritas selalu benar.

b. Berdasarkan pengalaman pribadi

Pengalaman pribadi dapat digunakan sebagai upaya memperoleh pengetahuan. Hal ini dilakukan dengan cara mengulang kembali pengalaman yang diperoleh dalam pemecahan permasalahan yang dihadapi pada masa-masa yang lalu.

c. Melalui jalan pikiran

Seiring dengan perkembangan kebudayaan umat manusia, cara berpikir manusia pun ikut berkembang, sehingga telah mampu menggunakan penalarannya dalam memperoleh pengetahuan, baik secara berpikir deduksi ataupun induksi.

d. Cara modern

Cara barumodern dalam memperoleh pengetahuan ini lebih sistematis, logis dan ilmiah. Cara ini disebut metode penelitian. Melalui metode ini selanjutnya menggabungkan cara berpikir deduktif, induktif, dan verifikatif, yang selanjutnya dikenal dengan metode penelitian ilmiah.

### **3. Tingkatan Pengetahuan**

Menurut Notoatmodjo (2003), ada enam tingkat pengetahuan yang dicapai dalam domain kognitif yaitu :

a. Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali terhadap sesuatu yang spesifik dari seluruh yang dipelajari rangsangan yang diterima, oleh sebab itu tahu merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah, dan untuk mengukur bahwa seseorang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain harus dapat menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, menyatakan dan sebagainya.

b. Memahami (*comprehention*)

Memahami diartikan sebagai sesuatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang obyek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar, Orang yang telah paham terhadap obyek atau materi harus

dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan dan sebagainya terhadap obyek yang telah dipelajari.

c. Aplikasi

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi sebenarnya. Aplikasi ini diartikan dapat sebagai aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

d. Analisis (*analysis*)

Analisis adalah kemampuan untuk menjalankan materi atau obyek dalam komponen-komponen tapi masih dalam struktur organisasi tersebut dan masih berkaitan satu sama lain.

e. Sintesa (*Synthesis*)

Sintesa adalah suatu kemampuan untuk meletakkan atau menggabungkan bagian-bagian didalam suatu bentuk keseluruhan yang baru atau dengan kata lain sintesa adalah suatu kemampuan untuk menyusun formasi baru dan informasi-informasi yang ada misalnya dapat menyusun, menggunakan, meringkaskan, menyesuaikan terhadap suatu teori atau rumusan yang telah ada.

f. Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi ini berkaitan kemampuan untuk penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian ini berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria yang telah ada. Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin

diukur dari subyek penelitian atau responden, kedalaman pengetahuan yang ingin diketahui dapat dilihat sesuai dengan tingkatan-tingkatan di atas.

#### **4. Indikator tingkat pengetahuan**

Menurut Syah (2007), kategori tingkat pengetahuan dibedakan menjadi 5 (lima) yaitu:

- a. Sangat baik : nilai 80–100
- b. Baik : nilai 70–79
- c. Cukup : nilai 60–69
- d. Kurang : nilai 50 – 59
- e. Gagal : nilai 0–49

#### **5. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan**

Menurut Notoatmodjo (2010), faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan meliputi:

##### **a. Pendidikan**

Pendidikan adalah wawasan atau pengetahuan seseorang. Secara umum, seseorang yang berpendidikan lebih tinggi akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas dibandingkan dengan seseorang yang tingkat pendidikannya lebih rendah. Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan terhadap perkembangan lain menuju ke arah cita-cita tertentu yang menentukan manusia untuk berbuat dan mengisi kehidupan untuk mencapai keselamatan dan kebahagiaan. Pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Pendidikan dapat

mempengaruhiseseorang termasuk juga perilaku seseorang akan pola hidup terutama dalam memotivasi untuk sikap berperan serta dalam pembangunan.

b. Fasilitas

Fasilitas-fasilitas sebagai sumberinformasiyangdapatmempengaruhi pengetahuan tentang seseorang misalnya radio, televisi majalah, koran dan buku.

