

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengetahuan

1. Pengertian pengetahuan

Pengetahuan berkembang atas rasa penasarannya yang diinduksi oleh proses sensoris, khususnya melalui mata serta telinga pada konteks objek tertentu. Dalam pembentukan perilaku yang terbuka ataupun "open behaviour" (Donsu, 2017), pengetahuan memegang peran krusial. Konsep pengetahuan ataupun knowledge merujuk pada pemahaman individu pada suatu objek yang didapat melalui penggunaan indera, termasuk pendengaran, penglihatan, penciuman, rasa, serta perabaan. Proses penginderaan ini, yang diberikan pengaruh oleh intensitas perhatian serta persepsi terhadap objek, memberikan kontribusi signifikan dalam pembentukan pengetahuan. Sebagian banyak wawasan seseorang didapat melalui indera penglihatan serta indera pendengaran (Notoatmodjo, 2014).

Pengetahuan, dalam segala kompleksitasnya, tak bisa dilepaskan dari pengaruh pendidikan formal yang erat kaitannya dengannya. Harapan akan luasnya pengetahuan seringkali terkait dengan tingkat pendidikan yang tinggi. Namun, hal itu tak selalu berarti jika orang dengan pendidikan rendah akan mempunyai pengetahuan yang sempit. Peningkatan dalam pengetahuan tidak semata-mata bergantung pada pendidikan formal; pendidikan non formal juga mempunyai peran penting pada proses ini. Pengetahuan mengenai suatu objek tidaklah monolitik; ia terdiri dari dua sisi yang berbeda: yang positif serta yang negatif.

Kedua sisi ini akan membentuk sikap individu terhadap objek itu. Semakin tinggi aspek positif dari pengetahuan yang dimiliki seseorang tentang suatu objek, semakin mungkin sikapnya akan cenderung positif terhadap objek itu (Notoatmojo, 2014).

2. Tingkat pengetahuan

Menurut Daryanto (2017), Ketika datang ke Pengetahuan mengenai suatu objek, intensitasnya bisa bervariasi dari satu individu ke individu lainnya. Dalam konsep ini, ada enam tingkatan pengetahuan yang bisa diidentifikasi, yang secara rinci menjelaskan tingkat pemahaman seseorang terhadap objek yang bersangkutan.

- a. Pengetahuan bukan sekadar mengingat informasi; seseorang diharapkan untuk mempunyai pemahaman mendalam tentang fakta-fakta tanpa hanya mengandalkan kemampuan mengingat semata.
- b. Pemahaman bukan hanya tentang mengenal suatu hal; itu melibatkan kemampuan untuk menginterpretasikan dengan benar objek yang dipahami, bukan sekadar menyebutkannya.
- c. Analisa melibatkan kemampuan seseorang untuk secara terperinci memeriksa serta memisahkan komponen-komponen suatu objek, kemudian menemukan keterkaitan di antara mereka.
- d. Sintesis ialah kemampuan dalam menciptakan formulasi baru dari informasi yang ada, memperlihatkan kompetensi untuk merangkum ataupun menyusun hubungan logis antara beberapa komponen wawasan yang dimiliki.
- e. Penilaian melibatkan kemampuan individu untuk mengevaluasi suatu objek sesuai dengan standar ataupun kriteria yang berlaku dalam masyarakat.

3. Proses perilaku tahu

Menurut penjelasan Notoatmodjo yang dikutip oleh Donsu (2017), menggambarkan jika proses adopsi perilaku melibatkan beberapa tahapan yang harus dilalui sebelum seseorang benar-benar mengadopsi perilaku baru dalam dirinya. Tahapan-tahapan itu ialah seperti berikut:

- a. Kesadaran (Awareness): Pada tahapan ini, individu sudah mulai menyadari adanya stimulus ataupun rangsangan yang memberi pengaruh dirinya.
- b. Ketertarikan (Interest): Individu mulai merasa tertarik pada stimulus itu, memperlihatkan minat untuk mengenal lebih lanjut.
- c. Evaluasi (Evaluation): Tahap ini termasuk saat individu mulai menimbang-nimbang, mempertimbangkan kebaikan serta keburukan dari stimulus itu pada konteks dirinya. Hal itu bisa memberi pengaruh keputusan untuk menerima ataupun menolak perilaku baru.
- d. Percobaan (Trial): Di tahap ini, individu mulai mencoba perilaku baru yang dianggap relevan dengan stimulus yang ada.
- e. Adaptasi (Adaption): Tahap terakhir ialah ketika individu sudah berhasil mengadopsi perilaku baru ke dalam dirinya. Hal itu terjadi ketika perilaku itu sudah sesuai dengan pengetahuan, sikap, serta kesadaran individu terhadap stimulus yang ada.

