

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengetahuan

1. Pengertian pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil dari tahu, yang muncul setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap sesuatu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Tindakan seseorang (*overt behavior*) dipengaruhi sebagian besar oleh pengetahuan atau kognitif mereka (Notoatmodjo, 2014 dalam Jamaluddin dan Nugroho, 2016).

2. Tingkat pengetahuan

Menurut Priyoto (2014), pengetahuan yang dicakup di dalam domain kognitif mempunyai enam tingkatan, yaitu:

a. Tahu (*know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat kembali sesuatu yang telah dipelajari sebelumnya, sehingga pada tahap ini merupakan tingkat pengetahuan paling rendah. Menguraikan, menyebutkan, mendefinisikan, dan menyatakan, adalah beberapa contoh kemampuan pengetahuan pada tingkat ini.

b. Memahami (*comprehension*)

Pada tahap ini, pengetahuan didefinisikan sebagai kemampuan untuk memberikan penjelasan yang tepat tentang objek atau sesuatu. Orang yang telah memahami materi atau objek harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.

c. Aplikasi (application)

Didefinisikan sebagai kemampuan untuk menerapkan materi yang telah dipelajari dalam situasi atau keadaan nyata (sebenarnya). Aplikasi di sini dapat berarti menggunakan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang berbeda.

d. Analisis (analysis)

Adalah suatu kemampuan untuk menguraikan suatu materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih berada dalam satu struktur organisasi yang masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja, seperti dapat menggambarkan, membedakan, memisahkan, mengelompokkan dan sebagainya.

e. Sintesis (synthesis)

Menunjuk terhadap suatu kemampuan untuk menempatkan atau menghubungkan bagian-bagian dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formula baru dari formulasi-formulasi yang telah ada.

f. Evaluasi (evaluation)

Berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan penilaian pada suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian itu berdasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau memakai kriteria-kriteria yang sudah ada.

3. Cara-cara memperoleh pengetahuan

Menurut Kholid (2012), cara memperoleh pengetahuan dapat dikelompokkan menjadi dua, yaitu:

a. Cara tradisional atau non ilmiah

Sebelum metode ilmiah atau penemuan sistematis dan logis ditemukan, metode kuno atau tradisional ini digunakan oleh orang untuk mendapatkan kebenaran pengetahuan. Cara-cara menemukan pengetahuan pada periode ini antara lain:

1) Cara coba salah (*trial and error*)

Metode ini sudah digunakan sebelum adanya kebudayaan, bahkan mungkin sebelum adanya peradaban. Metode *trial and error* ini dilakukan menggunakan kemungkinan untuk memecahkan masalah, dan jika kemungkinan tersebut tidak berhasil, maka akan dicoba dengan kemungkinan yang lain hingga masalah tersebut terpecahkan.

2) Cara kekuasaan atau otoritas

Prinsip dari cara ini adalah orang lain dapat menerima pendapat yang disampaikan oleh individu yang melakukan aktivitas tanpa terlebih dahulu menguji atau membuktikan bahwa pendapat tersebut benar, baik berdasarkan fakta empiris maupun berdasarkan penalaran sendiri. Hal ini disebabkan karena orang yang menerima pendapat tersebut memandang bahwa apa yang dikemukakannya adalah benar.

3) Berdasarkan pengalaman pribadi

Pengalaman adalah sumber pengetahuan atau metode untuk mendapatkan kebenaran pengetahuan. Hal ini dilakukan dengan cara belajar dari pengalaman yang diperoleh pada saat memecahkan masalah sebelumnya. Perlu diperhatikan bahwa tidak semua pengalaman pribadi bisa membawa seseorang ke kesimpulan yang benar, berpikir kritis dan logis diperlukan untuk bisa mendapatkan hal tersebut.

4) Melalui jalan pikiran

Manusia telah menggunakan jalan pikirannya, baik induksi maupun deduksi, untuk menemukan kebenaran pengetahuan. Induksi adalah proses mencapai kesimpulan dengan menggunakan pernyataan khusus ke pernyataan umum. Deduksi adalah proses pembuatan kesimpulan dari pernyataan umum ke pernyataan khusus.

b. Cara modern atau ilmiah

Metode baru atau modern untuk mendapat pengetahuan pada saat ini lebih sistematis, logis, dan ilmiah. Untuk mendapatkan kesimpulan dilaksanakan dengan metode observasi langsung dan membuat pencatatan-pencatatan mengenai semua fakta yang berhubungan dengan objek penelitiannya.