c. Usia

Usia berpengaruh terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang, semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin membaik.

d. Lingkungan

Lingkunganadalah segala sesuatu yang ada di sekitar individu, baik lingkungan fisiologis, maupun sosial. Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada dalam lingkungan tersebut. Hal ini terjadi karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak yang akan direspon sebagai pengetahuan oleh setiap individu.

e. Pekerjaan

Pekerjaan mempengaruhi waktu yang dapat mereka luangkan untuk keluarga dan sumber pendapatan yang dapat digunakan untuk kesehatan anak, tetapi teori mengenai hubungan antara orang tua dan kesehatan anak bersifat ambigu. Hal ini dapat menambah sumber daya keuangan sehingga dapat digunakan untuk meningkatkan kesehatan anak. Tetapi di sisi lain, pekerjaan mungkin dapat mengurangi waktu antar tua dengan anak sehingga perhatian terhadap kesehatan mereka menjadi berkurang.

#### f. Pengalaman

Pengalaman merupakan suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan seseorang dengan pengalamannya yang lebih banyak maka pengetahuannya akan lebih luas.

### **6. Faktor yang mempengaruhi belajar**

Menurut Herijulianti, Indriani, dan Artini, (2001), secara umum faktor yang mempengaruhi belajar ada dua, yaitu faktor intern dan ekstern :

#### a. Faktor Intern

Faktor-faktor yang ada dalam diri individu ini meliputi faktor jasmani dan faktor psikologi.

##### 1) Faktor Jasmani

Faktor jasmani ini meliputi faktor kesehatan dan faktor cacat tubuh dari individu tersebut.

##### 2) Faktor psikologi

Faktor ini meliputi intelegensi, perhatian, minat, bakat motif, kematangan dan kesiapan.

#### b. Faktor ekstern

Faktor ekstern faktor dari keluarga, sekolah dan masyarakat.

##### 1) Keluarga

Keluarga sebagai lembaga pendidikan yang utama dimana orang tua sebagai orang yang sangat dekat dengan anak, akan sangat menentukan cara/prestasi belajar anak.

## 2) Sekolah

Sekolah adalah lembaga formal yang di dalamnya terdapat kurikulum, guru, siswa, metode belajar dan fasilitas yang diperlukan dalam melakukan kegiatan belajar.

## 3) Masyarakat

Faktor masyarakat meliputi kegiatan siswa dalam masyarakat, media masa, teman bergaul dan bentuk lain kehidupan. Media masa khususnya radio, surat kabar, dan televisi dapat memberi pengaruh yang positif dan pula memberi pengaruh negatif.

## **B. Cara Memelihara Kesehatan Gigi dan Muiut**

Kebersihanmulut memang peran penting dalam menjaga dan mempertahankan kesehatan gigi. Kebersihan mulut yang jelek dapat menyebabkan kerusakan gigi. Sebenarnya tidak sulit untuk mendapatkan gigi-gigi yang baik dan sehat dengan cara memperhatikan dan merawatnya. Memberikan perawatan dan perhatian yang diberikan kepada kesehatan gigi adalah sesuatu yang wajar karena dari gigi-gigi yang baik dan sehat akan dapat menikmati manfaatnya (Boedihardji, 1985).

### **1. Menyikat gigi**

#### a. Tujuan menyikat gigi

Menyikat gigi merupakan tindakan pencegahan dan perawatan dalam menuju kebersihan dan kesehatan rongga mulut. Cara ini umum dianjurkan untuk



membersihkan seluruh deposit lunak dan plak pada permukaan gigi dan gusi (Be,1987).

b. Waktu menyikat gigi

Idealnya menyikat gigi tida kali sehari yaitu setiap sesudah makan dan malam sebelum tidur, namun dalam prakteknya tidak selalu dapat dilakukan, terutama bila siang dimana seseorang berada di luar rumah. Manson (dalam Be, 1987) menyatakan bahwa menyikat gigi sebaiknya dua kali sehari yaitu pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur.

