

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengetahuan

1. Pengertian pengetahuan

Pengetahuan (*knowledge*) yaitu hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya (mata, telinga, hidung dan sebagainya). Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indera pendengaran (telinga) dan indera penglihatan (mata). Dengan sendirinya, dari saat penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Berdasarkan pengalaman dan penelitian diketahui bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Notoadmojo, 2010).

2. Tingkatan pengetahuan

Secara garis besar intensitas pengetahuan seseorang terhadap objek dibagi atas 6 tingkatan yaitu (Notoatmodjo, 2010):

a. Tahu (*know*) diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu tahu merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah.

- b. Memahami (*Comprehension*) diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar.
- c. Aplikasi (*Aplication*) diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi real (sebenarnya).
- d. Analisis (*Analyze*) adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih dalam suatu struktur organisasi dan masih ada kaitannya satu sama lain.
- e. Sintesis (*Syntesis*) menunjukkan kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru, dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada.
- f. Evaluasi (*Evaluation*) berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian ini didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria yang telah ada. Dari hasil penelitian terbukti bahwa perilaku yang didasari pengetahuan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari pengetahuan.

3. Cara memperoleh pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2012) dari berbagai macam cara yang telah digunakan untuk memperoleh kebenaran pengetahuan sepanjang sejarah dapat dikelompokkan menjadi dua, yakni :

a. Cara Memperoleh Kebenaran Non ilmiah

- 1) Cara coba salah (*Trial and Error*), kebenaran non ilmiah, yang pernah digunakan oleh manusia dalam memperoleh pengetahuan adalah melalui cara

coba coba atau dengan kata yang lebih dikenal “trial and error”. Metode ini telah digunakan oleh orang dalam waktu yang cukup lama untuk memecahkan berbagai masalah. Bahkan sampai sekarang pun metode ini masih sering digunakan, terutama oleh mereka yang belum atau tidak mengetahui suatu cara tertentu dalam memecahkan suatu masalah yang dihadapi. Metode ini telah banyak jasanya, terutama dalam meletakkan dasar-dasar menemukan teoriteori dalam berbagai cabang ilmu pengetahuan.

2) Secara kebetulan, merupakan penemuan kebenaran secara kebetulan terjadi karena tidak disengaja oleh orang yang bersangkutan. Salah satu contoh adalah penemuan enzim urease oleh Summers pada tahun 1926.

3) Cara Kekuasaan atau Otoritas, sering terjadi dalam kehidupan manusia sehari-hari, banyak sekali kebiasaankebiasaan dan tradisi-tradisi yang dilakukan oleh orang, tanpa melalui penalaran apakah yang dilakukan tersebut baik atau tidak kebiasaan seperti ini tidak hanya terjadi pada masyarakat tradisional saja, melainkan juga terjadi pada masyarakat modern. Para pemegang otoritas, baik pemimpin pemerintah, tokoh agama, maupun ahli ilmu pengetahuan pada prinsipnya mempunyai mekanisme yang sama di dalam penemuan pengetahuan.

4) Berdasarkan pengalaman pribadi, mengandung maksud bahwa pengalaman itu merupakan sumber pengetahuan, atau pengalaman itu merupakan suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan. Oleh karena itu pengalaman pribadi pun dapat digunakan sebagai upaya memperoleh pengetahuan. Hal ini dilakukan dengan cara mengulang kembali pengalaman yang diperoleh dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi pada masa yang lalu.

