

Efektivitas Intervensi Edukasi Kebersihan Mulut dalam Perspektif Islam terhadap Perilaku Pencegahan Halitosis pada Masyarakat Dewasa

Aditya Hari Asmara¹, Marjuhend Markus Unetbu², Dwi Agista Yuningsih³

^{1,2,3}Fakultas Kedokteran Gigi, Universitas Muslim Indonesia

SUBMISSION TRACK

Submitted : 21 Juni 2026
Accepted : 30 Juni 2026
Published : 1 Juli 2026

KEYWORDS

Halitosis; kebersihan mulut; edukasi kesehatan; Islam; perilaku pencegahan

CORRESPONDENCE

E-mail:
dwiagistayuningsih03@gmail.com

A B S T R A C T

Pendahuluan: Halitosis dapat memengaruhi kualitas hidup. Edukasi kebersihan mulut berbasis nilai-nilai Islam diharapkan mampu meningkatkan perilaku pencegahan halitosis. **Tujuan:** Untuk mengetahui efektivitas intervensi edukasi kebersihan mulut dalam perspektif Islam terhadap perilaku pencegahan halitosis pada masyarakat dewasa. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental dengan pendekatan *one-group pretest-posttest*. Sebanyak 30 responden dewasa diberikan intervensi berupa edukasi mengenai kebersihan rongga mulut dan pencegahan halitosis yang dikaitkan dengan ajaran Islam. Pengukuran dilakukan menggunakan kuesioner sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) intervensi. Data dianalisis menggunakan uji *Paired Sample T-Test* dengan tingkat signifikansi 5%. **Hasil:** Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (70%) dan berada pada kelompok usia 26–35 tahun (53,3%). Hasil analisis deskriptif menunjukkan rata-rata skor *pre-test* sebesar $4,63 \pm 2,01$ dengan nilai minimum 1 dan maksimum 8, sedangkan rata-rata skor *post-test* meningkat menjadi $8,90 \pm 0,31$ dengan nilai minimum 8 dan maksimum 9. Hasil uji *Paired Sample T-Test* menunjukkan nilai *mean difference* sebesar 4,267, nilai *t* sebesar 11,043, dan nilai signifikansi $<0,001$ ($p<0,05$). **Kesimpulan:** Intervensi edukasi kebersihan mulut dalam perspektif Islam efektif meningkatkan pengetahuan dan perilaku pencegahan halitosis pada masyarakat dewasa.

2026 All right reserved

This is an open-access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



PENDAHULUAN

Kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian penting dari kesehatan umum yang berkontribusi terhadap kualitas hidup, kesejahteraan psikologis, serta produktivitas seseorang. Namun, berbagai masalah kesehatan rongga mulut masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat di seluruh dunia. Salah satu kondisi yang sering ditemukan tetapi kurang mendapatkan perhatian adalah halitosis atau bau mulut. Meskipun tidak termasuk penyakit yang mengancam jiwa, halitosis dapat menimbulkan dampak sosial dan psikologis yang signifikan, seperti menurunkan rasa percaya diri, menghambat komunikasi interpersonal, serta mengurangi kualitas hidup individu.¹

Secara global, prevalensi halitosis diperkirakan berkisar antara 20–50% populasi dewasa dengan variasi antarwilayah dan metode pengukuran yang digunakan.² Sebagian besar kasus halitosis berasal dari rongga mulut, dengan proporsi mencapai 80–90%, terutama akibat akumulasi plak, penyakit periodontal, lapisan dorsum lidah, dan aktivitas bakteri anaerob yang menghasilkan volatile sulfur compounds (VSCs) seperti hidrogen sulfida dan metil merkaptan.³ Oleh karena itu, halitosis bukan hanya masalah estetika atau kenyamanan, tetapi juga merupakan

indikator penting dari buruknya kebersihan rongga mulut yang memerlukan perhatian preventif dan promotif.

Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap tingginya kejadian halitosis adalah rendahnya pengetahuan dan perilaku masyarakat dalam menjaga kebersihan rongga mulut. Pengetahuan yang kurang mengenai teknik menyikat gigi yang benar, pembersihan lidah, penggunaan alat bantu kebersihan interdental, serta pentingnya kontrol plak dapat menyebabkan meningkatnya risiko terjadinya halitosis. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa edukasi kesehatan gigi dan mulut mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku kesehatan masyarakat secara signifikan sehingga dapat menjadi strategi yang efektif dalam upaya pencegahan penyakit rongga mulut.⁴

Meskipun demikian, perubahan perilaku kesehatan tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan semata. Teori perilaku kesehatan menjelaskan bahwa keyakinan, nilai budaya, norma sosial, dan motivasi intrinsik juga berperan penting dalam pembentukan perilaku seseorang.⁵ Pada masyarakat Indonesia yang mayoritas beragama Islam, nilai-nilai keagamaan memiliki pengaruh yang kuat terhadap pola pikir dan perilaku sehari-hari. Islam mengajarkan

pentingnya menjaga kebersihan sebagai bagian dari ibadah dan manifestasi keimanan. Allah SWT berfirman dalam QS. Al-Baqarah ayat 222 bahwa Allah mencintai orang-orang yang mensucikan diri, sedangkan Rasulullah SAW menganjurkan pemeliharaan kebersihan rongga mulut melalui penggunaan siwak sebelum salat. Nilai-nilai tersebut menunjukkan bahwa kebersihan mulut tidak hanya memiliki dimensi kesehatan, tetapi juga dimensi spiritual yang berpotensi menjadi faktor pendorong perubahan perilaku.

Hingga saat ini, sebagian besar program edukasi kesehatan gigi dan mulut masih berfokus pada penyampaian informasi medis dan perilaku kesehatan konvensional. Penelitian mengenai efektivitas edukasi kesehatan berbasis nilai-nilai keagamaan, khususnya Islam, terhadap perilaku pencegahan halitosis masih relatif terbatas.⁶ Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan penelitian (*research gap*), yaitu belum optimalnya pemanfaatan pendekatan religius sebagai strategi promotif dalam meningkatkan perilaku pemeliharaan kesehatan rongga mulut.

Kebaruan (*novelty*) penelitian ini terletak pada integrasi edukasi kesehatan rongga mulut dengan perspektif Islam sebagai pendekatan promotif dan preventif terhadap halitosis. Pendekatan ini tidak hanya memberikan pemahaman ilmiah mengenai penyebab dan pencegahan halitosis, tetapi juga menguatkan motivasi intrinsik responden melalui nilai-nilai religius yang diyakini dan dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, perubahan perilaku yang dihasilkan diharapkan lebih kuat dan berkelanjutan dibandingkan edukasi kesehatan konvensional. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas intervensi edukasi kebersihan mulut dalam perspektif Islam terhadap perilaku pencegahan halitosis pada masyarakat dewasa.

