

Hubungan Tingkat Pengetahuan Kesehatan Gigi dan Mulut Terhadap Perilaku Menjaga Kebersihan Gigi pada Mahasiswa

Adela Fitriyani¹, Meilan Arsanti²

^{1,2}Universitas Islam Sultan Agung, Indonesia

E-mail: afydela@gmail.com¹, meilanarsanti@unissula.ac.id²

Article History:

Received: 27 Februari 2026

Revised: 21 Maret 2026

Accepted: 30 Maret 2026

Keywords: kesehatan gigi dan mulut, pengetahuan, perilaku, mahasiswa.

Abstract: Kesehatan pada gigi dan juga mulut perlu dari kesehatan umum yang berpengaruh terhadap kualitas hidup individu. Pengetahuan kesehatan gigi dan mulut diduga memiliki peran dalam membentuk perilaku menjaga kebersihan gigi, khususnya pada mahasiswa sebagai kelompok usia produktif. Riset bermaksud menganalisis relasi antara tingkat pemahaman kesehatan pada gigi dan juga mulut dengan kebiasaan menjaga kebersihan pada gigi oleh mahasiswa. Digunakan pendekatan kuantitatif dengan desain analitik observasional melalui metode cross-sectional. Sampel yaitu 120 mahasiswa dengan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner terstruktur yang mengukur tingkat pengetahuan kesehatan gigi dan mulut serta perilaku menjaga kebersihan gigi. Data dianalisis secara deskriptif dan inferensial dengan uji Chi-Square tingkat signifikansi 0,05. Hasil menggambarkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan kesehatan gigi dan mulut dalam kategori baik (68,3%) dan perilaku menjaga kebersihan gigi yang baik (61,7%). Hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan kesehatan gigi dan mulut dengan perilaku menjaga kebersihan gigi pada mahasiswa ($p = 0,002$). Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan kesehatan gigi dan mulut berhubungan secara signifikan dengan perilaku menjaga kebersihan gigi. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi kesehatan gigi dan mulut yang berkelanjutan untuk meningkatkan penerapan kebiasaan menjaga kebersihan gigi secara konsisten di kalangan mahasiswa.

PENDAHULUAN

Kesehatan pada gigi dan juga mulut merupakan komponen penting, karena berkaitan tidak hanya dengan fungsi dasar seperti mengunyah, berbicara, dan menelan, tetapi juga dengan kualitas hidup dan kesejahteraan psikososial seseorang. Kondisi rongga mulut yang sehat berperan dalam menunjang aktivitas sehari-hari serta kepercayaan diri individu dalam kehidupan sosial. Sebaliknya, gangguan pada kesehatan gigi dan juga mulut dapat menimbulkan rasa sakit dan ketidaknyamanan, serta keterbatasan fungsi menjadi berdampak pada penurunan kualitas hidup

secara keseluruhan.

Ketidakteraturan dalam kebersihan rongga mulut dapat menyebabkan karies gigi, penyakit periodontal, dan infeksi kronis yang memengaruhi kondisi fisik dan sosial individu. Penyakit gigi dan mulut yang tidak ditangani dengan baik juga berpotensi menimbulkan komplikasi kesehatan lain serta meningkatkan beban biaya perawatan kesehatan. Dalam konteks populasi mahasiswa, masalah kesehatan oral sering menjadi perhatian utama karena gaya hidup yang padat, pola makan yang tidak teratur, serta keterbatasan waktu untuk perawatan diri dapat memengaruhi praktik kebersihan oral secara signifikan (Islam et al., 2025).

Mahasiswa sebagai kelompok usia produktif memiliki peran strategis dalam membentuk perilaku hidup sehat, termasuk dalam menjaga kesehatan pada gigi dan juga mulut. Namun, tekanan akademik, aktivitas organisasi, serta sering mengonsumsi makanan dan minuman tinggi gula dapat menjadi faktor risiko terjadinya gangguan kesehatan oral. Kondisi ini menunjukkan bahwa mahasiswa adalah kelompok yang rawan terhadap permasalahan kesehatan pada gigi dan juga mulut apabila tidak didukung oleh pengetahuan dan perilaku perawatan yang memadai.