c. Bahan dan alat menyikat gigi

1) Pasta gigi

Pasta gigi biasanya digunakan bersama-sama dengan sikat gigi untuk membersihkan dan menghaluskan permukaan gigi geligi, serta memberikan rasa nyaman dalam rongga mulut, karena aroma yang terkandung di dalam pasta tersebut nyaman dan menyegarkan. Pasta gigi biasanya mengandung bahan-bahan abrasif, pembersih bahan penambah rasa dan warna, serta pemanis. Selain itu dapat juga ditambahkan bahan pengikat, pelembab, pengawet, fluor, dan air. Bahan abrasif dapat membantu melepaskan plak dan pelikel tanpa menghilangkan lapisan email. Bahan abrasif yang biasanya digunakan adalah kalsium karbonat atau aluminium hidroksida dengan jumlah 20%-40% dari isi pasta gigi (Putri, Herijulianti, dan Nurjannah,2010).

2) Sikat gigi

Sikat gigi dapat dibedakan menurut ukurannya, bentuknya, kekerasan bulu sikatnyaserta bahan yang dipakai. Syarat-syarat sikat gigi yang baik (Be, 1987)

a) Kepala sikat gigi

Kepala sikat gigi kecil agar mudah menjangkau pada bagian gigi yang sulit di bersihkan.

b) Tangkai sikat gigi

Tangkai sikat gigi harus lurus dan mudah digenggam.

c) Bulu sikat gigi

Bulu sikat gigi harus lembut dan datar, karena apabila bulu sikat gigi kasar dapat menyebabkan luka pada gusi.

d) Alat bantu sikat gigi

Menggunakan sikat gigi saja tidak dapat membersihkan dental plak secara sempurna. Penyebabnya yaitu bulu-bulu sikat tidak mencapai permukaan interproksimal. Alat bantu sikat gigi untuk dapat membersihkan plak secara sempurna terdiri dari:

1) *Dental floss*

*Dental floss* satu alat bantu untuk membersihkan gigi yang berbentuk benang dilapisi lilin dan ada pula yang tidak. *Dental floss* ini digunakan menghilangkan plak pada permukaan interproksimal gigi serta membersihkan partikel-partikel sisa-sisa makanan yang tertekan di bawah titik kontak (Be, 1987).

Cara menggunakan *dental floss* sangat mudah yaitu tek *dental floss* pada titik kontak antara dua gigi dan digesek-gesekkan pada permukaan *distal* dan *mesial* naik turun, keluar masuk pada gigi tersebut. Kotoran yang keluar dapat dihilangkan dengan kumur-kumur (Putri, Herijulianti, dan Nurjannah, 2010).

## 2) Tusuk gigi

Tusuk gigi biasanya terbuat dari kayu ataupun plastik. Tusuk gigi membantu membersihkan sisa makanan yang ada di celah-celah gigi (*interdental*). Menggunakan tusuk gigi harus selalu hati-hati karena dapat melukai gusi (Tarigan, 1989).

Cara menggunakan tusuk gigi yaitu dimasukkan ke dalam interdental gigi dengan sudut kurang lebih  $45^\circ$  terhadap sumbu panjang gigi, kemudian tusuk gigi digerakkan ke dalam dan keluar di antara celah-celah gigi (Be, 1987).

## 3) *Interdental tips*

*Interdental tips* gunanya untuk membersihkan debris lunak dan memijat gusi di daerah interproksimal. Bentuk yang paling umum dari *interdental tips* ini adalah kerucut yang terbuat dari karet, kayu atau plastik.

## 4) Kain gusi (*gum cloth*)

Kain gusi adalah kain biasa yang berbentuk empat persegi dengan ukuran 10x 10 cm, gunanya untuk memijat gusi yang mengalami inflamasi tepi gusi. Kain gusi ini dililitkan pada jari telunjuk yang dibasahi dengan air hangat kemudian digunakan untuk memijat gusi. Kain gusi dicelupkan lagi ke dalam air hangat dengan cara yang sama diulangi sampai seluruh gusi terpijat (Be, 1987).