METODE

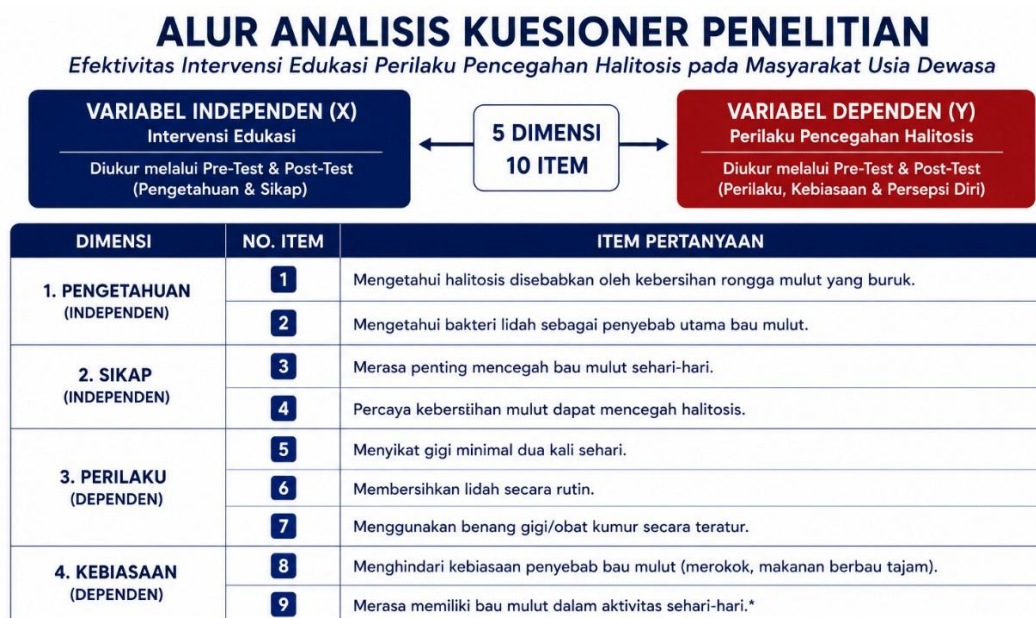
Penelitian ini merupakan *pre-experimental* dengan desain *one-group pretest-posttest* untuk mengetahui efektivitas intervensi edukasi kebersihan mulut dalam perspektif Islam terhadap perilaku pencegahan halitosis pada masyarakat dewasa. Penelitian melibatkan 30 responden dewasa yang dipilih sesuai kriteria penelitian. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah orang dewasa dengan usia minimal 18 tahun yang bersedia menjadi responden, mengikuti

kegiatan penyuluhan hingga selesai, mengisi kuesioner pretest dan posttest secara lengkap. Kriteria eksklusi yaitu, orang dewasa yang mengikuti kegiatan penyuluhan namun tidak menyelesaikan pengisian kuesioner (tabel 1).

Uji validitas dilakukan menggunakan *Corrected Item – Total Correlation* dengan bantuan perangkat lunak pengolah data statistik. Pengujian dilakukan dengan jumlah item yang dianalisis sebanyak 9 butir (P1 – P9) dengan nilai 0,361. Suatu item dinyatakan valid apabila nilai *Corrected Item – Total Correlation* lebih besar daripada nilai *r* tabel pada taraf signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$). Reliabilitas instrumen diuji menggunakan metode *Cronbach's Alpha* untuk mengetahui tingkat konsistensi internal antarbutir pertanyaan, nilai dari uji reliabilitasnya yaitu 0,90. Instrumen dinyatakan memiliki reliabilitas yang baik apabila nilai *Cronbach's Alpha* $\geq 0,70$.

Pelaksanaan penelitian diawali dengan pemberian pre-test menggunakan kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan dan perilaku responden terkait pencegahan halitosis sebelum intervensi diberikan. Selanjutnya, responden memperoleh edukasi mengenai halitosis yang mencakup pengertian, faktor penyebab, dampak, serta cara pencegahannya melalui penerapan kebersihan rongga mulut yang baik. Materi edukasi dikombinasikan dengan perspektif Islam.

Setelah kegiatan edukasi selesai, responden kembali diberikan post-test menggunakan kuesioner yang sama untuk menilai perubahan pengetahuan setelah intervensi. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan uji Paired Sample T-Test dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$) untuk mengetahui perbedaan nilai sebelum dan sesudah pemberian edukasi.



Gambar 1. Kuesioner Penelitian

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi frekuensi jenis kelamin

Jenis kelamin	Frekuensi (n)	Presentasi (%)
---------------	---------------	----------------

Laki-laki	9	30
Perepuan	21	70
Total	30	100

Tabel 1 menunjukkan distribusi jenis kelamin, mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 21 orang (70,0%), sedangkan responden laki-laki sebanyak 9 orang (30,0%).