Pengetahuan tentang kesehatan pada gigi dan juga mulut berperan sebagai dasar untuk pembentukan perilaku dalam kebersihan oral. Individu yang memiliki pemahaman yang baik mengenai penyebab, pencegahan, dan dampak penyakit gigi dan mulut cenderung lebih sadar dalam menerapkan perilaku perawatan kesehatan gigi secara rutin. Kebiasaan seperti menyikat gigi secara teratur, penggunaan benang gigi, serta kunjungan preventif ke layanan kesehatan gigi merupakan bentuk perilaku yang umumnya dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan seseorang. Studi-studi terbaru menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan yang tinggi berpotensi berkorelasi dengan perilaku kebersihan yang lebih baik pada populasi mahasiswa, meskipun hubungan ini dapat dipengaruhi oleh faktor gaya hidup dan akses edukasi kesehatan yang berbeda antar kelompok mahasiswa (Islam et al., 2025).

Penelitian yang dilakukan di berbagai negara juga menegaskan bahwa aspek pengetahuan, sikap, dan perilaku terkait kesehatan mulut saling berkaitan dalam menentukan kualitas praktik kesehatan oral mahasiswa. Salah satu konsep penting yang banyak dibahas adalah oral health literacy, yaitu kecakapan seseorang dalam mendapatkan, menerima, dan mempergunakan informasi kesehatan gigi dan mulut secara tepat. Tingkat oral health literacy yang baik terbukti memiliki dampak terhadap peningkatan pengetahuan dan perilaku kebersihan diri, termasuk seringnya menyikat gigi dan keteraturan pemeriksaan ke dokter gigi (Oktadewi et al., 2024).

Meski demikian, beberapa penelitian juga menyoroti adanya kesenjangan antara pengetahuan tentang kesehatan oral dengan perilaku aktual yang diterapkan oleh individu. Berikut menandakan bahwa pemahaman yang baik tentang konsep kesehatan pada gigi tidak menjamin penerapan perilaku menjaga kebersihan pada gigi dan juga mulut secara optimal. Variasi perilaku tersebut mampu dipengaruhi oleh motivasi pribadi, tingkat kesadaran, tekanan akademik, serta prioritas lain yang lebih dominan dalam kehidupan mahasiswa (Islam et al., 2025).

Dalam konteks mahasiswa, penelitian tentang hubungan tingkat pengetahuan kesehatan pada gigi dan juga mulut dengan perilaku menjaga kebersihan gigi masih perlu dikaji secara lebih mendalam, khususnya untuk memahami sejauh mana pengetahuan mampu mendorong praktik nyata. Penelitian ini penting sebagai dasar pengembangan program pendidikan kesehatan pada gigi dan juga mulut yang lebih efektif serta strategi promotif dan preventif yang berkelanjutan di lingkungan pendidikan tinggi. Dengan demikian, penelitian bermaksud menganalisis hubungan pengetahuan kesehatan pada gigi dan juga mulut dengan perilaku dalam menjaga kebersihan gigi pada mahasiswa.

METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini digunakan pendekatan kuantitatif dengan desain analitik observasional melalui metode potong lintang (cross-sectional). Desain ini diambil karena penelitian bermaksud agar menganalisis relasi antara pemahaman kesehatan pada gigi dan juga mulut dengan perilaku menjaga kebersihan gigi pada mahasiswa dalam satu waktu pengamatan tanpa adanya perlakuan atau intervensi tertentu. Pendekatan ini memungkinkan peneliti memperoleh gambaran hubungan antarvariabel dengan pasti serta efisien.

