

---

## Message Framing untuk Meningkatkan Frekuensi Menyikat Lidah

Jumra Sayman<sup>1</sup>, Rohmah Rifani<sup>2</sup>, Ahmad Ridfah<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar. Indonesia

E-mail: [jumrasaymandau@gmail.com](mailto:jumrasaymandau@gmail.com)<sup>1</sup>, [rohmah.rifani@unm.com](mailto:rohmah.rifani@unm.com)<sup>2</sup>, [ahmad.ridfah@unm.ac.id](mailto:ahmad.ridfah@unm.ac.id)<sup>3</sup>

---

### Article History:

Received: 13 Juli 2022

Revised: 31 Juli 2022

Accepted: 01 Agustus 2022

### Keywords:

Gain, Loss, Tongue Cleaning, Message Framing, Health Behaviour.

**Abstract:** *Since the awareness of tongue cleansing for health's sake in a real life is still considered as useless activity, several people denied to clean their tongue regularly. This research was purposely conducted to investigate the effect of message framing towards tongue cleaning behaviour. This quasi-experiment was designed for the classic experiment or two group, pre-test & post-test with follow up. The participants (N=20) involving in this study was grouped into two teams, and both the groups were instructed to read the article with gain and loss framed message. The result of Friedman test clearly indicated that there was a significant difference of the mean score of brushing tongue frequency before and after reading the article, including follow up among both of the group 1 (M=0.2; M=3) ( $p = 0.000$ ;  $p < 0.05$ ) and group 2 (M=1; M=4.7) ( $p = 0.000$ ;  $p < 0.05$ ). On the other hand, Kruskal-Wallis experiment revealed that there was a significant difference of the mean score of posttest and follow up between group 1 (M=7.50) and group 2 (M= 13.5) ( $p = 0.017$ ;  $p < 0.05$ ). The final result of this study showed that both of the message framing styles were effective to increase the frequency of cleaning the tongue among the participant, which the loss framed style was more effective. The message framing was effective as an intervention in promoting the health behavior.*

---

## PENDAHULUAN

Upaya menjaga kesehatan dapat dilakukan dengan memberikan perhatian pada kesehatan rongga mulut. Nur'aeny, Wahyuni, dan Hidayat (2018) mengemukakan bahwa kesehatan rongga mulut yang kurang dijaga akan menyebabkan infeksi pada jaringan keras (gigi) dan jaringan lunak (gusi dan lidah). Infeksi pada jaringan keras akan menyebabkan pembentukan karang gigi dan karies gigi, sementara infeksi pada jaringan lunak akan menyebabkan periodontitis dan selaput lidah (*tongue coating*). Infeksi yang terjadi pada jaringan keras dan lunak dalam jangka panjang dapat menjadi faktor resiko individu menderita kanker rongga mulut.

Peneliti melakukan survei awal untuk mengetahui kebiasaan mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar dalam menjaga kesehatan lidah. Sebanyak 16 mahasiswa berpartisipasi mengisi kuesioner *online*. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa mahasiswa

---

terlibat aktivitas membersihkan lidah dengan frekuensi yang bervariasi, berkisar antara sekali sehari dan hanya pernah melakukan sekali. Mahasiswa juga melaporkan masalah kesehatan mulut yang dialami berupa pengeroposan gigi (karies gigi), pelapisan lidah (*tongue coating*), karang gigi, dan bau mulut (halitosis). Mahasiswa melaporkan bahwa permasalahan yang dialami mengganggu dalam aktivitas harian, seperti kurang percaya diri untuk berkomunikasi dengan orang lain.

Penelitian yang dilakukan oleh Kishi, Kimura, Ohara-Nemoto, Kishi, Aizawa, Moriya, dan Yonemitsu (2002) pada 30 sukarelawan di Jepang, menunjukkan bahwa pada lidah yang tidak dibersihkan ditemukan bakteri penyebab karies gigi, *tongue coating*, dan penyakit periodontitis. Kusama, Inoue, Kikuchi, Sakashita, Ochiai, dan Miyazaki (2016) mengemukakan bahwa bakteri yang hidup di lidah dapat menjadi faktor risiko penyebab individu menderita kanker mulut. Bakteri yang sering dijumpai berkoloni di permukaan lidah adalah bakteri *staphylococci* dan *streptococci* yang merupakan bakteri penyebab penyakit periodontitis. Penyakit periodontitis dilaporkan menjadi faktor resiko dari penyakit lainnya, seperti gangguan kardiovaskular, kanker paru-paru, gangguan kehamilan, dan radang sendi.

McKeown (2003) mengemukakan bahwa selain penyakit fisik, tidak membersihkan lidah juga berdampak pada kehidupan sosial individu. Mikroorganisme yang hidup berkoloni di lidah menyebabkan individu mengalami halitosis (bau mulut). Individu dengan halitosis menarik diri untuk bersosialisasi karena kurang percaya diri dan malu. Individu cenderung untuk membatasi kontak dengan individu lain untuk menghindari perasaan tidak nyaman dan mendapatkan citra buruk.