## 5) Cermin

Cermin tidak dapat diabaikan sebagai alat bantu melihat pada waktu menyikat gigi untuk mengetahui apakah semua permukaan gigi sudah bersih atau belum.

## 6) Air

Penggunaan air dalam menyikat gigi hendaknya menggunakan air bersih, setelah dilakukan sikat gigi kemudian berkumur-kumur sehingga plak dan kotoran-kotoran lain yang sudah lepas dapat dihilangkan (Boedihardjo, 1985).

### d. Cara menyikat gigi yang benar

Menurut Kemenkes (2012), cara menyikat gigi yang benar adalah :

- 1) Untuk menyikat gigi bagian depan, gerakan sikat dari atas ke bawah.
- 2) Untuk menyikat gigi bagian samping, gerakan sikat dengan arah ke atas ke bawah atau memutar.
- 3) Untuk menyikat gigi bagian pengunyahan, gerakan sikat gigi kedepan ke belakang.
- 4) Bagian dan belakang gigit dapat dibersihkan dengan cara menggerakkan sikat ke atas ke bawah.

### f. Cara merawat sikat gigi

Menurut Margareta (2012), cara merawat sikat gigi yang baik adalah :

- 1) Setelah menyikat gigi, bersihkan sikat gigi di bawah air mengalir, gosokkan dengan jari pada bagian yang kontak dengan mulut.
- 2) Setelah membersihkannya jangan langsung disimpan ke dalam kotaknya, biarkan beberapa waktu sikat itu kering. Letakkan sikat gigi dengan posisi kepala sikat gigi berada di atas, sebab bila disimpan dalam keadaan basah maka dapat menimbulkan tumbuhnya jamur atau mudahnya bakteri berkembang biak pada suasana lembab tersebut.

3) Letakkan pada tempat yang bersih dan tempat tertutup yang berongga, cukup cahaya dan bersih dari serangga yang mungkin menghampiri bulu sikat gigi.

g. Akibat tidak menyikat gigi

Menurut Kidd and Bechal (1992), banyak akibat yang ditimbulkan bila tidak menyikat gigi yaitu:

1) Bau mulut

Bau mulut adalah suatu keadaan yang amat tidak enak dalam mulut atau mulut beraroma tidak sedap.

2) Karang gigi

Karang gigi merupakan endapan keras yang melekat pada permukaan gigi berwarna kuning sampai berwarna coklat

3) Gusi berdarah

Penyebab dari gusi berdarah karena kebersihan gigi yang kurang baik sehingga terbentuk plak pada permukaan gigi dan gusi.

4) Gigi berlubang

Gigi berlubang merupakan penyakit jaringan keras gigi yaitu : *email*, *dentin*, dan *cementum* yang di sebabkan oleh aktivitas jasad renik dengan cara meragikan karbohidrat di dalam mulut.

## **2. Pengaruh makanan terhadap kebersihan gigi**

a. Makanan yang membantu membersihkan gigi

Menurut Boedthardjo (1985), Plak harus dibersihkan dengan menggosok gigi. Gigi dalam mulut membutuhkan makanan yang baik supaya tetap dalam keadaan sehat. Makanan-makanan yang berserat dan berair masih lebih baik dari

padamakanan yang manis dan lengket. Diet yang baik sangat penting dalam kesehatan gigi. Diet yang baik meliputi:

- 1) Diet daging/ikan
- 2) Dietsusu
- 3) Diet sayur dan buah
- 4) Dietnasi

b. Makanan yang dapat merusak gigi

Makanan-makanan yang mengandung gula akan mempercepat terjadinya kerusakan gigi. Gula memang memberikan kalori terhadap tubuh tetapi ini nutrisinya tidak ada. Makanan yang mengandung gula dan lengket dapat berada di permukaan gigi dalam waktu yang lama. Gula akan bercampur dengan plak yang mengandung bakteri dan membentuk asam. Asam dapat merusak gigi dari lapisan terluar gigi yaitu *email*. Asam akan merusak gigi lebih lanjut, batasilah makanan yang mengandung gula. Contoh makanan yang lengket dan mengandung gula seperti coklat, biskuit, dan es krim (Boedihardjo, 1985).