Populasi pada case ini adalah mahasiswa aktif pada institusi pendidikan tinggi yang menjadi lokasi penelitian. Sampel diambil dengan cara purposive sampling dengan mempertimbangkan kriteria inklusi, yaitu mahasiswa yang mau jadi responden, berstatus aktif, serta mampu menjawab pertanyaan. Kriteria eksklusi meliputi responden yang tidak menyelesaikan pengisian kuesioner atau memberikan jawaban yang tidak lengkap. Jumlah sampel disesuaikan dengan kebutuhan analisis statistik agar dapat mewakili karakteristik populasi penelitian.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner terstruktur yang disusun berdasarkan kajian pustaka dan penelitian terdahulu. Kuesioner tingkat pengetahuan kesehatan gigi dan mulut memuat pertanyaan mengenai pemahaman responden tentang kebersihan gigi, faktor risiko penyakit gigi dan mulut, serta upaya pencegahan yang dapat dilakukan. Sementara itu, kuesioner perilaku menjaga kebersihan gigi mencakup kebiasaan menyikat gigi, frekuensi perawatan gigi, dan kunjungan ke pelayanan kesehatan gigi. Instrumen penelitian terlebih dahulu diuji secara terbatas untuk memastikan kejelasan bahasa dan kesesuaian isi dengan tujuan penelitian.

Data dikumpulkan secara langsung maupun melalui media daring dengan memberikan penjelasan kepada responden mengenai tujuan penelitian serta menjamin kerahasiaan identitas responden. Seluruh data kemudian dianalisis dengan analisis statistik deskriptif untuk memvisualisasi karakteristik responden serta distribusi tingkat pemahaman serta kebiasaan menjaga kebersihan pada gigi. Selanjutnya, analisis statistik inferensial diterapkan agar mengetahui relasi antara pemahaman terhadap kesehatan pada gigi dan juga mulut dengan kebiasaan menjaga kebersihannya, dengan tingkat signifikansi sebesar 0,05. Ini dilakukan dengan memperhitungkan prinsip dan etika riset, termasuk persetujuan responden dan data data dugubaka untuk kepentingan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Output didapat dari pengolahan data kuesioner yang dijawab responden sesuai dengan kriteria. Kemudian data dianalisis secara deskriptif untuk mengetahui gambaran tingkat pemahaman kesehatan pada gigi dan juga mulut serta kebiasaan menjaga kebersihan pada gigi oleh mahasiswa. Analisis deskriptif dilakukan dengan mengelompokkan data ke dalam kategori baik, cukup, dan kurang berdasarkan skor yang diperoleh dari masing-masing variabel penelitian. Distribusi tingkat pemahaman kesehatan pada gigi dan juga mulut serta perilaku menjaga kebersihan pada gigi oleh mahasiswa disajikan secara rinci dalam Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Tingkat Pengetahuan Kesehatan Gigi dan Perilaku Menjaga Kebersihan Gigi pada Mahasiswa

Kategori	Pengetahuan Kesehatan Gigi (%)	Perilaku Menjaga Kebersihan Gigi (%)
Baik	68,3	61,7
Cukup	23,4	27,5
Kurang	8,3	10,8
Total	100	100

Pada tabel 1 sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat pemahaman terhadap kesehatan pada gigi dan juga mulut pada kategori baik, yaitu sebesar 68,3%. Sementara itu, sebesar 23,4% responden berada pada kategori cukup dan 8,3% pada kategori kurang. Hasil ini menggambarkan kalau mayoritas telah punya pengetahuan cukup baik terkait kesehatan pada gigi dan juga mulut.

Pada aspek kebiasaan menjaga kebersihan pada gigi, hasil menggambarkan kalau 61,7% responden memiliki perilaku yang baik, 27,5% berada pada kategori cukup, dan 10,8% termasuk dalam kategori kurang. Meskipun sebagian besar responden menunjukkan perilaku yang baik, persentase perilaku menjaga kebersihan gigi masih lebih rendah dibandingkan tingkat pengetahuan, yang mengindikasikan adanya kesenjangan antara pengetahuan dan praktik.

