

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Perilaku Konsumsi Makanan Kariogenik

2.1.1 Definisi Perilaku

Perilaku adalah segala sesuatu yang diperoleh seseorang dari sebuah pengalaman yang dapat berupa suatu interaksi sosial antar manusia maupun dengan lingkungan yang dapat berbentuk seperti pengetahuan, sikap dan suatu tindakan. Perilaku merupakan suatu reaksi ataupun respon seseorang terhadap stimulus yang berasal dari dirinya sendiri (Notoatmojo, 2010). Perilaku merupakan suatu tindakan yang dapat dilihat dan memiliki satu tujuan baik disadari maupun tidak disadari (Wawan, 2011).

Skinner (1938) dalam Notoatmojo (2010) merumuskan perilaku merupakan suatu respon seseorang terhadap rangsangan. Respon dapat dibagi menjadi dua yaitu:

1) Respon *respondent* atau reflektif

Suatu respon yang diperoleh dari rangsangan-rangsangan tertentu. Respon yang diperoleh biasanya bersifat relatif tetap atau disebut *eliciting stimuli*. Perilaku yang menetap tersebut contohnya adalah seseorang akan tersenyum apabila mendapatkan kesenangan, ataupun seseorang akan menangis jika merasa sakit, serta seseorang akan makan jika merasa lapar.

2) Operan respon

Respon yang muncul dan berkembang diikuti oleh suatu rangsangan atau stimulus lainnya merupakan penguat.

2.1.2 Jenis-Jenis Perilaku

Menurut Okviana (2015) jenis-jenis perilaku individu adalah sebagai berikut:

- 1) Perilaku disadari, merupakan suatu perilaku yang disadari dan diatur oleh kerja otak dan sistem saraf pusat
- 2) Perilaku tidak disadari, merupakan suatu perilaku atau tindakan secara spontan atau disebut tindakan refleks
- 3) Perilaku tampak dan tidak tampak
- 4) Perilaku sederhana dan kompleks
- 5) Perilaku kognitif, afektif, konatif dan psikomotor.

2.1.3 Bentuk-Bentuk Perilaku

Menurut Notoatmojo (2011) perilaku dapat dibedakan menjadi dua yaitu sebagai berikut:

- 1) Bentuk pasif atau perilaku tertutup (*covert behavior*)

Suatu reaksi atau respon seseorang terhadap stimulus tetapi masih terbatas dan hanya pada persepsi, perhatian, pengetahuan dan belum dapat diamati secara jelas oleh orang lain.

2) Bentuk perilaku terbuka (*overt behavior*)

Respon terhadap suatu stimulus tersebut sudah tampak jelas dalam bentuk praktik atau tindakan dan dapat diamati oleh seseorang dengan sangat mudah.

2.1.4 Perilaku Konsumsi Makanan Kariogenik

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Bastari (2019) sebagian besar anak usia sekolah dasar mengkonsumsi makanan kariogenik pada saat jam istirahat sekolah. Hal ini terjadi karena anak-anak lebih menyukai makanan yang rasanya manis, memiliki tekstur yang lengket, bentuk yang menarik, rasanya yang enak, dan harganya murah. Oleh sebab itu anak-anak lebih memilih untuk mengkonsumsi makanan yang mengandung kariogenik dibandingkan makanan non kariogenik.

Sedangkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sheren, Damajanty & Christy (2017) makanan jenis kariogenik yang dikonsumsi oleh anak usia sekolah dasar yaitu permen, coklat batang, roti coklat, kue donat, wafer coklat, dan puding.

2.2 Konsep Makanan Kariogenik

2.2.1 Definisi Makanan

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI, 2012) makanan adalah semua yang berbentuk bahan yang dapat dan layak untuk dikonsumsi yang dapat berfungsi untuk pembentukan atau pengganti terhadap suatu jaringan tubuh, memberikan energi, dan sebagai sumber metabolisme tubuh. Makanan adalah semua jenis olahan dalam yang dapat dikonsumsi oleh manusia kecuali air, jamu maupun obat-obatan (Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2010).

2.2.2 Definisi Makanan Kariogenik

Makanan kariogenik adalah jenis makanan yang mengandung karbohidrat dan apabila dikonsumsi dengan frekuensi yang sering akan berdampak pada masalah kesehatan gigi salah satunya yaitu karies gigi (Ramayanti dan Purnakarya, 2013).