Tabel 2. Distribusi kelompok usia

Kelompok usia	Frekuensi (n)	Persentase (%)
19-28 tahun	3	10
29-38 tahun	16	53,3
39-48 tahun	3	10
49-58 tahun	3	10
59-67 tahun	5	16,7
Total	30	100

Tabel 2 menunjukkan distribusi usia responden, kelompok usia terbanyak berada pada rentang 29–38 tahun dengan jumlah 16 responden (53,3%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden termasuk dalam kelompok usia dewasa muda yang umumnya masih aktif secara sosial dan produktif. Kelompok usia 59–67 tahun menempati urutan kedua dengan jumlah 5 responden (16,7%). Sementara itu, kelompok usia 19–28 tahun, 39–48 tahun, dan 49–58 tahun masing-masing berjumlah 3 responden (10%). Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa penelitian didominasi oleh responden usia dewasa muda.

Tabel 3. Deskriptif nilai pre test dan post test

Variabel	N	linim um	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre-test	30	1	8	4,63	2,01
Post-test	30	8	9	8,90	0,31
Valid N (listwise)	30	-	-	-	-

Tabel 3 menunjukkan statistik deskriptif dengan jumlah responden yang mengikuti pre-test dan post-test sebanyak 30 orang. Hasil pre-test menunjukkan nilai rata-rata $4,63 \pm 2,01$ dengan rentang skor 1–8, yang menggambarkan tingkat pengetahuan awal responden masih relatif rendah dan cukup bervariasi. Setelah diberikan intervensi, hasil post-test menunjukkan peningkatan rata-rata menjadi $8,90 \pm 0,31$ dengan rentang skor 8–9, yang mengindikasikan hampir seluruh responden memperoleh skor tinggi setelah intervensi serta variasi antarresponden menjadi sangat kecil. Secara keseluruhan, terjadi peningkatan rata-rata skor sebesar 4,27 poin dari pre-test ke post-test, yang mengindikasikan bahwa intervensi yang diberikan efektif dalam meningkatkan pengetahuan responden.

Tabel 4. Hasil Uji Paired Sample T-test

Variabel	Mean difference	t	dfSig. (2-tailed)
Inedependen	-4.267	11.043	29<0,001
Dependen			

Hasil uji *Paired Sample T-Test* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,001 ($p < 0,05$), sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai pre-test dan post-test. Ini menunjukkan bahwa intervensi edukasi perilaku pencegahan halitosis efektif meningkatkan pengetahuan responden.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi kebersihan mulut dalam perspektif Islam efektif meningkatkan pengetahuan dan perilaku pencegahan halitosis pada responden. Temuan ini sejalan dengan ajaran Islam yang menempatkan kebersihan sebagai bagian penting dalam kehidupan seorang muslim. Allah SWT berfirman dalam QS. Al-Baqarah ayat 222:

إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ

"Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertaubat dan menyukai orang-orang yang mensucikan diri." (QS. Al-Baqarah: 222).

Ayat tersebut menunjukkan bahwa perilaku menjaga kebersihan, termasuk kebersihan rongga mulut, merupakan salah satu bentuk implementasi nilai-nilai Islam dalam kehidupan sehari-hari. Kebersihan mulut yang baik dapat mencegah terjadinya halitosis serta meningkatkan kenyamanan dalam berinteraksi sosial dan beribadah.

Selain itu, Rasulullah SAW sangat menganjurkan pemeliharaan kebersihan mulut melalui penggunaan siwak. Sebagaimana sabda beliau:

لَوْلَا أَنِ أَشَقَّ عَلَى أُمَّتِي لِأَمْرِهِمْ بِالسَّوَالِكِ عِنْدَ كُلِّ صَلَاةٍ

"Seandainya tidak memberatkan umatku, niscaya aku perintahkan mereka bersiwak setiap kali hendak salat" (HR. Bukhari dan Muslim).

Hadis tersebut menunjukkan bahwa kebersihan rongga mulut memiliki kedudukan yang penting dalam Islam. Oleh karena itu, edukasi kesehatan yang dikombinasikan dengan nilai-nilai keislaman dapat menjadi pendekatan yang efektif untuk meningkatkan kesadaran dan motivasi masyarakat dalam menerapkan perilaku pencegahan halitosis. Pendekatan religius tidak hanya memberikan pemahaman kesehatan, tetapi juga mendorong individu untuk menjalankan perilaku hidup sehat sebagai bagian dari ibadah dan ketaatan kepada Allah SWT.