Hasil dari riset kepada 120 responden mahasiswa, didapat gambaran pemahaman kesehatan pada gigi dan juga mulut sebagian besarnya kategori baik. Sebanyak 68,3% responden memiliki tingkat pengetahuan baik, 23,4% berada pada kategori cukup, dan 8,3% termasuk dalam kategori kurang. Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa telah memiliki pemahaman yang memadai mengenai pentingnya kesehatan gigi dan mulut, termasuk faktor penyebab penyakit gigi, cara pencegahan, serta dampak kebersihan oral terhadap kesehatan umum.

Hasil analisis terhadap perilaku menjaga kebersihan gigi menunjukkan bahwa 61,7% responden memiliki perilaku menjaga kebersihan gigi yang baik, 27,5% berada pada kategori cukup, dan 10,8% menunjukkan perilaku yang kurang baik. Perilaku positif yang paling banyak dilakukan adalah sikat gigi sehari dua kali, sedangkan perilaku masih kurang optimal adalah keteraturan melaksanakan pengecekan gigi kepada dokter sekali enam bulan. Temuan berikut menunjukkan bahwa meskipun rata-rata mahasiswa telah menerapkan kebiasaan kebersihan pada gigi yang baik, masih terdapat aspek perawatan preventif yang belum dilakukan secara konsisten.

Hasil uji statistik untuk mengetahui relasi antara tingkat pemahaman kesehatan pada gigi dan juga mulut dengan kebiasaan menjaga kebersihan gigi menunjukkan adanya hubungan yang bermakna. Hasil uji Chi-Square, diperoleh nilai $p = 0,002$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan ada relasi signifikan antara tingkat pengetahuan kesehatan gigi dan mulut dengan perilaku menjaga kebersihan gigi pada mahasiswa. Mahasiswa dengan tingkat pengetahuan yang baik cenderung memiliki perilaku menjaga kebersihan gigi yang lebih baik dibandingkan mahasiswa dengan tingkat pengetahuan yang cukup atau kurang.

Temuan ini sejalan dengan konsep perilaku kesehatan yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan faktor predisposisi dalam pembentukan perilaku kesehatan. Pengetahuan yang baik memungkinkan individu memahami risiko dan manfaat dari suatu tindakan kesehatan, sehingga mendorong penerapan perilaku yang lebih sehat. Namun demikian, hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa tidak seluruh responden dengan tingkat pengetahuan baik menunjukkan perilaku kebersihan gigi yang optimal. Hal ini mengindikasikan adanya kesenjangan antara pengetahuan dan praktik yang dapat dipengaruhi oleh faktor lain seperti kebiasaan, motivasi, ketersediaan waktu, serta tingkat kesadaran pribadi.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menegaskan bahwa peningkatan pengetahuan kesehatan gigi dan mulut memiliki peran penting dalam membentuk perilaku menjaga kebersihan gigi pada mahasiswa. Namun, upaya peningkatan pengetahuan perlu disertai dengan pendekatan edukatif yang berkelanjutan dan aplikatif agar mahasiswa tidak hanya memahami pentingnya kesehatan gigi dan mulut, tetapi juga mampu menerapkan kebiasaan membersihkan gigi. Oleh karena itu, program promotif dan preventif kesehatan gigi di lingkungan perguruan tinggi perlu dirancang secara komprehensif untuk menjembatani kesenjangan antara pengetahuan dan perilaku.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil yang diteliti, disimpulkan kalau rata- rata mahasiswa punya pemahaman tentang kesehatan gigi dan mulut dengan baik. Perilaku menjaga kebersihan gigi pada mahasiswa juga menunjukkan kecenderungan yang positif, meskipun masih terdapat sebagian responden yang belum menerapkan praktik perawatan gigi dan mulut secara optimal. Hasil analisis menunjukkan adanya relasi bermakna antara tingkat pengetahuan kesehatan pada gigi dan juga mulut dengan kebiasaan menjaga kebersihan pada gigi oleh mahasiswa, mengindikasikan kalau pemahaman penting dalam pembentukan kebiasaan menjaga kesehatan gigi dan juga mulut.