Azodo, Ehizele, Umoh, Ojehanon, Akhionbare, Okechukwu, dan Igbinosa (2010) mengemukakan bahwa membersihkan lidah merupakan komponen penting dari upaya menjaga kesehatan gigi dan mulut. Danser, Gomez, dan Weijden (2003) mengemukakan bahwa membersihkan lidah secara efektif dapat menurunkan populasi bakteri pada lidah dan menjaga kondisi lidah dan mulut tetap sehat. Kishi, dkk (2002) mengemukakan bahwa membersihkan lidah secara teratur terbukti menurunkan massa bakteri yang terdapat di lidah. Penurunan massa bakteri dan mikroorganisme yang hidup di lidah menyebabkan penurunan pada halitosis, *tongue coating*, dan kemungkinan mengalami karies gigi dan penyakit periodontitis. Membersihkan lidah dapat dilakukan dengan menggunakan sikat gigi.

Matsui, Chosa, Shimoyama, Minami, Kimura, dan Kishi (2014) mengemukakan bahwa membersihkan lidah merupakan perilaku yang dilakukan untuk menghilangkan pelapisan pada lidah, mengontrol bakteri oral, dan mencegah individu mengalami halitosis. Azodo, Ehizele, Umoh, Ojehanon, Akhionbare, Okechukwu, dan Igbinosa (2010) mengemukakan bahwa membersihkan lidah secara efektif dapat berkontribusi dalam mencegah individu menderita penyakit periodontitis. Membersihkan lidah secara nyata dapat mengurangi bau mulut yang disebabkan oleh bakteri. Pembentukan selaput pada lidah menjadi penanda utama individu mengalami halitosis.

Davis (1995) mengemukakan bahwa meskipun kesadaran dan keprihatinan terhadap ancaman kesehatan meluas, masih jarang individu yang terlibat dalam perilaku sehat. Neukom dan Ashford (Cheng, Woon, & Lynes, 2015) mengemukakan bahwa untuk menjembatani celah tersebut, mempertimbangkan bagaimana informasi tentang ancaman kesehatan dikomunikasikan merupakan komponen penting. Rothman dan Updegraff (2010) mengemukakan bahwa organisasi baik besar, kecil, publik, dan pribadi terus mengandalkan komunikasi kesehatan sebagai cara untuk memotivasi dan mendukung perilaku sehat. Dengan demikian, penyusunan dan perancangan materi komunikasi kesehatan yang strategis berpotensi untuk meningkatkan

dampaknya pada perilaku dan pada gilirannya untuk kesehatan individu. Sherman, Mann, dan Updegraff (2006) mengemukakan bahwa komunikasi kesehatan dapat dibuat dalam dua bentuk pesan, yaitu pesan yang memberikan gambaran keuntungan dan pesan yang memberikan gambaran kerugian dari suatu perilaku terhadap kesehatan.

Rothman dan Updegraff (2010) mengemukakan bahwa *message framing* adalah pesan yang berfokus pada keuntungan yang diperoleh dengan melakukan perilaku sehat dan kerugian yang dialami karena tidak melakukan perilaku sehat. *Message framing* bertujuan untuk mendorong individu untuk terlibat dalam aktivitas perilaku sehat. Rothman dan Salovey (1997) mengemukakan bahwa *message framing* adalah teknik manipulasi persepsi penerima tentang hasil dari suatu perilaku dalam hal keuntungan dan kerugian. Sehingga, *message framing* terbagi ke dalam dua bentuk, yaitu *gain framed message* dan *loss framed message*.

Sherman, Mann, dan Updegraff (2006) mengemukakan bahwa *gain frame* merupakan pesan yang disampaikan dengan tujuan memberikan informasi ke pada individu tentang manfaat yang diperoleh ketika terlibat dalam suatu perilaku. *Loss frame* adalah pesan yang disampaikan dengan tujuan memberikan serangkaian fakta terkait konsekuensi yang akan diperoleh individu ketika tidak melakukan suatu perilaku. Rothman, Bartels, Wlaschin, dan Salovey (2006) mengemukakan bahwa pesan *gain frame* dapat merujuk pada keuntungan yang mungkin diperoleh atau kerugian yang tidak akan diperoleh. Pesan *loss frame* dapat merujuk pada kerugian yang mungkin diperoleh atau keuntungan yang tidak akan diperoleh. Baek dan Yoon (2017) mengemukakan bahwa *message framing* bersifat persuasif. Jadhav, Dodamani, Karibasappa, Naik, Khairnar, Deshmukh, dan Vishwakarma (2016) mengemukakan bahwa *framed message* efektif ketika pesan yang disampaikan relevan dengan isu atau permasalahan yang sedang dialami oleh individu. Borah dan Xiao (2018) mengemukakan bahwa sumber dari informasi yang diperoleh memengaruhi tingkat kepercayaan individu atas keabsahan informasi yang diperoleh