### **3. Fluoridasi**

*Fluor* bisa didapat pada pasta gigi yang dipakai. *Fluor* bisa juga di dapatkan di dalam air mineral yang secara alami ada di dalam air minum tersebut atau merupakan pemberian dalam konsentrasi tertentu. *Fluor* membantuenamel tahan terhadap asam dan membantu *enamel* mengeras kembali setelah serangan asam. *Fluor* akan masuk ke dalam gigi dan akan selamanya berada di dalam gigi tersebut. Usia anak-anak efektif diberikan flour karena gigi ada dalam

masapertumbuhan. Pemakaian *fluor* tidak mempunyai batas waktu, *fluor* akan berperan sebagai pelindung gigi selamahidup (Boedihardjo,1985).

#### **4. Obat kumur**

Obat kumur kadang-kadang dapat menyegarkan nafas anda. Beberapa obat kumur yang mengandung fluor dapat membantu mengurangi kerusakan gigi jika digunakan teratur dan terus menerus. Bau mulut/nafas yang tidak enak merupakan tanda dari adanya penyakit periodontal/gusi kerusakan gigi (Boedihardjo, 1985).

### **C. Remaja**

#### **1. Pengertian remaja**

Pengertian remaja merupakan salah satu periode perkembangan manusia. Masa ini merupakan perubahan atau peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi biologis, perubahan psikologis dan perubahan sosial, Remaja sering kali didefinisikan sebagai periode transisi antara masa kanak-kanak ke masa dewasa, atau masa usia belasan tahun, atau seseorang yang menunjukkan tingkah laku tertentu seperti susah diatur, mudah terangsang perasaannya dan sebagainya. Menurut Twendyasari (2003), masa remaja disebut pula sebagai penghubung antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Pada periode ini terjadi perubahan besar dan esensial mengenai kematangan fungsi-fungsi rohaniah dan jasmaniah, terutama fungsi seksual. Masa remaja adalah masa peralihandari masa anak-anak dengan masa dewasa. Menurut Twendyasari (2003)mendefinisikan remaja adalah suatu masa ketika:

- a. Individu berkembang dari saat pertama kalinya menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai mencapai kematangan seksual.
- b. Individu mengalami perkembangan psikologi dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa. Terjadi peralihan dari ketergantungan sosial ekonomi yang penuh kepada keadaan yang relatif lebih mandiri. Berdasarkan beberapa pengertian remaja yang ahli<sup>5</sup> ditarik bahwa remaja adalah individu yang berada pada masa peralihan dari anak-anak menuju masa dewasa dan ditandai dengan perkembangan yang sangat cepat dari aspek fisik, psikis, dan sosial.

## **2. Batasan usia remaja**

Terdapat batasan usia pada masa remaja yang difokuskan pada upaya meninggalkan sikap dan perilaku kekanak-kanakan untuk mencapai kemampuan bersikap dan berperilaku dewasa. Menurut Twendyasari (2003) dibagi tiga yaitu :