2.2.3 Jenis-Jenis Makanan Kariogenik

Menurut Santoso dan Ranti (2009 dalam Suparyati, 2019) terdapat beberapa jenis makanan juga minuman kariogenik yaitu sebagai berikut :

- 1) Jenis cairan: minuman ringan, minuman buah, gula dalam minuman, es krim;
- 2) Jenis makanan padat serta tekstur lengket yaitu seperti: permen kunyah, biskuit, coklat, selai, jelly, caramel, dan marshmallow
- 3) Jenis makanan lambat terlarut seperti: permen keras.

Dianjurkan untuk menghindari mengkonsumsi makanan yang mengandung cuka karena bersifat korosif, bila dimakan dan kemudian bersatu dengan saliva maka akan mengikis email karena saliva memiliki sifat yang asam. Maka dari itu setelah mengkonsumsi makanan yang bersifat asam atau mengandung cuka dianjurkan untuk sesegera mungkin untuk minum air mineral. Makanan – makanan yang mengandung tepung itu memiliki sifat yang lengket jadi apabila dikonsumsi dapat menyebabkan terjadinya masalah kesehatan yaitu karies gigi bahkan dapat menimbulkan gigi menjadi rusak (Suryawati, 2010).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Pertiwi, Rahaswanti & Sutadarma (2018) jenis-jenis makanan kariogenik yang dikonsumsi oleh anak usia sekolah dasar yaitu:

- 1) Permen
- 2) Kue
- 3) Biskuit
- 4) *Snack*
- 5) Es krim
- 6) Coklat

Berdasarkan hasil penelitian diatas maka peneliti simpulkan bahwa anak-anak cenderung lebih menggemari makanan yang memiliki rasa manis atau disebut sebagai makanan kariogenik.

2.2.4 Jenis Makanan Non Kariogenik

Tidak semua jenis makanan dapat menyebabkan karies gigi, terdapat beberapa jenis makanan yang dapat menghambat terjadinya karies gigi yaitu seperti sayuran, buah-buahan yang mengandung karbohidrat sangat berperan dalam menghambat terjadinya pembentukan plak pada gigi. Makanan yang mengandung banyak serat didalamnya juga dapat membantu dalam proses pembersihan gigi dari plak yang menempel pada gigi. Makanan dengan kandungan protein dapat menghambat terjadinya karies karena sifatnya yang dapat dirubah menjadi basa. Menurut Armilda, Aripin & Sasmita (2017) terdapat beberapa jenis makanan non kariogenik yaitu sebagai berikut:

- 1) Nasi
- 2) Jagung
- 3) Mie instan
- 4) Ubi jalar
- 5) Singkong
- 6) Sayuran
- 7) Kacang-kacangan
- 8) Buah-buahan

2.2.5 Frekuensi Konsumsi Makanan Kariogenik

Makanan yang rasanya manis atau disebut dengan makanan kariogenik tidak akan menimbulkan terjadinya plak pada gigi ataupun karies dalam waktu 20 menit pertama setelah dikonsumsi. Tetapi apabila lebih dari 20 menit maka makanan tersebut akan bersifat asam dan dalam keadaan ini akan menimbulkan masalah pada gigi. Setelah seseorang mengonsumsi makanan jenis kariogenik akan menyebabkan pH plak menjadi menurun dengan cepat hal ini dapat menghancurkan email. pH ini akan bertahan dalam waktu 30–60 menit sebelum mencapai pH normal. Sebaiknya dalam mengonsumsi makanan kariogenik itu dibatasi frekuensinya yaitu maksimal 3 kali dalam seminggu agar gigi mempunyai waktu untuk menetralkan asam yang ada dalam mulut (Ramadhan, 2010).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sheren, Damajanty & Christy (2017) didapatkan hasil frekuensi konsumsi makanan kariogenik siswa sekolah dasar yaitu sebagai berikut:

- 1) Permen, lebih dari 2 kali dalam 1 hari dan termasuk kategori sangat sering dikonsumsi yaitu 46,29%
- 2) Coklat batang, termasuk kategori sering dikonsumsi yaitu 24,93%
- 3) Roti coklat, termasuk kategori kadang-kadang dikonsumsi yaitu 20,37%
- 4) Puding, termasuk kategori hampir tidak pernah dikonsumsi yaitu 33,32%.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Kamsiah, Yuliantini, dan Heryati (2012) didapatkan hasil sebagian besar anak sering mengkonsumsi makanan jenis kariogenik seperti permen, jus buah + gula, es krim, caramel, coklat dan minuman manis. Berdasarkan penelitian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa tingginya angka konsumsi makanan jenis kariogenik ini disebabkan karena makanan kariogenik memiliki daya tarik dengan rasanya yang enak dan tampilan yang menarik membuat anak – anak tidak bisa menghindari mengkonsumsi makanan ataupun minuman jenis kariogenik (Kamsiah, Yuliantini, dan Heryati, 2012).