Buunk-Werkhoven, Dijkstra, Jaso, Acevedo, Estellano, dan Silla (2011) mengemukakan bahwa dalam promosi kesehatan oral, *message framing* sering digunakan dengan tujuan untuk memengaruhi individu agar terlibat perilaku sehat. White (2012) mengemukakan bahwa ide *message framing* adalah membungkus pesan yang terkandung dalam informasi agar lebih mudah dipahami. *Message framing* menjadikan informasi yang disampaikan menjadi mudah diproses, mudah dipahami. Semakin mudah dipahami, maka individu memersepsikan perilaku mudah dilakukan yang berdampak pada kesediaan individu untuk berperilaku yang diharapkan semakin besar.

Penelitian yang dilakukan oleh Sherman, Mann, dan Updegraff (2006) terhadap 67 mahasiswa yang dibagi secara acak untuk membaca artikel *gain* dan *loss message framing*, hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa kedua bentuk *message framing* secara signifikan efektif dalam meningkatkan perilaku sehat preventif seperti penggunaan benang gigi pada individu. Penelitian yang sama juga dilakukan oleh Updegraff, Brick, Emanuel, Mintzer, dan Sherman (2015) pada 855 sukarelawan di Amerika, memperoleh hasil yang menunjukkan bahwa *message framing* secara signifikan memengaruhi perubahan perilaku penggunaan benang gigi.

Buunk-Werkhoven, Dijkstra, Jaso, Acevedo, Estellano, dan Silla (2011) melakukan penelitian pada 155 partisipan yang berasal dari Uruguay dan Spanyol. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efek *gain* dan *loss message framing* terhadap perilaku kesehatan oral yang meliputi menyikat gigi, penggunaan benang gigi, dan membersihkan lidah. Hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa *message framing* dalam bentuk *gain* maupun *loss* sama-sama efektif dalam mempromosikan perilaku kesehatan oral. Partisipan menunjukkan peningkatan intensitas dalam keterlibatan melakukan perilaku sehat seperti menyikat gigi, penggunaan benang, dan menyikat

---

lidah

Elbert dan Ots (2018) mengemukakan bahwa komunikasi kesehatan yang memanfaatkan teknik *message framing* banyak ditemukan disajikan dalam bentuk artikel yang dapat dibaca dan mudah dipahami oleh individu. Artikel dengan *message framing* disusun berdasarkan fakta yang berkaitan dengan perilaku yang diharapkan dengan penyajian yang lebih mudah dipahami. Artikel tersebut memanfaatkan unsur sumber yang terpercaya, seperti hasil studi dari penelitian. Davis (1995) mengemukakan bahwa informasi yang disajikan dengan memanfaatkan teknik *message framing* akan memengaruhi individu dalam memersepsikan ancaman dan solusi yang diberikan.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai pengaruh *message framing* terhadap perilaku membersihkan lidah dan membandingkan perbedaan pengaruh antara *gain* dan *loss framed message* terhadap perilaku membersihkan lidah.

## METODE PENELITIAN

Penulis menggunakan metode penelitian eksperimen dengan *the classic experiment or two group, pretest-posttest with follow up* untuk mengetahui pengaruh *message framing* dalam meningkatkan frekuensi menyikat lidah pada mahasiswa. Subjek dibagi ke dalam dua kelompok untuk membaca artikel. Kelompok eksperimen 1 membaca artikel dengan *gain framed message*, sedangkan kelompok eksperimen 2 membaca artikel dengan *loss framed message*.

Partisipan yang berpartisipasi dalam penelitian merupakan mahasiswa di Fakultas Psikologi UNM sebanyak 20 orang. Teknik pengambilan *sample* dalam penelitian ini adalah teknik *accidental sampling*. Partisipan yang terlibat dalam penelitian ini harus memenuhi kriteria, yaitu mahasiswa di Fakultas Psikologi UNM, pernah membersihkan lidah (minimal 1 kali), memiliki masalah kesehatan mulut (karang gigi, pelapisan lidah, gigi keropos, dan halitosis), dan mengisi lembar kesediaan untuk mengikuti seluruh rangkaian penelitian. Partisipan diperoleh secara *online* dengan mengisi kuesioner melalui tautan yang dibagikan.

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner dengan 1 pertanyaan, “berapa kali anda menyikat lidah”. Artikel yang dibaca memiliki konten yang sama, yang terdiri dari tata cara membersihkan lidah, alat yang digunakan untuk membersihkan lidah, dan manfaat dari membersihkan lidah, perbedaan hanya terletak pada argumen yang disertakan ke dalam artikel. Artikel *gain framed message* akan berisi argumen tentang keuntungan yang akan diperoleh ketika individu mau menyikat lidah, sedangkan artikel *loss framed message* berisi argumen tentang kerugian yang akan dialami ketika individu tidak mau menyikat lidah.