4. Faktor- faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2010), beberapa unsur yang memberi pengaruh pengetahuan ialah seperti berikut :

1) Faktor internal

a) Pendidikan

Pendidikan yakni arahan yang diberikan oleh individu pada orang lain untuk membantu mereka meraih tujuan ataupun aspirasi tertentu yang akan membentuk jalannya hidup, memungkinkan mereka untuk berkontribusi serta mengisi kehidupan mereka dengan tujuan mencapai keamanan serta kebahagiaan. Dalam hal itu, pendidikan menjadi kunci untuk memperoleh pengetahuan yang mendukung kesehatan, yang pada gilirannya meningkatkan kualitas hidup. Menurut pandangan Notoatmodjo (2003), pendidikan mempunyai dampak yang signifikan terhadap individu, termasuk pola perilaku serta kebiasaan hidup, khususnya untuk memotivasi mereka untuk bertindak secara positif serta pada proses pembangunan secara keseluruhan. Semakin baik tingkat pendidikan seseorang, bertambah mudah bagi mereka dalam menerima serta memproses informasi yang diberi.

b) Pekerjaan

Bekerja seringkali dianggap sebagai beban yang harus ditanggung untuk memenuhi kebutuhan diri sendiri serta keluarga. Bekerja bukanlah sesuatu yang dinikmati, melainkan termasuk upaya rutin yang kadang membosankan, penuh repetisi, serta penuh dengan berbagai macam tantangan.

c) Umur

Elisabeth, seperti yang dikutip oleh Nursalam (2003), menjelaskan jika usia merujuk dalam rentang waktu semenjak kelahiran sampai ulang tahun individu, serta semakin banyaknya usia, sehingga tingkat kematangan serta kekuatan individu saat berpikir serta bertindak nanti semakin matang. Dalam pandangan masyarakat, seseorang yang sudah mencapai kedewasaan dianggap lebih bisa dipercaya daripada mereka yang masih pada proses menuju kedewasaan.

2) Faktor Eksternal

a) Faktor lingkungan

Lingkungan merujuk pada semua elemen serta faktor yang mengelilingi manusia, yang mempunyai potensi untuk memengaruhi cara individu ataupun kelompok itu tumbuh serta bertindak.

b) Sosial budaya

Sikap individu untuk menerima informasi bisa diberikan pengaruh oleh sistem sosial budaya yang terdapat di masyarakat.

5. Kriteria tingkat pengetahuan

Menurut Arikunto (2013), Pengetahuan bisa dibagi menjadi tiga tingkatan, yang masing-masing mempunyai skala nilai yang menentukan sejauh mana pemahaman seseorang terhadap suatu konsep ataupun topik.

- a. Tingkat pengetahuan berkategori baik : Nilai 76-100
- b. Tingkat pengetahuan berkategori cukup : Nilai 56-75
- c. Tingkat pengetahuan berkategori kurang : Nilai < 55

B. Sikap

1. Pengertian sikap

Menurut Notoatmodjo (2010), sikap mencerminkan tanggapan dipertutupan oleh seseorang pada rangsangan ataupun benda tertentu. Tanggapan ini sudah terlibat dengan campuran opini serta emosi yang bersangkutan, seperti perasaan senang ataupun tidak, persetujuan ataupun ketidaksetujuan, kebaikan ataupun keburukan, serta sebagainya. Sikap individu terhadap suatu benda mengekspresikan dukungan ataupun ketidaktertarikan terhadap benda itu.