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Menurut Fitriani (2011 dalam Yuliana, 2017), faktor-faktor yang bisa mempengaruhi pengetahuan adalah sebagai berikut:

1) Pendidikan

Pendidikan memberi pengaruh dalam proses belajar, semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin mudah dan banyak juga informasi yang diperoleh mengenai kesehatan. Peningkatan pengetahuan tidak hanya di dapat pada pendidikan formal, tetapi bisa juga di dapat pada pendidikan non formal. Pendidikan merupakan usaha untuk mengembangkan karakter dan juga kemampuan diri di dalam maupun di luar sekolah yang berperan seumur hidup. Pengetahuan seseorang mengenai suatu objek memiliki aspek positif dan aspek negatif. Semakin banyak aspek positif terhadap objek yang diketahui akan membangun pandangan yang positif pada objek tersebut.

2) Media massa/informasi

Kemajuan terhadap teknologi memberikan beraneka ragam media massa yang bisa mempengaruhi pengetahuan pada masyarakat mengenai informasi baru. Alat komunikasi seperti televisi, radio, majalah, surat kabar, penyuluhan, dan sebagainya memiliki pengaruh yang besar terhadap pembentukan pendapat serta kepercayaan seseorang.

3) Sosial budaya dan ekonomi

Kebiasaan atau tradisi yang dilakukan seseorang tanpa adanya penalaran apakah baik atau tidak untuk dilakukan. Status ekonomi pada seseorang juga akan

menunjukkan ketersediaan fasilitas yang akan di perlukan untuk kegiatan tertentu, sehingga status sosial ekonomi mempengaruhi pengetahuan seseorang.

4) Lingkungan

Lingkungan merupakan segala sesuatu yang ada di sekitar individu baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial. Lingkungan mempengaruhi proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang tinggal di lingkungan tersebut. Hal ini terjadi di karenakan adanya interaksi timbal balik yang akan di tanggapi sebagai pengetahuan.

5) Pengalaman

Pengetahuan bisa didapat melalui pengalamat pribadi maupun orang lain. Pengalaman adalah salah satu cara untuk mendapatkan kebenaran suatu pengetahuan.

6) Usia

Usia berpengaruh terhadap daya tangkap dan juga pola pikir seseorang. Semakin bertambahnya usia maka akan semakin berkembang pola pikir dan daya tangkap seseorang sehingga pengetahuan yang di dapat akan semakin banyak.

5. Kategori tingkat pengetahuan

Menurut Arikunto (2013) ada tiga kategori tingkatan pengetahuan seseorang berdasarkan nilai persentase, yaitu sebagai berikut.

- a. Tingkat pengetahuan dengan kategori Baik jika nilainya 76%-100%.
- b. Tingkat pengetahuan dengan kategori Cukup jika nilainya 56%–75%.
- c. Tingkat pengetahuan dengan kategori Kurang jika nilainya $\leq 55\%$.

B. Keterampilan

1. Pengertian keterampilan

Keterampilan dapat menunjukkan pada tindakan khusus yang ditampilkan atau pada sifat dimana keterampilan itu dilakukan. Banyak kegiatan dianggap sebagai keterampilan, yang terdiri dari berbagai keterampilan dan tingkat penguasaan yang dimiliki seseorang. Ini disebabkan oleh kepercayaan umum bahwa keterampilan adalah satu atau beberapa pola gerak atau perilaku yang diperluas. Keterampilan adalah kemampuan atau kemahiran yang dimiliki seseorang untuk melakukan suatu pekerjaan dan hanya bisa diperoleh melalui praktek, baik dari latihan maupun dari pengalaman (Arleta, 2019).

Menurut Amirullah dan Budiyo (2014 dalam Arleta, 2019), menjelaskan bahwa skill atau keterampilan adalah kemampuan untuk menerapkan pengetahuan ke dalam praktik untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Keterampilan pada dasarnya merupakan hal yang bersifat individual dan setiap orang dapat memiliki tingkat keterampilan yang berbeda tergantung pada pengalaman dan kemampuan mereka.