Penelitian berlangsung secara *online* melalui aplikasi *meeting online (zoom)*. Partisipan terlebih dahulu mengisi lembar pretest melalui tautan yang dibagikan oleh peneliti. Partisipan menerima perkenalan singkat tentang kegiatan yang akan dilakukan. Kemudian partisipan diminta untuk membuka tautan yang dibagikan oleh peneliti di *room chat* aplikasi *chatting online*. Peneliti memberikan instruksi kepada partisipan untuk membaca artikel yang telah dibuka oleh partisipan. Setelah membaca, partisipan diinstruksikan untuk menutup artikel, selanjutnya mengisi lembar evaluasi melalui tautan yang dibagikan. Di akhir kegiatan, peneliti membagikan tautan yang berisikan lembar *manipulation check*, dan meminta partisipan untuk mengisi lembar tersebut. Peneliti menyampaikan akan menghubungi partisipan Kembali untuk melakukan pengukuran tiga hari setelah membaca artikel, dan 17 hari setelah pengukuran kedua.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan dengan rentang usia 23 sampai 26 tahun. Jumlah responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini adalah 20 orang. Partisipan yang mengisi manipulation check tidak sesuai dengan kelompoknya dianggap gugur. Pengecekan manipulation check yang dilakukan menunjukkan bahwa seluruh data partisipan dapat digunakan. Hal ini terjadi karena partisipan memberikan jawaban yang sesuai dengan kondisi manipulasi yang diterima. Gambaran deskriptif responden penelitian berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat dalam tabel berikut:

**Tabel 1. Deskripsi jenis kelamin partisipan penelitian**

Karakteristik Partisipan	Frekuensi	Persentase (%)
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-Laki	4 Orang	20 %
Perempuan	16 Orang	80 %
<b>Rentang Usia</b>		
23 Tahun	2 Orang	10%
24 Tahun	7 Orang	35%
25 Tahun	7 Orang	35%
26 Tahun	4 Orang	20%
<b>Kelompok</b>		
Kelompok Eksperimen 1	10 Orang	50%
Kelompok Eksperimen 2	10 Orang	50%
<b>Total</b>	<b>63 Orang</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas jumlah partisipan berjenis kelamin perempuan lebih banyak dibandingkan laki-laki. Partisipan perempuan berjumlah 16 orang (80%) dan partisipan berjenis kelamin laki-laki berjumlah 4 orang (20%). Jumlah partisipan yang berusia 24 dan 25 lebih banyak dibandingkan dengan usia lain. Jumlah partisipan dengan usia 24 dan 25 tahun masing-masing berjumlah sebanyak 7 orang (35%), kemudian usia 26 sebanyak 4 orang (20%), dan usia 23 sebanyak 2 orang (10%).

### 1. Deskripsi Data Penelitian

Data penelitian diperoleh dari frekuensi menyikat lidah yang dilakukan oleh partisipan tiap kelompok *pretest* dan *posttest*.

**Tabel 2. Deskripsi data empirik frekuensi menyikat lidah**

Kelompok		Min	Max	Mean	SD
KE1	<i>Pre-test</i>	0	0,33	0,067	0,14
	<i>Post-test</i>	0,33	2	1	0,49
	<i>Follow up</i>	0,29	2	1,05	0,6
KE2	<i>Pre-test</i>	0	0,33	0,03	0,11
	<i>Post-test</i>	1	2	1,57	0,49
	<i>Follow up</i>	1	2	1,49	0,46

Tabel 2 menunjukkan bahwa pada pengukuran *pretest* skor minimum untuk KE1 dan KE2 sama, yaitu 0. Skor pada pengukuran *posttest* diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa skor minimum KE1 adalah 0,33 dan KE2 sebesar 1. Pengukuran *follow up* juga memperoleh hasil yang sama, skor KE2 lebih besar dibandingkan dengan KE1, dengan nilai minimum untuk KE2 sebesar 1,49 dan KE1 sebesar 1,05. Skor pada pengukuran *posttest* dan *follow up* menunjukkan bahwa skor yang diperoleh KE2 lebih tinggi daripada KE1 yang ditunjukkan dengan skor mean KE2 lebih besar dibandingkan dengan KE1. Skor mean KE2 pada pengukuran *posttest* dan *follow up* sama, yaitu sebesar 2, sedangkan KE1 memperoleh skor 1 untuk *posttest* dan 1,05 untuk *follow up*.