C. Keterampilan

1. Pengertian keterampilan

Menurut Wahyudi (2002), Keterampilan ialah kemampuan ataupun keahlian yang diperlukan untuk melaksanakan tugas tertentu, yang umumnya hanya bisa diperoleh melalui pengalaman langsung serta praktik. Keterampilan ini sering kali dibagi menjadi tiga jenis kategori yang berbeda, yakni:

- a. Kemampuan pikiran seperti pemecahan masalah, pengambilan keputusan, perhitungan, serta ingatan.
- b. Kemampuan tubuh seperti keterampilan yang melibatkan gerakan fisik serta pekerjaan manual.
- c. Kemampuan sosial seperti kemampuan untuk memengaruhi orang lain, berbicara di depan umum, menjual produk, serta sejenisnya.

Menurut (Khasanah, dkk, 2019), pemahaman ataupun pengetahuan ialah aspek yang sangat signifikan dalam membentuk perilaku seseorang.

2. Kriteria tingkat keterampilan

- a. Tingkat keterampilan yang sangat baik : Nilai 80-100
- b. Tingkat keterampilan yang baik :Nilai 70-79
- c. Tingkat keterampilan yang cukup : Nilai 60-69
- d.Tingkat keterampilan yang perlu bimbingan : Nilai < 60

D. Pemeliharaan Kesehatan Gigi dan Mulut

1. Pengertian kesehatan gigi dan mulut

Oral hygiene, ataupun kebersihan gigi serta mulut, bisa mempunyai makna yang beragam bagi setiap individu. Secara prinsip, oral hygiene merujuk pada kondisi gigi yang bersih serta bebas dari plak serta kotoran lainnya di dalam rongga mulut, seperti karang gigi, debris, serta sisa makanan, juga memastikan tidak adanya bau tidak sedap dalam mulut. Adapun Mulut termasuk lingkungan ideal bagi pertumbuhan bakteri. Sisa makanan yang terjebak bersama bakteri, jika tidak dibersihkan dengan baik, akan menempel pada gigi serta memicu produksi asam yang bisa merusak enamel gigi, mengakibatkan pembentukan karies gigi. Oleh karenanya, memelihara kebersihan gigi serta mulut melalui sikat gigi secara teratur sangat penting untuk mencegah permasalahan kesehatan gigi yang serius.

2. Cara memelihara kesehatan gigi dan mulut

Untuk memelihara kebersihan gigi serta mulut serta menghambat adanya penyakit gigi serta mulut, penting untuk secara rutin membersihkan sisa-sisa makanan yang terjebak pada sela-sela gigi. Hal itu bisa dijalankan dengan mengontrol pola makan, mempergunakan tindakan kimiawi, serta menjalankan tindakan mekanis seperti menyikat gigi secara teratur. Proses ini membantu

menghilangkan sisa makanan, bakteri, serta hasil metabolisme lainnya yang bisa menyebabkan masalah kesehatan gigi serta mulut.

a. Mengatur pola makan

Untuk mengurangi risiko terbentuknya plak gigi, penting untuk mengurangi asupan makanan yang kaya karbohidrat, khususnya sukrosa. Karbohidrat termasuk bahan utama untuk membentuk matriks plak, adapun selain menjadi sumber energi bagi bakteri yang berkontribusi pada pembentukan plak. Oleh karenanya, disarankan supaya tidak makan makanan yang lembut serta cenderung menempel pada gigi sebisa mungkin.

b. Tindakan kimiawi

Sesuai dengan karakteristik mikrobiologis dari plak gigi, sudah dijalankan upaya yang beragam untuk menghambat bakteri supaya tidak bisa berkembang biak di permukaan gigi serta membentuk plak. Beberapa studi sudah menginvestigasi penggunaan antibiotik serta senyawa antibakteri lainnya selain antibiotik untuk tujuan ini. Senyawa-senyawa antibakteri itu sudah diterapkan dalam berbagai produk, seperti pasta gigi serta obat kumur, serta dipergunakan dengan cara topikal dalam perawatan penyakit periodontal.

c. Tindakan secara mekanis

Tindakan mekanis melibatkan proses melakukan pembersihan sisa makanan serta kotoran dari gigi serta mulut dengan tujuan mencegah penyakit yang mungkin muncul di jaringan keras serta lembut. Biasanya, proses ini melibatkan penggunaan alat seperti sikat gigi.