2. Jenis-jenis keterampilan

Menurut Robbins (2000 dalam Bernando, 2018) keterampilan dibagi menjadi 4 kategori yaitu:

- a. *Basic literacy skill* adalah keahlian dasar yang harus dimiliki semua orang, seperti membaca, menulis, berhitung, dan mendengarkan.
- b. *Technical skill* adalah keahlian teknis yang diperoleh melalui pembelajaran dalam bidang teknik seperti menggunakan komputer dan alat digital lainnya.

- c. *Interpersonal skill* adalah keahlian setiap individu dalam berkomunikasi satu sama lain, seperti bekerja sama dalam tim dan mendengarkan pendapat seseorang.
- d. *Problem solving* adalah keahlian seseorang dalam memecahkan masalah dengan logika.

3. Keterampilan menyikat gigi

Kemampuan untuk menyikat gigi dengan benar dan efektif adalah faktor yang sangat penting dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut. Keberhasilan dalam menyikat gigi juga dipengaruhi oleh faktor seperti jenis alat yang digunakan, teknik menyikat gigi yang diterapkan, serta frekuensi dan waktu yang tepat untuk melakukannya. Tindakan menyikat gigi adalah aspek mendasar dari menjaga kebersihan gigi dan mulut, yang berperan penting dalam menjaga kebersihan dan kesehatan gigi serta mulut (Arianto *et al.*, 2014).

Melakukan tindakan menyikat gigi perlu dilakukan sebagai bagian kewajiban dari kehidupan sehari-hari tanpa menimbulkan perasaan yang membebani. Kemampuan menyikat gigi dengan benar dan efisien adalah faktor yang sangat penting dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut yang optimal. Tingkat kebersihan dan kesehatan gigi dan mulut seseorang seringkali ditentukan oleh sejauh mana keterampilan menyikat gigi ini dilakukan dengan baik (Aprilianti dan Effendi, 2021).

4. Tingkat keterampilan

Menurut Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (2013), penilaian perilaku adalah penilaian yang mengharapkan sasaran menunjukkan kemampuan tertentu. Penilaian keterampilan dibagi menjadi kriteria sebagai berikut:

- a. Tingkat keterampilan dengan kriteria sangat baik jika nilainya 80-100
- b. Tingkat keterampilan dengan kriteria baik jika nilainya 70-79
- c. Tingkat keterampilan dengan kriteria cukup jika nilainya 60-69
- d. Tingkat keterampilan dengan kriteria perlu bimbingan jika nilainya < 60

C. Menyikat Gigi

1. Pengertian menyikat gigi

Menyikat gigi adalah tindakan untuk menghilangkan kotoran atau sisa-sisa makanan yang menempel pada permukaan gigi. Tindakan ini dilakukan pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur untuk mengurangi masalah kesehatan gigi. Tujuan dari menyikat gigi adalah membersihkan plak dan sisa-sisa makanan yang menempel pada gigi serta memijat gusi. Penting untuk melakukan tindakan menyikat gigi setiap hari agar plak yang terbentuk tidak meningkat secara signifikan. Dalam usaha untuk menjaga kebersihan mulut, kesadaran dan perilaku individu dalam merawat kebersihan gigi dan mulut sangat berperan penting (Antika, 2018 dalam Puspa, 2023).

2. Tujuan menyikat gigi

Menurut Ramadhan (2012 dalam Puspa, 2023), terdapat beberapa tujuan dalam tindakan menyikat gigi, yaitu:

- a. Agar gigi menjadi bersih dan sehat, sehingga tampak putih.

- b. Untuk mencegah munculnya plak gigi, kerusakan gigi, dan permasalahan kesehatan gigi lainnya.
- c. Memberikan sensasi segar pada mulut.