## 2. Hasil Uji Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini ada dua, yaitu hipotesis I dan hipotesis II. Hipotesis I yaitu ada pengaruh *message framing* dalam meningkatkan frekuensi menyikat lidah pada mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar. Hipotesis II yaitu ada perbedaan pengaruh *gain framed message* dan *loss framed message* dalam meningkatkan frekuensi menyikat lidah. Pengujian hipotesis pada penelitian ini menggunakan analisis uji *Friedman* untuk *within subject*, dan uji *Kruskall-Wallis* untuk *between subject* yang diuji menggunakan program *SPSS 22.00 for windows*. Tabel berikut menunjukkan hasil uji hipotesis dalam penelitian ini:

**Tabel 3. Hasil uji Friedman**

	Test Statistics <sup>a</sup>	
	KE1	KE2
N	10	10
Chi-Square	16,270	17,657
df	2	2
Asymp. Sig.	0,000	0,000

Berdasarkan tabel terlihat bahwa nilai signifikansi masing-masing kelompok sebesar 0,000 ( $< 0,05$ ) sehingga dapat dinyatakan bahwa ada perbedaan rata-rata peningkatan pada grup KE1 dan KE2 terhadap waktu pengukuran frekuensi menyikat lidah setelah membaca artikel dengan *gain* dan *loss framed message*.

Analisis lanjut dilakukan untuk mengetahui perbedaan pada masing-masing waktu pengukuran. Uji lanjutan dilakukan dengan menggunakan uji *Wilcoxon*. Berikut merupakan analisis lanjutan grup KE1 & KE2:

**Table 4. Hasil uji Wilcoxon**

Kelompok		Test Statistics <sup>a</sup>		
		<i>Post-test - Pre-test</i>	<i>Follow up - Pre-test</i>	<i>Follow up - Post-test</i>
KE1	Z	-2.831 <sup>b</sup>	-2.805 <sup>b</sup>	-.338 <sup>b</sup>
	Asymp. Sig. (2-tailed)	.005	.005	.735
KE2	Z	-2,848 <sup>b</sup>	-2,807 <sup>b</sup>	-1,625 <sup>c</sup>
	Asymp. Sig. (2-tailed)	0,004	0,005	0,104

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on negative ranks.

Hasil uji Wilcoxon yang dilakukan menunjukkan bahwa pada KE1 dan KE2 terdapat perbedaan frekuensi menyikat lidah antara *pretest* dan *posttest*, serta *pretest* dan *follow up*. Untuk KE1 nilai signifikansi antara *pretest* dan *posttest*, serta *pretest* dan *follow up* masing-masing dengan nilai *Asymp. Sig* = 0,005 ( $p < 0,017$ ). Sedangkan, pada perbandingan *posttest* dan *follow up* diperoleh nilai *Asymp. Sig* = 0,735 ( $p > 0,017$ ), sehingga tidak ada perbedaan frekuensi menyikat lidah pada pengukuran *posttest* dan *follow up*. Pada KE2 nilai signifikansi untuk *pretest* dan *posttest* adalah sebesar *Asymp. Sig* = 0,004 ( $p < 0,017$ ), serta *pretest* dan *follow up* serta *pretest* dan *follow up* dengan *Asymp. Sig* = 0,005 ( $p < 0,017$ ). Sedangkan, pada perbandingan *posttest* dan *follow up* diperoleh nilai *Asymp. Sig* = 0,104 ( $p > 0,017$ ), sehingga tidak ada perbedaan frekuensi menyikat lidah pada pengukuran *posttest* dan *follow up*.

**Tabel 5. Hasil uji Kruskal-Wallis**

	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Follow up</i>
Chi-Square	0,373	5,672	4,255
df	1	1	1
Asymp. Sig.	0,542	0,017	0,039

Hasil uji *Kruskal-Wallis* menunjukkan bahwa pada hasil *pre-test*, diperoleh *Asymp. Sig* = 0,542 ( $p > 0,05$ ). Diketahui nilai *chi-square* hitung sebesar 0,373 sehingga *chi-square* hitung lebih kecil dari *chi square* tabel (0,373 < 3,841). Sehingga, tidak ada perbedaan antara Kelompok Eksperimen 1 (KE1), dan Kelompok Eksperimen 2 (KE2) berdasarkan hasil *pre-test*. Pada hasil *post-test*, diperoleh  $p = 0,017$  ( $p < 0,05$ ). Diketahui nilai *chi-square* tabel sebesar 3,841, sehingga *chi-square* hitung lebih besar dari *chi square* tabel (5,672 > 3,841). Sehingga, ada perbedaan antara grup KE1 dan grup KE2 berdasarkan hasil *post-test*. Pada hasil *follow up*, diperoleh  $p = 0,039$  ( $p < 0,05$ ). Diketahui nilai *chi-square* tabel sebesar 3,841, sehingga *chi-square* hitung lebih besar dari *chi square* tabel (4,255 > 3,841). Sehingga, ada perbedaan antara grup KE1 dan grup KE2 berdasarkan hasil *follow up*.

## Pembahasan

Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar. Partisipan penelitian berjumlah 20 yang terdiri dari 16 orang perempuan dan 4 orang laki-laki. Partisipan dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu Kelompok Eksperimen 1 (KE1) dan Kelompok Eksperimen 2 (KE2). Perlakuan yang diberikan kepada partisipan dalam grup KE1 dan KE2 adalah artikel kesehatan lidah menggunakan teknik *message framing* yang dibedakan menjadi dua *framing*, yaitu *framing gain* untuk grup KE1 dan *framing loss* untuk KE2.