3. Sikat gigi

Ada berbagai tipe sikat gigi yang tersedia di pasaran, tetapi kriteria untuk sebuah sikat gigi ideal umumnya meliputi hal-hal berikut:

- a. Desain tangkai yang lurus serta nyaman digenggam dengan kokoh, serta mempunyai pegangan yang cukup lebar untuk memberikan stabilitas.
- b. Kepala sikat yang tidak terlalu besar sehingga memungkinkan untuk mencapai bagian belakang gigi dengan mudah.
- c. Tekstur sikat yang memungkinkan penggunaan yang efektif tanpa merusak jaringan keras ataupun lunak.

Penggunaan bahan yang biasanya dipergunakan untuk membersihkan gigi ialah pasta gigi yang mengandung fluor, disamping itu, terdapat juga bahan tambahan seperti larutan disclousing untuk membantu melihat plak dengan lebih jelas.

E. Menyikat Gigi

1. Pengertian menyikat gigi

Membersihkan gigi dengan cara menyikat ialah praktik yang lazim disarankan untuk menghilangkan berbagai jenis kotoran yang melekat pada permukaan gigi serta gusi. Waktu yang tepat agar menyikat gigi tidaklah baku, namun, umumnya disarankan untuk tidak lebih dari lima menit (minimal dua menit), dengan fokus pada penataan yang teratur untuk memastikan tidak ada area yang terlewat, dimulai dari bagian belakang hingga bagian depan baik pada rahang atas ataupun rahang bawah, serta diakhiri pada bagian belakang sisi yang lain. Praktik menyikat gigi mempunyai maksud untuk menjaga kebersihan serta kesehatan mulut, terutama jaringan di sekitarnya. Dengan menyikat gigi secara

teratur, kita bisa mencegah penumpukan sisa-sisa makanan di antara gigi serta di permukaan gigi. Akumulasi sisa makanan ini bisa menjadi tempat yang ideal bagi pertumbuhan mikroorganisme, yang pada akhirnya bisa menyebabkan kerusakan gigi serta reaksi peradangan pada jaringan sekitarnya yang dikenal sebagai periodontium. (Pintauli, 2012).

2. Hal yang perlu diperhatikan saat menyikat gigi

Menurut Ramadhan (2010), Hal-hal yang wajib diamati saat menyikat gigi ialah:

a. Waktu menyikat gigi

Menyikat gigi sebaiknya dijalankan sekurangnya 2 kali sehari, yakni di pagi hari sesudah sarapan serta di malam hari ketika akan tidur. Rutin menyikat gigi penting karena dalam empat jam, bakteri di mulut bisa bercampur dengan sisa makanan serta menciptakan plak.

b. Menyikat gigi dengan lembut

Menyikat gigi dengan kekuatan yang berlebihan bisa mengakibatkan kerusakan pada gigi serta gusi. Sebenarnya, menyikat gigi belum memerlukan tekanan yang besar sebab plak mempunyai tekstur yang lembut serta bisa dihilangkan pada tekanan yang ringan.

c. Durasi dalam menyikat gigi

Menyikat gigi dengan terburu-buru belum bisa efektif untuk menghilangkan plak. Untuk menyikat gigi secara benar, diperlukan waktu sekurangnya 2 menit.

d. Rutin mengganti sikat gigi

Sikat gigi telah dipakai selama tiga bulan sebaiknya ditukar sebab sudah tidak lagi efektif membersihkan gigi secara benar. Jika sikat gigi rusak sebelum waktu

tiga bulan, itu memperlihatkan jika tekanan yang dipergunakan saat menyikat mungkin terlalu keras.

e. Menjaga kebersihan sikat gigi

Membersihkan sikat gigi secara rutin ialah hal yang sangat penting sebab sikat gigi bisa menjadi tempat berkembang biaknya kuman penyakit. Langkah-langkah yang bisa dijalankan termasuk membersihkan sikat gigi sebelum serta sesudah dipergunakan serta menyimpannya di lingkungan yang kering, bersih dari debu, serta mempunyai ventilasi yang baik. Sikat gigi sebaiknya diletakkan pada posisi tegak di dalam gelas bersama kepala sikat menghadap ke atas supaya bisa mengering dengan baik.

f. Mempergunakan pasta gigi yang mempunyai kandungan fluoride

Pentingnya pasta gigi dalam menjaga kesehatan gigi tak terbantahkan karena kandungan fluoride di dalamnya yang bisa membersihkan serta melindungi gigi dari kerusakan. Namun, penting untuk diingat jika tidak perlu mempergunakan pasta gigi secara berlebihan. Lebih dari itu, teknik menyikat gigi yang benarlah yang sebenarnya menjadi kunci utama dalam menjaga kebersihan gigi.