3. Waktu dan frekuensi menyikat gigi

Menyikat gigi sebaiknya dilakukan minimal dua kali sehari, yaitu setelah sarapan pagi dan sebelum tidur malam. Selain itu, setelah makan siang, disarankan untuk berkumur dengan air guna mencegah sisa-sisa makanan menempel pada gigi (Sariningsih, 2012). Durasi penyikatan gigi yang disarankan minimal lima menit, walaupun sebenarnya ini terlalu lama. Orang melakukan penyikatan gigi biasanya maksimal selama dua menit. Penyikatan gigi harus dilakukan secara teratur dan terstruktur agar tidak ada gigi yang terlewat, dengan memulai dari bagian depan gigi dan berlanjut ke bagian gigi belakang, lalu berakhir pada bagian belakang sisi sebaliknya (Putri, Herijulianti, dan Nurjannah, 2010).

4. Peralatan dan bahan menyikat gigi

Menurut Putri, Herijulianti, dan Nurjannah (2010), terdapat beberapa aspek yang harus diperhatikan ketika melakukan penyikatan gigi untuk mencapai hasil yang optimal, yaitu:

a. Sikat gigi

1) Pengertian sikat gigi

Sikat gigi adalah salah satu alat fisioterapi oral yang umum digunakan untuk menjaga kebersihan gigi dan mulut. Ada beragam jenis sikat gigi, baik yang digerakkan manual maupun elektrik, dengan berbagai ukuran dan bentuk yang

tersedia di pasar. Ada beragam jenis sikat gigi yang tersedia, tetapi penting untuk memperhatikan seberapa efektifnya sikat gigi tersebut dalam membersihkan gigi dan mulut (Putri, Herijulianti, dan Nurjannah 2010).

2) Syarat sikat gigi yang ideal

Kriteria yang umumnya harus dipenuhi untuk sikat gigi yang ideal adalah sebagai berikut:

- a. Pegangan sikat harus nyaman dipegang dan stabil, serta memiliki ukuran yang cukup lebar dan tebal.
- b. Ukuran kepala sikat tidak boleh terlalu besar; untuk orang dewasa, ukuran maksimalnya adalah 25-29 mm x 10 mm, sedangkan untuk anak-anak, 15-24 mm x 8 mm. Jika gigi molar kedua telah muncul, ukurannya maksimal 20 mm x 7 mm, dan untuk anak balita ukurannya adalah 18 mm x 7 mm.
- c. Tekstur sikat harus memungkinkan penggunaan yang efektif tanpa merusak jaringan lunak maupun jaringan gigi.
- b. Pasta gigi

Umumnya, pasta gigi digunakan bersama dengan sikat gigi untuk membersihkan dan menghaluskan permukaan gigi serta memberikan sensasi kesegaran di dalam mulut, karena aroma yang terkandung dalam pasta gigi tersebut sangat nyaman. Pasta gigi biasanya mengandung berbagai komponen seperti bahan abrasif, pembersih, bahan pemberi rasa dan warna, serta pemanis. Selain itu, ada kemungkinan tambahan bahan seperti pengikat, pelembap, pengawet, fluor, dan air. Bahan abrasif bertugas membantu menghilangkan plak

dan pelikel tanpa merusak lapisan email gigi (Putri, Herijulianti, dan Nurjannah 2010).

c. Gelas kumur

Gelas kumur berguna untuk melakukan kumur-kumur setelah proses membersihkan gigi menggunakan sikat gigi dan pasta gigi. Disarankan menggunakan air matang untuk kumur-kumur, atau setidaknya air yang digunakan harus bersih dan jernih (Putri, Herijulianti, dan Nurjannah 2010).

d. Cermin

Cermin digunakan untuk memeriksa bagian gigi yang masih tertutupi oleh plak saat melakukan penyikatan gigi. Selain itu, cermin juga berguna untuk melihat area gigi yang belum dibersihkan (Putri, Herijulianti, dan Nurjannah 2010).

5. Cara menyikat gigi

Menurut Sariningsih (2012), cara menyikat gigi yang baik dan benar adalah sebagai berikut:

- a. Persiapkan sikat gigi yang sudah kering dan pasta gigi yang mengandung fluor, dengan jumlah pasta gigi sekitar sebesar sebutir kacang tanah.
- b. Lakukan kumur-kumur dengan air sebelum memulai proses menyikat gigi.
- c. Pertama-tama, majukan rahang bagian bawah ke depan sehingga gigi-gigi rahang atas dan rahang bawah menjadi sebuah bidang datar atau sejajar. Kemudian, sikatlah gigi-gigi rahang atas dan rahang bawah dengan gerakan naik-turun, bukan ke samping.