Hasil analisis data *pretest* melalui kuesioner yang diisi oleh partisipan, ditemukan permasalahan kesehatan mulut yang dialami adalah karang gigi, bau mulut, pelapisan pada lidah, pengeroposan gigi, dan infeksi gusi. Partisipan juga melaporkan bahwa menyikat lidah menjadi aktivitas yang hamper tidak pernah dilakukan sebagai bagian dari upaya menjaga kesehatan mulut. Nur'aeny, Wahyuni, dan Hidayat (2018) mengemukakan bahwa tidak membersihkan lidah setelah sikat gigi dapat meningkatkan kemungkinan untuk mengalami karang gigi, bau mulut, pelapisan pada lidah, pengeroposan gigi, dan infeksi gusi.

---

Partisipan mengemukakan bahwa permasalahan kesehatan mulut yang dialami menyebabkan partisipan malu dan tidak percaya diri untuk berkomunikasi dengan orang lain. McKeown (2003) mengemukakan bahwa bau mulut (halitosis) yang dialami individu sering menjadi penyebab individu menarik diri dari lingkungan sosial, karena khawatir bau mulut akan mengganggu lawan bicara dan mendapatkan citra diri yang buruk. Kekhawatiran yang dialami individu menyebabkan individu menghindar dan menarik diri dari lingkungan sosial.

Partisipan mengemukakan bahwa pelapisan pada lidah dan infeksi gusi, mengganggu partisipan dalam mengonsumsi makanan. Ketidaknyamanan muncul karena disebabkan menurunnya kemampuan lidah untuk merasakan makanan, sehingga terasa hambar dan mengurangi kenikmatan makanan. Selain itu, infeksi pada gusi memberikan rasa sakit ketika mengunyah makanan dan berbicara. Baiju, Peter, Varghese, dan Sivaram (2017) mengemukakan bahwa masalah kesehatan mulut berdampak pada kesejahteraan dan kualitas hidup individu. Masalah kesehatan mulut menyebabkan rasa sakit dan ketidaknyamanan, serta mengganggu aktivitas fisik, seperti mengunyah, bicara, dan tersenyum.

Frekuensi menyikat lidah dapat ditingkatkan dengan membaca artikel yang disusun dengan teknik *message framing*. *Message framing* adalah teknik komunikasi yang menekankan pesan kerugian dan keuntungan, yang akan diperoleh sebagai konsekuensi dari tindakan yang dilakukan individu. Hasil yang diperoleh dari *manipulation check* menunjukkan bahwa partisipan menilai artikel yang dibaca mudah dipahami dan menarik, berasal dari sumber yang dapat dipercaya, serta menggambarkan konsekuensi menguntungkan dan merugikan dari perilaku menyikat lidah. Pesan yang disampaikan dapat efisien ketika relevan dengan permasalahan yang dihadapi (Jadhav, Dodamani, Karibasappa, Naik, Khairnar, Deshmukh, & Vishwakarma, 2016), persuasif (Baek & Yoon, 2017), dan berasal dari sumber terpercaya (Borah & Xiao, 2018).

Hasil penelitian yang dilakukan pada 20 partisipan penelitian dalam grup KE1 dan KE2 menunjukkan bahwa pemberian artikel dengan *message framing* dapat meningkatkan frekuensi menyikat lidah. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil uji hipotesis menggunakan uji *Friedman* dengan nilai *Asymp.Sig p* < 0,05 sehingga hipotesis  $H_a$  diterima. Pada grup KE1 diketahui nilai *Asymp.sig* sebesar  $0,000 < 0,05$ , grup KE2 memperoleh nilai *Asymp.sig* sebesar  $0,000 < 0,05$ . Hasil uji hipotesis menunjukkan terdapat perbedaan frekuensi menyikat lidah sebelum dan sesudah membaca artikel kesehatan lidah pada kedua kelompok. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Sherman, Mann, dan Updegraff (2006) bahwa terdapat perbedaan signifikan frekuensi penggunaan benang gigi sebelum dan sesudah membaca artikel yang memanfaatkan teknik *message framing*. White (2012) mengemukakan bahwa *message framing* menjadikan informasi yang disampaikan menjadi mudah diproses, mudah dipahami. Semakin mudah informasi dipahami, maka individu memersepsikan perilaku mudah dilakukan yang berdampak pada kesediaan individu untuk berperilaku yang diharapkan semakin besar.