2.2.6 Dampak Makanan Kariogenik

1) Karies gigi

Karies adalah suatu masalah yang terjadi pada jaringan gigi yang terjadi pada satu atau lebih permukaan. Karies gigi dapat terjadi pada enamel yang kemudian dapat meluas sampai bagian pulpa (Tarigan, 2014). Karies gigi merupakan proses penghancuran suatu jaringan gigi sehingga dapat timbulnya lubang (Dorland, 2010). Menurut Hermawan (2010) faktor utama penyebab karies gigi adalah sebagai berikut:

a. Gigi dan air ludah

Bentuk gigi yang tidak beraturan dan air ludah yang banyak akan mempermudah terjadinya karies pada gigi.

b. Adanya bakteri penyebab karies

Bakteri penyebab karies pada gigi yaitu dari jenis *Streptococcus* dan *lactobacillus*.

c. Makanan yang kita konsumsi

Makanan yang mudah lengket dan menempel di gigi seperti permen dan coklat atau disebut sebagai makanan kariogenik akan mudah untuk terjadinya karies.

2) Gingivitis

Gingivitis merupakan suatu peradangan atau inflamasi pada jaringan lunak di sekitar gigi atau dapat disebut sebagai jaringan gingiva (Diah, 2018). Menurut Srigupta (dalam Suanda (2018), faktor yang dapat menyebabkan terjadinya gingivitis yaitu sisa dari makanan yang terkumpul di sekitar gusi dan tidak dapat dibersihkan oleh air liur (Srigupta, dalam Suanda, 2018). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Suanda (2018) bahwa mengkonsumsi makanan manis atau disebut sebagai makanan kariogenik dapat menimbulkan dampak terjadinya gingivitis (Suanda, 2018).

2.3 Konsep Anak Usia Sekolah Dasar

2.3.1 Definisi Anak

Menurut Undang – Undang No. 23 tahun 2002 menjelaskan bahwa anak adalah seseorang yang belum mencapai usia 18 tahun, dan anak yang masih di dalam kandungan.

2.3.2 Definisi Anak Sekolah

Anak sekolah dasar yaitu anak yang berusia 6 – 12 tahun, pada usia ini anak mulai mempunyai sifat individual dan tidak bergantung dengan orang tua. Anak usia sekolah merupakan masa dimana anak mengalami perubahan baik pada pertumbuhan maupun pada perkembangan anak. Hal tersebut dapat mempengaruhi terjadinya pembentukan suatu karakter maupun kepribadian dari anak tersebut. Periode pada anak usia sekolah ini merupakan suatu pengalaman inti bagi anak yang merupakan suatu periode dimana anak harus mulai bertanggung jawab atas tindakan atau perilakunya sendiri baik dengan orangtua, guru, maupun dengan teman sebayanya. Selain itu usia sekolah merupakan masa dimana anak memperoleh dasar pengetahuan yang dapat menentukan suatu tindakan anak dalam melakukan suatu aktivitas atau kebiasaannya dalam kegiatan sehari-hari (Diyantini, et al. 2015).

Menurut Potter & Perry (dalam Dewanti 2012) anak usia sekolah merupakan anak usia 6 – 12 tahun. Periode anak usia sekolah terbagi menjadi tiga tahap yaitu: tahap awal 6 – 7 tahun; tahap pertengahan 7 – 9 tahun; dan tahap pra remaja 10 – 12 tahun.

2.3.3 Tugas Perkembangan Anak Sekolah

Pada masa ini anak mulai masuk dalam masa belajar di lingkungan sekolah. Adapun tugas perkembangan pada anak usia sekolah menurut Gunarsa (dalam Sarayati, 2016) yaitu:

- 1) Mempelajari keterampilan fisik
- 2) Membentuk sikap sehat
- 3) Bergaul dan menyesuaikan dengan lingkungan sekitar
- 4) Memperoleh kebebasan pribadi
- 5) Mengembangkan keterampilan dasar