- d. Sikatlah permukaan gigi yang menghadap ke pipi dengan gerakan naik-turun sedikit berputar.
- e. Sikat semua bagian gigi yang digunakan untuk mengunyah, baik di rahang atas maupun rahang bawah, dengan gerakan maju-mundur. Lakukan penyikatan setidaknya delapan hingga sepuluh kali gerakan untuk setiap sisi gigi.
- f. Sikatlah permukaan gigi bagian depan di rahang bawah yang menghadap ke lidah dengan gerakan sikat yang bergerak keluar dari rongga mulut.
- g. Sikatlah permukaan gigi bagian belakang di rahang bawah yang menghadap ke lidah dengan gerakan mencongkel ke luar.
- h. Sikatlah permukaan gigi bagian depan di rahang atas yang menghadap ke langit-langit dengan gerakan sikat yang bergerak keluar dari rongga mulut.
- i. Sikatlah permukaan gigi bagian belakang di rahang atas yang menghadap ke langit-langit dengan gerakan mencongkel.

6. Merawat sikat gigi

Menurut Senjaya (2013), cara menjaga sikat gigi agar tetap sehat untuk digunakan adalah:

- a. Perhatikan jarak penyimpanan sikat gigi dari area WC, karena WC dapat mengandung banyak bakteri. Jika sikat gigi disimpan terlalu dekat dengan WC, maka bakteri dari WC dapat menempel pada sikat gigi.
- b. Bilaslah sikat gigi hingga benar-benar bersih, kebas-kebaskan sikat secara menyeluruh hingga kering, dan pastikan tidak ada sisa-sisa busa pasta gigi yang masih menempel pada sikat gigi.

- c. Simpanlah sikat gigi di tempat yang kering, karena bakteri biasanya tumbuh dengan baik di lingkungan yang lembab.
- d. Simpanlah sikat gigi dengan kepala sikat menghadap ke atas.
- e. Hindarilah penggunaan bersama-sama sikat gigi, bahkan dengan anggota keluarga lain.
- f. Pastikan sikat gigi tidak disimpan berdekatan dengan sikat gigi milik orang lain.
- g. Gantilah sikat gigi setelah mengalami sakit gigi.
- h. Gantilah sikat gigi secara berkala, biasanya setiap 3-4 bulan sekali atau diganti saat kondisi bulu sikat mulai mekar atau menyebar.

7. Akibat tidak menyikat gigi

Hal-hal yang bisa terjadi jika tidak memelihara kesehatan gigi dan mulut, yaitu:

a. Karang gigi

Karang gigi merupakan plak yang mengalami pengerasan akibat proses mineralisasi. Ketika karang gigi ini muncul, itu menunjukkan bahwa kita tidak melakukan penyikatan gigi dengan efektif dan benar sehingga plak yang ada tidak terangkat dengan baik. Penting untuk memperhatikan teknik menyikat gigi, terutama saat membersihkan gigi di bagian dalam (yang berada di belakang) (Hidayat dan Tandiari, 2016).

b. Radang gusi

Gejala radang gusi dapat dikenali dari tanda-tanda berupa perubahan warna menjadi merah tua, pembengkakan, rasa nyeri, serta keluarnya darah, baik secara

tiba-tiba maupun ketika bersentuhan dengan benda-benda seperti sikat gigi, saat mengunyah makanan, dan sebagainya. Hal ini bisa disebabkan oleh penyikatan gigi dengan tekanan yang terlalu kuat pada area gusi atau kurangnya pembersihan plak di sekitar perbatasan antara gusi dan gigi. Disarankan untuk mengurangi tekanan berlebihan saat menyikat gigi atau perhatikan kembali teknik menyikat gigi yang efektif (Hidayat dan Tandiari, 2016).

c. Bau napas

Bau napas yang tidak sedap disebabkan oleh kurangnya kebersihan di dalam mulut, bukan hanya terkait dengan kebersihan gigi semata. Cara menyikat gigi yang tidak benar juga bisa menjadi penyebab bau napas. Sisa-sisa makanan yang terperangkap di antara gigi atau dalam lubang gigi yang tidak dibersihkan dengan baik saat menyikat gigi juga bisa menyebabkan masalah bau napas (Hidayat dan Tandiari, 2016).

d. Gigi berlubang

Gigi berlubang merupakan hasil dari interaksi antara bakteri yang ada di permukaan gigi, plak gigi atau biofilm, serta pola makan (terutama karbohidrat yang dapat digunakan oleh bakteri plak untuk menghasilkan asam, terutama asam laktat dan asetat). Proses ini mengakibatkan demineralisasi pada jaringan keras gigi dan memerlukan waktu yang cukup lama untuk terjadi (Putri, Herijulianti, dan Nurjannah, 2010).