3. Cara Menyikat Gigi

Menurut Sariningsih (2012), teknik menyikat gigi yang efektif ialah seperti berikut:

- a. Pastikan untuk mempergunakan sikat gigi yang kering serta pasta gigi yang mempunyai kandungan fluor, dengan jumlah pasta seukuran sebutir kacang tanah.
- b. Lakukan berkumur-kumur melalui air sebelum mulai menyikat gigi.

- c. Mulailah dengan menarik rahang bawah ke depan supaya gigi rahang atas terbentang secara rata. lalu, sikat gigi rahang atas serta rahang bawah dengan gerakan naik-turun.
- d. Gunakan gerakan maju-mundur untuk menyikat seluruh permukaan gigi pengunyah baik atas ataupun bawah. Lakukan setidaknya delapan kali gerakan untuk seluruh permukaan.
- e. Untuk menyikat permukaan gigi yang mengarah ke pipi, gunakan gerakan atas bawah sedikit memutar.
- f. Bersihkan permukaan gigi belakang rahang bawah yang menghadap ke lidah dengan gerakan sedikit keluar dari mulut.
- g. Sikat permukaan gigi belakang rahang bawah yang menghadap ke lidah dengan gerakan mencongkel.
- h. Untuk membersihkan permukaan gigi depan rahang atas yang menghadap ke langit-langit, gunakan gerakan mencongkel keluar dari mulut.
- i. Sikatlah bagian atas gigi di bagian belakang rahang bagian atas yang berhadapan dengan langit-langit dengan cara menggerakkan sikat secara memutar ke arah atas serta ke bawah.

4. Akibat tidak menyikat gigi

a. Bau mulut

Bau mulut ialah kondisi yang belum mengenakkan, terutama ketika berkomunikasi bersama orang lainnya. Salah satu yang menyebabkan halitosis ialah sisa-sisa makanan yang busuk didalam mulut akibat tidak menyikat gigi.

b. Karang gigi

Karang gigi ialah kumpulan mineral yang terjadi pengerasan, yang terbentuk serta menempel kuat di permukaan gigi serta benda padat lain di dalam mulut, seperti tambalan gigi serta gigi tiruan (Putri, Herijulianti serta Nurjannah, 2010).

c. Gusi berdarah

Penyebab gusi berdarah ialah kebersihan gigi yang kurang terjaga, yang mengakibatkan terbentuknya plak di permukaan gigi serta gusi. Plak itu mengandung kuman-kuman yang menghasilkan racun, merangsang gusi serta menyebabkan peradangan. Akibat peradangan ini, gusi menjadi lebih rentan serta gampang berdarah (Tarigan, 2013).

d. Gigi berlubang

Gigi berlubang ialah kondisi di mana jaringan keras gigi, seperti email, dentin, serta sementum, mengalami kerusakan. Kerusakan ini disebabkan oleh aktivitas mikroorganisme yang memetabolisme karbohidrat fermentabel.

F. Sekolah Dasar

SD ialah institusi yang menyediakan pendidikan selama enam tahun bagi anak-anak yang berumur diantara 6 hingga 12 tahun (Kurniawan, 2015). Secara fundamental, SD mempunyai maksud agar menyelenggarakan pendidikan yang mencakup proses pembelajaran bagi siswa yang berusia enam tahun ataupun yang sudah dinyatakan siap untuk mengikuti pendidikan dasar (Kenedi et al., 2018). Pada tahap perkembangan anak usia 9-11 tahun, mereka mengalami tingkat objektivitas yang tinggi, yang juga dikenal sebagai masa penyelidikan, percobaan, serta eksperimen yang dipicu oleh dorongan kuat untuk mengetahui serta memahami lebih dalam. Ini ialah periode di mana anak-anak memusatkan energi mereka untuk

latihan, penjelajahan, serta eksplorasi. (Sobur, 2011). Anak-anak usia sekolah dasar rentan terhadap penyakit gigi dan mulut, jadi perlu mendapatkan perhatian lebih. Pengetahuan mereka tentang cara menyikat gigi yang benar masih kurang, dan mereka masih dalam proses belajar untuk merawat kesehatan gigi dan mulut dengan baik.