- 5) Cara akal sehat atau *common sense*, kadang-kadang dapat menemukan teori atau kebenaran. Sebelum ilmu pendidikan ini berkembang, para orang tua zaman dahulu agar anaknya mau menuruti nasihat orang tuanya, atau agar anak disiplin menggunakan cara hukuman fisik bila anaknya berbuat salah, misalnya dijewer telinganya atau dicubit. Ternyata cara menghukum anak ini sampai sekarang berkembang menjadi teori atau kebenaran, bahwa hukuman adalah merupakan metode (meskipun bukan yang paling baik) bagi pendidikan anak. Pemberian hadiah dan hukuman (reward and punishment) merupakan cara yang masih dianut oleh banyak orang untuk mendisiplinkan anak dalam konteks pendidikan.
- 6) Kebenaran melalui wahyu, berkaitan dengan ajaran dan dogma agama adalah suatu kebenaran yang diwahyukan dari Tuhan melalui para Nabi. Kebenaran ini harus diterima dan diyakini oleh pengikut-pengikut agama yang bersangkutan, terlepas dari apakah kebenaran tersebut rasional atau tidak.
- 7) Kebenaran secara intuitif diperoleh manusia cepat sekali melalui proses diluar kesadaran dan tanpa melalui proses penalaran atau berpikir. Kebenaran yang diperoleh melalui intuitif sukar dipercaya karena kebenaran ini tidak menggunakan cara-cara yang rasional dan yang sistematis. Kebenaran ini diperoleh seseorang hanya berdasarkan intuisi atau suara hati atau bisikan hati saja.
- 8) Melalui jalan pikiran, cara ini sejalan dengan perkembangan kebudayaan umat manusia, cara berfikir manusia pun ikut berkembang. Dari sini manusia telah mampu menggunakan penalarannya dalam memperoleh pengetahuannya. Dengan kata lain, dalam memperoleh kebenaran pengetahuan manusia telah menggunakan jalan pikirannya, baik melalui induksi maupun deduksi.

9) Induksi adalah proses penarikan kesimpulan yang dimulai dari pernyataan-pernyataan khusus ke pertanyaan yang bersifat umum. Proses berpikir induksi berasal dari hasil pengamatan indra atau hal-hal yang nyata, maka dapat dikatakan bahwa induksi beranjak dari hal-hal yang konkret kepada hal-hal yang abstrak.

10) Deduksi adalah pembuatan kesimpulan dari pernyataan-pernyataan umum yang ke khusus. Aristoteles (384-322SM) mengembangkan cara berpikir deduksi ini ke dalam suatu cara yang disebut "silogisme". Silogisme merupakan suatu bentuk deduksi berlaku bahwa sesuatu yang dianggap benar secara umum pada kelas tertentu, berlaku juga kebenarannya pada semua peristiwa yang terjadi pada setiap yang termasuk dalam kelas itu.

b. Cara Ilmiah

Cara ilmiah dalam memperoleh pengetahuan baru atau modern dalam memperoleh pengetahuan pada dewasa ini lebih sistematis, logis dan ilmiah. Cara ini disebut „metode penelitian ilmiah“, atau lebih populer disebut metodologi penelitian (research methodology). Cara ini mula-mula dikembangkan oleh Francis Bacon (1561-1626). Ia mengatakan bahwa dalam memperoleh kesimpulan dilakukan dengan mengadakan observasi langsung, dan membuat pencatatan-pencatatan terhadap semua fakta sehubungan dengan objek yang diamati. Pencatatan ini mencakup tiga hal pokok yakni :

- 1) Segala sesuatu yang positif, yakni gejala tertentu yang muncul pada saat dilakukan pengamatan
- 2) Segala sesuatu yang negatif, yakni gejala tertentu yang tidak muncul pada saat dilakukan pengamatan

3) Gejala-gejala yang muncul secara bervariasi, yaitu gejala-gejala yang berubah-ubah pada kondisi-kondisi tertentu.

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan

a. Faktor Internal

1) Faktor pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Menurut YB Mantra yang dikutip Notoatmodjo (2003), pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang akan pola hidup terutama dalam memotivasi untuk sikap berperan serta dalam pembangunan (Nursalam, 2003) pada umumnya makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi.

2) Pekerjaan merupakan kebutuhan yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarga, melalui pekerjaan seseorang sering mampu mengembangkan pengetahuannya (Thomas dalam Nursalam, 2003),

3) Umur merupakan usia individu yang terhitung mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun. Sedangkan menurut Hurlock (1998) semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja.

b. Faktor Eksternal

1) Faktor lingkungan merupakan suatu kondisi yang ada disekitar manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang atau kelompok (Mariner dalam Nursalam 2003).