Gigi berlubang terjadi ketika gigi tidak dibersihkan dengan baik setelah makan dan ketika asupan fluoride kurang. Kedua faktor ini harus menjadi perhatian bagi orang tua terhadap anak-anak mereka (Sariningsih, 2012).

D. Sekolah Dasar

Pendidikan tingkat dasar atau sekolah dasar (SD) adalah langkah pertama bagi peserta didik dalam perjalanan pendidikan mereka. Pendidikan di tingkat sekolah dasar memiliki peran penting dalam membentuk dasar pengetahuan siswa untuk digunakan dalam pendidikan lanjutan. Pelaksanaan pembelajaran di sekolah dasar harus berlangsung secara efektif (Aka, 2016).

Usia sekolah 6-12 tahun merupakan periode di mana anak mengalami berbagai perubahan dalam pertumbuhan dan perkembangannya, yang akan memengaruhi pembentukan karakter dan kepribadian mereka. Pada masa ini, anak akan didorong untuk mulai berinteraksi dengan kelompok yang lebih luas di luar keluarga, dengan harapan dapat mencapai perkembangan yang sesuai dengan tahap usianya melalui peningkatan keterampilan, pengetahuan dasar, dan perluasan lingkungannya (Potter dan Perry, 2005 dalam Diyantini *et all.*, 2015).

Karakteristik yang ada pada siswa sekolah dasar, baik yang terkait dengan pertumbuhan maupun perkembangan, sangat penting untuk diperhatikan. Hal ini karena pada anak usia sekolah dasar, yang berusia antara 6-12 tahun, anak mengalami banyak perubahan, baik secara fisik maupun mental, sebagai hasil dari berbagai faktor internal dan eksternal. Faktor-faktor tersebut meliputi lingkungan keluarga, sekolah, masyarakat, serta interaksi dengan teman sebaya (Astini dan Purwati, 2020).

Kelompok anak pada usia sekolah dasar memiliki kerentanannya terhadap masalah kesehatan gigi dan mulut, sehingga perlu mendapatkan perhatian dan upaya pencegahan yang efektif. Merawat kesehatan gigi dan mulut sebaiknya

dimulai sejak usia dini. Peran sekolah sangat penting dalam membentuk kebiasaan menyikat gigi pada anak. Usia sekolah dasar merupakan waktu yang ideal untuk mengembangkan kemampuan motorik anak, termasuk dalam hal menyikat gigi (Napitupulu dan Siregar, 2022).

E. Karakteristik Anak Sekolah Dasar

Menurut Supriasa (2013 dalam Wulandari, 2018), karakteristik anak usia sekolah umur 6-12 tahun terbagi menjadi empat bagian terdiri dari :

a. Fisik/jasmani

- 1) Pertumbuhan lambat dan teratur.
- 2) Anak wanita biasanya lebih tinggi dan lebih berat dibanding laki-laki dengan usia yang sama.
- 3) Anggota-anggota badan memanjang sampai akhir masa ini.
- 4) Peningkatan koordinasi besar dan otot-otot halus.
- 5) Pertumbuhan tulang, tulang sangat sensitif terhadap kecelakaan.
- 6) Pertumbuhan gigi tetap, gigi susu tanggal, nafsu makan besar, senang makan dan aktif.
- 7) Fungsi penglihatan normal, timbul haid pada akhir masa ini.

b. Emosi

- 1) Suka berteman, ingin sukses, ingin tahu, bertanggung jawab terhadap tingkah laku dan diri sendiri, mudah cemas jika ada kemalangan di dalam keluarga.
- 2) Tidak terlalu ingin tahu terhadap lawan jenis.

c. Sosial

- 1) Senang berada di dalam kelompok, berminat di dalam permainan yang bersaing, mulai menunjukkan sikap kepemimpinan, mulai menunjukkan penampilan diri, jujur, sering punya kelompok teman-teman tertentu.
- 2) Sangat erat dengan teman-teman sejenis, laki-laki dan wanita bermain sendiri-sendiri.

d. Intelektual

- 1) Suka berbicara dan mengeluarkan pendapat minat besar dalam belajar dan keterampilan, ingin coba-coba, selalu ingin tahu sesuatu.
- 2) Perhatian terhadap sesuatu sangat singkat.