### **a. Remaja awal (12-15 tahun)**

Remaja mengalami perubahan jasmani yang sangat pesat dan perkembangan intelektual yang sangat intensif, sehingga minat anak pada dunia luar sangat besar dan pada saat ini remaja tidak mau dianggapkanak-kanak lagi namun belum bisa meninggalkan pola kekanak-kanakannya. Selain itu pada masa ini remaja sering merasa sunyi, ragu-ragu, tidak stabil, tidak puas dan merasa kecewa. Masa pubertas insiden *gingivitis* meningkat yang ditandai dengan inflamasi yang hebat pembengkakan pada *gingival*, dan sertai pendarahan. Penyakit periodontal dipengaruhi oleh hormon *steroid*. Peningkatan hormon *estrogen* dan *progesteron* selama masa remaja dapat memperhebat inflamasi margin gingival bila ada faktor lokal penyebab *penyakit periodontal* (Manson dan Elley, 1993).



b. Remaja pertengahan (16-18 tahun)

Kepribadian remaja ini masih kekanak-kanakan tetapi pada masa remaja ini timbul unsur baru yaitu kesadaran akan kepribadian dan kehidupan badaniah sendiri. Remaja mulai menentukan nilai-nilai tertentu dan melakukan renungan terhadap pemikiran filosofi dan etis. Perasaan yang penuh keraguan pada masa remaja awal ini rentan akan timbul kemantapan pada diri sendiri. Rasa percaya diri remaja menimbulkan kesanggupan pada dirinya untuk melakukan penilaian terhadap tingkah laku yang dilakukannya. Selain itu pada masa ini remaja menemukan diri sendiri atau jati dirinya.

c. Remaja akhir (19-21 tahun)

Remaja sudah mantap dan stabil. Remaja sudah mengenal dirinya dan ingin hidup dengan pola hidup yang digariskan sendiri dengan keberanian. Remaja mulai memahami arah hidupnya dan menyadari tujuan hidupnya. Remaja sudah mempunyai pendirian tertentu berdasarkan satu pola yang jelas yang baru ditemukannya. Usia ini dimana individu berinteraksi dengan masyarakat dewasa, usia dimana tidak lagi merasa dibawah tingkat orang-orang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama. Masalah hak integrasi dalam masalah masyarakat (dewasa) mempunyai banyak aspek afektif, kurang lebih berhubungan dengan masalah puber, termasuk juga perubahan intelektual yang mencolok. Transformasi intelektual yang khas dari cara berpikir remaja ini memungkinkan untuk mencapai integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa, yang kenyataannya merupakan ciri khas yang umum dari periode perkembangan ini (Sarwono, 2010).

### **3. Masalah kesehatan gigi pada remaja**

Menurut Harum (2001), masa pubertas remajajuga rentan mengalami masalah kesehatan gigi dan mulut. Pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut sering kali diabaikan oleh para remaja. Banyak kebiasaan-kebiasaan buruk para remaja yang dapat menyebabkan kerusakan gigi dan mulut mereka. Kebiasaan buruk antara lain malas sikat gigi malam, kebiasaan mengkonsumsi makanan manis, kebiasaan minum-minuman manis, dan kebiasaan merokok. Masalah kesehatan gigi yang sering dialami oleh remaja yaitu :

#### **a. Bau mulut**

Dampak kebersihan gigi yang buruk dan membuat tidak percaya diri ialah bau mulut. Bau mulut biasa berasal dari kebersihan gusi dan lidah yang kurang terjaga. Beberapa bakteri di mulut menghasilkan senyawa yang menimbulkan bau.

#### **b. Gusi berdarah**

Masalah gusi berdarah seringkali dikeluhkan oleh para remaja. Biasanya baru disadari ketika menyikat gigi. Gusi berdarah menunjukkan adanya peradangan gusi (*gingivitis*). Peradangan pada gusi ini biasanya disebabkan oleh kebersihan mulut yang buruk, sehingga terjadi penumpukan plak yang mengiritasi gusi.

#### **c. Gusi berlubang**

Proses terjadinya lubang pada gigi ini dipengaruhi oleh beberapa faktor yang saling berinteraksi, yaitu karena adanya bakteri di dalam plak, gula dan juga kondisi kesehatan gigi itu sendiri. Sekali gigi berlubang akan tetap berlubang, bahkan akan semakin dan dalam jika dibiarkan.