Halitosis merupakan kondisi bau mulut tidak sedap yang sebagian besar disebabkan oleh faktor intraoral, terutama akumulasi plak, kebersihan lidah yang buruk, serta aktivitas bakteri anaerob penghasil *volatile sulfur compounds* (VSCs).¹ Penelitian terbaru menyebutkan bahwa sekitar 80–90% kasus halitosis berasal dari rongga mulut, khususnya akibat metabolisme bakteri anaerob pada dorsum lidah dan jaringan periodontal.² Senyawa sulfur volatil seperti hidrogen sulfida dan metil merkaptan menjadi penyebab utama timbulnya bau mulut.³ Oleh karena itu, edukasi mengenai perilaku menjaga kebersihan gigi dan mulut menjadi salah satu langkah preventif yang penting dalam mengurangi kejadian halitosis.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan gigi dan mulut dapat meningkatkan pengetahuan serta perilaku oral hygiene masyarakat secara signifikan. Edukasi yang diberikan secara terstruktur mampu meningkatkan kebiasaan menyikat gigi, membersihkan lidah, menggunakan obat kumur, serta menjaga pola hidup sehat yang berhubungan dengan pencegahan halitosis.⁴ Selain itu, pendekatan edukatif dinilai lebih efektif apabila dilakukan secara komunikatif dan disesuaikan dengan nilai budaya maupun spiritual masyarakat.

Edukasi pada penelitian ini dikombinasikan dengan perspektif Islam sehingga memberikan penguatan nilai religius terhadap perilaku menjaga kebersihan mulut. Dalam Islam, menjaga kebersihan merupakan bagian dari iman dan dianjurkan dalam kehidupan sehari-hari, termasuk menjaga kebersihan gigi dan mulut melalui praktik bersiwak. Penelitian terbaru mengenai siwak menyebutkan bahwa praktik kebersihan mulut dalam Islam memiliki dasar ilmiah dan terbukti membantu menjaga kesehatan rongga mulut melalui efek antibakteri serta pengurangan akumulasi plak.⁵ Pendekatan berbasis nilai Islam dapat meningkatkan motivasi intrinsik responden karena perilaku menjaga kebersihan mulut tidak hanya dipandang sebagai kebutuhan kesehatan, tetapi juga bagian dari ibadah dan sunnah Rasulullah SAW.

Distribusi usia responden yang didominasi kelompok dewasa muda usia 26–35 tahun juga dapat mempengaruhi keberhasilan intervensi edukasi. Kelompok usia dewasa muda cenderung lebih mudah menerima informasi kesehatan dan menerapkan perubahan perilaku dibandingkan kelompok usia lanjut. Selain itu, kelompok usia produktif memiliki interaksi sosial yang tinggi sehingga lebih memperhatikan kondisi halitosis karena dapat memengaruhi rasa percaya diri, komunikasi sosial, dan kualitas hidup seseorang.⁶

Mayoritas responden dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan. Perempuan umumnya memiliki perhatian lebih besar terhadap kebersihan diri dan kesehatan rongga mulut dibandingkan laki-laki, sehingga lebih mudah menerima edukasi kesehatan dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Hal tersebut dapat mendukung peningkatan hasil post-test pada penelitian ini.

Peningkatan nilai post-test menunjukkan bahwa intervensi edukasi yang diberikan berhasil meningkatkan pengetahuan dan perilaku responden terkait pencegahan halitosis. Hasil ini memperlihatkan bahwa edukasi kesehatan berbasis pendekatan religius dapat menjadi metode promotif dan preventif yang efektif dalam meningkatkan perilaku oral hygiene masyarakat. Dengan meningkatnya perilaku menjaga kebersihan mulut, maka risiko terjadinya halitosis dapat diminimalkan sehingga kualitas hidup dan kepercayaan diri individu menjadi lebih baik.