F. Pertumbuhan dan Perkembangan Manusia

1. Definisi dan karakteristik pertumbuhan manusia

Pertumbuhan berasal dari kata tumbuh. Menurut KBBI, tumbuh merujuk kepada proses timbulnya kehidupan dan peningkatan ukuran atau kualitas. Pertumbuhan dalam konteks ini merujuk pada perubahan kuantitatif dalam hal fisik manusia yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Perubahan kuantitatif ini dapat diukur, dinyatakan dalam satuan tertentu, dan dapat diamati dengan jelas. Contohnya berupa penambahan, perbesaran, perubahan ukuran dan bentuk, perubahan dari tidak ada menjadi ada, dari kecil menjadi besar, dari sedikit menjadi banyak, dari pendek menjadi tinggi, dan dari kurus menjadi gemuk (Azizah dan Richval, 2018).

Faktor yang memengaruhi pertumbuhan ada dua, yaitu faktor internal, yang mencakup genetik, sel, struktur atom, kromosom, dan gizi. Faktor kedua adalah faktor eksternal, yang mencakup aspek lingkungan sekitar, termasuk pola hidup dan aktivitas fisik. Kedua faktor ini memiliki pengaruh yang signifikan dalam proses pertumbuhan individu (Azizah dan Richval, 2018).

Karakteristik pertumbuhan melibatkan perubahan kuantitatif yang mencakup jumlah, ukuran, bentuk, luas, tinggi, dan berat badan pada tubuh seorang anak. Setiap anak mengalami proses pertumbuhan sejak saat pembuahan, secara bertahap hingga mencapai usia tertentu. Masing-masing anak mengalami tahapan pertumbuhan yang berbeda, tetapi perbedaan tersebut tidak terlalu mencolok jika anak tersebut masuk dalam kategori "normal" dan tidak memiliki kebutuhan khusus terkait faktor genetik atau sel. Perubahan dalam pertumbuhan dapat diukur atau dianalisis menggunakan alat ukur seperti timbangan untuk berat badan dan alat pengukur tinggi badan untuk mengamati perubahan tinggi badan, serta dapat dinyatakan dalam bentuk angka atau satuan tertentu (Azizah dan Richval, 2018).

2. Definisi dan karakteristik perkembangan manusia

Berdasarkan KBBI, perkembangan memiliki makna yang terkait dengan berkembang. Berkembang dalam KBBI merujuk kepada pertumbuhannya, perluasannya, atau peningkatannya. Dalam konteks ilmu psikologi, perkembangan merujuk kepada perubahan kualitatif yang terjadi dalam aspek fisik dan psikis manusia yang berlangsung secara berkesinambungan menuju kondisi yang lebih baik atau lebih sempurna. Perubahan fisik dalam perkembangan manusia

mencakup optimalisasi fungsi-fungsi organ tubuh manusia, bukan hanya pertumbuhan fisik semata. Dapat dilihat bahwa pertumbuhan dan perkembangan adalah konsep yang berbeda namun terhubung dalam suatu konteks yang saling melengkapi (Azizah dan Richval, 2018).

Karakteristik dari perkembangan mencakup perubahan dalam fungsi-fungsi organ fisik, fungsi psikologis atau aspek kepribadian, adaptasi terhadap lingkungan sekitar, perkembangan bahasa, perkembangan berpikir, dan perkembangan sosioemosional. Proses perkembangan dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal yang terdiri dari usia dan bakat atau kemampuan individu, serta faktor eksternal yang mencakup proses kematangan, proses pembelajaran yang dialami individu melalui pengalaman, dan pengaruh lingkungan sekitar (Azizah dan Richval, 2018).