Hasil analisis data menunjukkan terdapat peningkatan frekuensi menyikat lidah pada partisipan yang dapat dilihat melalui perbedaan nilai mean pada masing-masing kelompok tiga hari sebelum dan sesudah membaca artikel. Pengukuran yang dilakukan sebelum pemberian perlakuan berdasarkan hasil *pretest* menunjukkan mean skor pada KE1 sebesar 0,2 dan KE2 sebesar 1, *posttest* pada KE1 sebesar 3 dan KE2 sebesar 4,7, serta *follow up* pada KE1 sebesar 17,8 dan KE2 sebesar 25,3. Peningkatan *mean* skor menunjukkan bahwa partisipan pada kedua kelompok mengalami peningkatan frekuensi menyikat lidah. Hal tersebut berarti pemberian artikel kesehatan lidah dengan teknik *message framing* berkontribusi dalam perubahan skor *mean* frekuensi menyikat lidah.

Uji hipotesis kedua dilakukan untuk membuktikan pengaruh jenis *framing* terhadap

peningkatan frekuensi menyikat lidah antara kelompok eksperimen yang diberi artikel dengan *gain framed* dan kelompok eksperimen yang diberi artikel dengan *loss framed*. Uji perbandingan terhadap grup KE1 dan KE2 pada skor *pretest* diperoleh nilai *asympt.sig*  $0,542 > 0,05$ , menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan frekuensi menyikat lidah, berbeda dengan hasil uji perbandingan pada skor *posttest* pada kedua kelompok, diperoleh hasil  $0,017 < 0,05$ , yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan frekuensi menyikat lidah setelah partisipan membaca artikel. Hasil yang sama juga diperoleh pada perbandingan pada skor *follow up* kedua kelompok, yaitu  $0,039 < 0,05$ , yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan frekuensi menyikat lidah setelah partisipan membaca artikel. Perbandingan pada skor mean menunjukkan bahwa *loss framed* lebih berpengaruh dalam meningkatkan frekuensi menyikat lidah pada partisipan. Penelitian yang dilakukan Pakpour, Yekaninejad, Sniehotta, Updegraff, dan Dombrowski (2013) memperoleh hasil yang menunjukkan bahwa *loss framed messages* lebih efektif dalam mendorong individu untuk melakukan perawatan oral.

Pakpour dkk (2013) mengemukakan bahwa proses yang dapat memediasi pengaruh *message framing* terhadap perilaku adalah perubahan pada kognitif sosial. Prediktor perubahan perilaku pada kognitif sosial adalah sikap dan intensi. Bandura (1997) mengemukakan bahwa intensi merupakan prediktor proksimal terhadap perilaku yang dilakukan individu. Intensi untuk melakukan suatu perilaku dipengaruhi oleh sikap individu terhadap perilaku. Individu yang memiliki penilaian yang baik terhadap informasi terkait yang diberikan memengaruhi intensi individu untuk melakukan perilaku tersebut.

## **KESIMPULAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil analisis data terhadap hipotesis mayor menggunakan uji *Friedman*, maka dapat disimpulkan bahwa *message framing* berpengaruh dalam meningkatkan frekuensi menyikat lidah pada mahasiswa. Hal tersebut dapat dilihat dari adanya peningkatan pada skor frekuensi menyikat lidah dari perbedaan hasil *post-test* dengan adanya *pre-test* sebagai baseline perbandingan perubahan. Seluruh partisipan mengalami peningkatan skor frekuensi menyikat lidah setelah pemberian artikel dengan teknik *message framing*. Subjek yang berada di kelompok yang membaca artikel dengan *loss framed message* mengalami peningkatan frekuensi menyikat lidah lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok yang membaca artikel dengan *gain framed*, sehingga dapat disimpulkan bahwa *loss framed message* lebih efektif dalam meningkatkan frekuensi menyikat lidah.

### **Saran**

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti mengajukan saran sebagai berikut:

1. Bagi subjek penelitian  
Informasi yang diperoleh dari membaca artikel kesehatan lidah diharapkan dapat membantu subjek untuk menerapkan perilaku sehat membersihkan lidah dalam kehidupan sehari-hari, serta dapat membantu subjek dalam menerapkan cara membersihkan lidah yang baik dan benar.
2. Bagi Dinas Kesehatan  
Dinas kesehatan disarankan untuk memanfaatkan *loss framed message* untuk promosi kesehatan gigi dan mulut pada masyarakat, karena terbukti efektif dalam meningkatkan frekuensi menyikat lidah.
3. Praktisi kesehatan gigi dan mulut

Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa *loss framed message* efektif dalam meningkatkan frekuensi menyikat lidah diharapkan dapat menjadi dasar bagi praktisi kesehatan untuk memanfaatkan *loss framed message* sebagai bagian dari intervensi.

4. Bagi peneliti selanjutnya
  - a. Peneliti menyarankan kepada peneliti selanjutnya untuk menambahkan jumlah subjek, sehingga hasil yang diperoleh dapat digeneralisasikan.
  - b. Peneliti menyarankan untuk menggunakan *message framing* dalam bentuk lain selain artikel.
  - c. Peneliti menyarankan untuk menambahkan variabel yang mungkin memediasi efek *message framing* terhadap frekuensi menyikat lidah.