KESIMPULAN

Intervensi edukasi kebersihan mulut dalam perspektif Islam terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku pencegahan halitosis pada masyarakat dewasa. Penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan berhasil meningkatkan pemahaman responden mengenai pentingnya menjaga kebersihan rongga mulut. Integrasi materi kesehatan dengan nilai-nilai keislaman mampu memperkuat motivasi individu dalam menerapkan perilaku *oral hygiene* sebagai bagian dari upaya menjaga kesehatan sekaligus menjalankan ajaran agama. Oleh karena itu, pendekatan edukasi berbasis nilai religius dapat menjadi strategi yang efektif dalam program promosi kesehatan gigi dan mulut di masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

1. Porter SR, Scully C. Oral malodour (halitosis). *BMJ*. 2006;333(7569):632–5.
2. Silva MF, Leite FRM, Ferreira LB, Pola NM, Scannapieco FA, Demarco FF. Estimated prevalence of halitosis: a systematic review and meta-regression analysis. *Clin Oral Investig*. 2018;22(1):47–55.
3. Aylikeci BU, Colak H. Halitosis: from diagnosis to management. *J Nat Sci Biol Med*. 2013;4(1):14–23.
4. Schwendicke F, Krois J, Gomez J. Impact of oral health knowledge on caries prevention and oral health behaviour. *Community Dent Oral Epidemiol*. 2022;50(4):325–32.
5. Green LW, Kreuter MW. Health program planning: an educational and ecological approach. 5th ed. New York: McGraw-Hill; 2022.
6. Alharbi G, Quadri MFA. Oral health knowledge, attitude and practice among Muslim communities: implications for oral health promotion. *BMC Oral Health*. 2023;23(1):421.
7. Santrock JW. Life-span development. 18th ed. New York: McGraw-Hill Education; 2022.
8. Pitts NB, Twetman S, Fisher J, Marsh PD. Understanding dental caries as a non-communicable disease. *Br Dent J*. 2021;231(12):749–753.
9. World Health Organization. Global oral health status report: towards universal health coverage for oral health by 2030. Geneva: WHO; 2022.
10. Peres MA, Macpherson LMD, Weyant RJ, Daly B, Venturelli R, Mathur MR, et al. Oral diseases: a global public health challenge. *Lancet*. 2019;394(10194):249–260.
11. Duangthip D, Gao SS, Chen KJ, Lo ECM, Chu CH. Early childhood caries and associated factors among children: a systematic review. *BMC Oral Health*. 2023;23(1):1–12.
12. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Survei Kesehatan Indonesia 2023. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2023.
13. Featherstone JDB, Chaffee BW. Caries management by risk assessment. *Adv Dent Res*. 2021;32(1):29–35.
14. Schwendicke F, Krois J, Gomez J. Impact of oral health knowledge on caries prevention. *Community Dent Oral Epidemiol*. 2022;50(4):325–332.
15. American Academy of Pediatric Dentistry. Policy on early childhood caries: classifications, consequences, and preventive strategies. Chicago: AAPD; 2024.
16. Notoatmodjo S. Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2021.
17. Anderson LW, Krathwohl DR. A taxonomy for learning, teaching and assessing: a revision of Bloom's taxonomy of educational objectives. New York: Longman; 2020.
18. Al-Batayneh OB, Owais AI, Khader YS. Oral health knowledge and practices among school children. *Int J Paediatr Dent*. 2021;31(5):650–658.
19. Yuniarramah E, Rahman F, Dewi N. Effectiveness of educational games on oral health knowledge among elementary school students. *BMC Oral Health*. 2023;23(1):1–9.
20. Dichev C, Dicheva D. Gamification in education: systematic review of educational effectiveness. *Educ Technol Res Dev*. 2021;69(3):1255–1280.
21. Green LW, Kreuter MW. Health program planning: an educational and ecological approach. New York: McGraw-Hill; 2022.