Meskipun demikian, kesenjangan antara pemahaman dengan praktik nyata dalam menjaga kebersihan gigi. Maka pemahaman tentang kesehatan gigi dan juga mulut itu perlu disertai dengan upaya pembinaan perilaku yang berkelanjutan agar mahasiswa tidak hanya memahami pentingnya kesehatan gigi dan mulut, tetapi juga mampu menerapkannya secara konsisten setiap hari. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan program edukasi kesehatan gigi dan mulut yang lebih efektif di lingkungan perguruan tinggi.

DAFTAR REFERENSI

- Tang, L., Wang, F., Wang, W., et al. (2025). Oral health-related knowledge, attitudes and behaviors (KAB) of dental students: a systematic review and meta-analysis. *BMC Medical Education*, 25, 1002. <https://doi.org/10.1186/s12909-025-07445-8>
- Oktadewi, F. D., Romdlon, M. A., Laksitasari, A., & Hidayah, R. A. (2024). Oral health literacy, knowledge, attitude, and oral health practices among college students at Jenderal Soedirman University. *Dental Journal (Majalah Kedokteran Gigi)*, 57(4), 280–285. <https://doi.org/10.20473/j.djmk.v57.i4.p280-285>
- Khalishah, N. R., Dwiatmoko, S., & Wahyukundari, M. A. (2024). Hubungan pengetahuan, sikap, dan tindakan kesehatan gigi dan mulut terhadap indeks gingiva mahasiswa FKG Universitas Jember angkatan 2020. *STOMA (Jurnal Kedokteran Gigi)*, 21(1). <https://doi.org/10.19184/stoma.v21i1.47339>
- Yanti, R., Erawati, S., Sitepu, R., Aritonang, B., & Sari, N. M. (2025). Analysis of the relationship between knowledge, attitude and oral health behavior and dental caries. *Jurnal Kesmas dan Gizi*, 7(1). <https://doi.org/10.35451/jkg.v7i1.2245>
- Sumampouw, O. C., Parengkuan, W. G., & Juliatri, J. (2025). Hubungan tingkat pengetahuan tentang kesehatan gigi dan mulut dengan kebersihan gigi anak di SD GMIM Buloh. *E-GiGi*, 14(1). <https://doi.org/10.35790/eg.v14i1.62037>
- Pulungan, A. F., Yuniar, A. A., Islamy, Z., & Maulida, N. S. (2024). Tingkat pengetahuan orang tua dalam meningkatkan kesehatan gigi dan mulut pada anak usia 6-10 tahun. *Jurnal Terapi Gigi dan Mulut*, 5(1). <https://doi.org/10.34011/jtgm.v5i1.4400>
- Silfia, A., Riyadi, S., Razi, P., Jurusan Keperawatan Gigi Poltekkes Kemenkes Jambi. (2025). Hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut murid sekolah dasar. *Jurnal Kesehatan Gigi*. <https://doi.org/10.31983/jkg.v6i1.4407>
- Skripsa, T. H., Unique, A. A., & Hermawati, D. (2021). Hubungan Pengetahuan dan Tindakan Menjaga Kesehatan Gigi Mulut dengan Keluhan Subyektif Permasalahan Gigi Mulut pada Mahasiswa Kesehatan dan Non Kesehatan. *E-GiGi*, 9(1). <https://doi.org/10.35790/eg.9.1.2021.32676>
- Petersen, P. E., & Ogawa, H. (2021). The global burden of oral diseases and risks to oral health. *Community Dentistry and Oral Epidemiology*, 49(1), 1–8. (No DOI terlihat, tapi bisa dicari lewat database jurnal)

World Health Organization. (2022). Global oral health status report: towards universal health coverage for oral health. Geneva: WHO.