#### **DAFTAR REFERENSI**

- Azodo, C. C., Ehizele, A. O., Umoh, A., Ojehanon, P., Akhionbare, O., Okechukwu, R., & Igbinosa, L. (2010). Tooth brushing, tongue cleaning and snacking behaviour of dental technology and therapist students. *Libyan Journal of Medicine*, 5(5028), 1-6.
- Azwar, S. (2016). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baek, T. H. & Yoon, S. (2017). Guilt and shame: Environmental message framing effects. *Journal of Advertising*, 1-14.
- Baiju, R. M., Peter, E., Varghese, N., & Sivaram, R. (2017). Oral health and quality of life: Current concepts. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 11(6), 21-26.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Borah, P. & Xiao, X. (2018). The importance of 'likes': The interplay of message framing, source, and social endorsement on credibility perceptions of health information on facebook. *Journal of Health Communication*, 1-13.
- Buunk-Werkhoven, Y. A. B., Dijkstra, A., Jaso, M. E., Acevedo, S., Estellano, G. P., & Silla, J. M. A. (2009). Persuasive oral hygiene communications in Uruguay and Spain. *Cross-Cultural Communication*, 7(1), 01-16.
- Cheng, T., Woon, D. K., & Lynes, J. K. (2011). The use of framed message in the promotion of environmentally sustainable behaviors. *Social Marketing*, 17(2), 48-62.
- Danser, M. M., Gomez, S. M., & Weijden, G. V. D. (2003). Tongue coating and tongue brushing: A literature review. *Int J Dent Hygiene*, 1, 151-158.
- Davis, J. J. (1995). The effects of framed message on response to environmental communications. *Research Environmental Communication*, 72(2), 285-299.
- Elberts, S. P., & Ots, P. (2018). Reading or listening to a gain- or loss-framed health message: Effects of framed message and communication mode in the context of fruit and vegetable intake. *Journal of Health Communication*, 6(23), 1-8.
- Jadhav, H. C., Dodamani, A. S., Karibasappa, G. N., Naik, R. G., Khairnar, M. H., Deshmukh, M. A., & Vishwakarma, P. (2016). Effect of reinforcement or oral health education message through short message service in mobile phones: A quasi-experimental trial. *International Journal of Telemedicine and Application*, 1-7.
- Kishi, M., Kimura, S., Ohara-Nemoto, Y., Kishi, K., Aizawa, F., Moriya, T., & Yonemitsu, M. (2002). Oral malodour and periodontopathic microorganisms in tongue coat of periodontally healthy subjects. *Dent Jpn*, 38, 24-28.
- Kusama, K., Inoue, H., Miyazaki, Y., Kikuchi, K., Sakashita, H., & Ochiai, K. (2016). Microorganisms and cancer of the oral cavity. *Integrative Cancer Science and Therapeutics*,

3(4), 510-515.

Matsui, M., Chosa, N., Shimoyama, Y., Minami, K., Kimura, S., & Kishi, M. (2014). Effects of tongue cleaning on bacterial flora in tongue coating and dental plaque: A crossover study. *Bio Medical Central Oral Health*, 14(4), 1-8.

McKeown, L. (2003). Social Relations and Breath Odor. *Int J Dent Hygiene* 1, 213-217.

Nur'aeny, N., Wahyuni, I. S., & Hidayat, W. (2018). Gambaran coated tongue di Masyarakat. *Conference paper*.

Pakpour, A. H., Yekaninejad, M. S., Sniehotta, F. F., Updegraff, J. A., & Dombrowski, S. U. (2013). The effectiveness of gain-versus loss-framed health messages in improving oral health in Iranian secondary schools: A cluster-randomized controlled trial. *Annals of Behavioral Medicine*, 47(3), 1-12.

Rothman, A. J., Bartels, R. D., Wlaschin, J., & Salovey, P. (2006). The strategic use of gain and loss framed message to promote healthy behavior: How theory can inform practice. *Journal of Communication*, 56, 202-220.

Rothman, A. J. & Updegraff, J. A. (2010). Specifying when and how gain- and loss-framed messages motivate healthy behavior: An integrated approach. In G. Keren (Ed.), *Society for Judgement and Decision Making series. Perspectives on framing* (p. 257-277). London: Psychology Press.

Sherman, D. K., Mann, T., & Updegraff, J. A. (2006). Approach/avoidant motivation, framed message, and health behavior: Understanding the congruency effect. *Motiv Emot*, 30, 165-169. doi:10.1007/s11031-006-9001-5.

Updegraff, J. A., Brick, C., Emanuel, A. S., Mintzer, R. E., & Sherman, D. K. (2015). Framed message for health: Moderation by perceived susceptibility and motivational orientation in a diverse sample of Americans. *Health Psychology*, 34(1), 20-29.

White, K. (2012). The effectiveness of message framing to influence behavior. Paper presented at "The science of getting people to do good" research briefing at the Stanford Graduate School of Business, Amerika Serikat.