2) Sosial Budaya Sistem sosial budaya yang ada pada masyarakat dapat mempengaruhi dari sikap dalam menerima informasi.

5. Kategori tingkat pengetahuan

Menurut Syah (2012), tingkat pengetahuan dikategorikan menjadi lima kategori dengan nilai sebagai berikut:

- b. Tingkat pengetahuan sangat baik: nilai 80-100
- c. Tingkat pengetahuan baik: nilai 70-79
- d. Tingkat pengetahuan cukup: nilai 60-69
- e. Tingkat pengetahuan kurang: nilai 50-59

B. Perilaku

1. Pengertian perilaku

Perilaku manusia merupakan suatu tindakan dari manusia itu sendiri, perilaku juga adalah apa yang dikerjakan oleh organisme tersebut, baik dapat diamati secara langsung atau tidak langsung. Dapat diartikan bahwa perilaku terjadi apabila ada sesuatu yang diperlukan untuk menimbulkan reaksi yakni yang disebut rangsangan, dengan demikian suatu rangsangan tertentu akan menghasilkan reaksi perilaku tertentu (Notoatmodjo, 2010).

Menurut Skinner (dalam Notoatmodjo, 2012) perilaku adalah respon atau reaksi seseorang terhadap stimulus (rangsangan dari luar). Sehingga perilaku terjadi akibat adanya stimulus terhadap organisme, kemudian organisme tersebut merespon. Teori yang diciptakan Skinner disebut teori “S-O-R atau *stimulus organisme respon*. Skinner juga membedakan adanya dua proses yaitu :

- a. *Respondent respon* atau *reflexive*, yaitu respon yang ditimbulkan oleh rangsangan-rangsangan (stimulus) tertentu. Stimulus semacam ini disebut *electing stimulation* karena menimbulkan respon respon yang relative tetap. Stimulus

seperti ini menyebabkan seseorang berespon seperti keinginan memakan makanan yang lezat, menutup mata saat ada cahaya terang dan sebagainya.

b. *Operant respon* atau *instrumental respon*, yakni respon yang timbul dan berkembang kemudian diikuti oleh stimulus atau perangsang tertentu. Perangsang ini disebut *reinforcing stimulation* atau *reinforce*, karena memperkuat respon. Misalnya apabila seorang pekerja melaksanakan tugasnya dengan baik kemudian memperoleh penghargaan dari atasnya (stimulus baru), maka pekerja tersebut akan lebih baik lagi dalam melaksanakan tugasnya.

Menurut Skinner (dalam Notoatmodjo, 2010) perilaku merupakan respon atau reaksi seseorang terhadap rangsangan dari luar (stimulus). Perilaku dapat dikelompokkan menjadi dua:

a. Perilaku tertutup

Reaksi seseorang terhadap rangsangan dari luar dalam bentuk terselubung atau tertutup. Respon atau reaksi terhadap stimulus ini masih terbatas pada perhatian, persepsi, pengetahuan, kesadaran dan sikap yang terjadi pada orang yang menerima stimulus tersebut dan belum dapat diamati secara jelas

b. Perilaku terbuka

Reaksi seseorang terhadap rangsangan dari luar dalam bentuk tindakan nyata atau terbuka. Respon terhadap stimulus tersebut sudah jelas dalam bentuk tindakan atau praktek yang dengan mudah dapat diamati atau dengan mudah dipelajari.

Menurut Notoatmodjo (2010) bentuk operasional dari perilaku dapat dikelompokkan menjadi tiga jenis yaitu:

a. Perilaku dalam bentuk pengetahuan berupa mengetahui situasi atau rangsangan dari luar.

b. Perilaku dalam bentuk sikap berupa tanggapan batin terhadap kondisi atau rangsangan dari luar. Dalam hal ini lingkungan berperan dalam membentuk perilaku manusia yang ada di dalamnya.

c. Perilaku dalam bentuk tindakan yang sudah konkrit berupa perbuatan atau *action* terhadap rangsangan dari luar.

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku

Menurut Notoatmodjo (2010) faktor - faktor yang berperan dalam pembentukan perilaku terdiri dari dua jenis yaitu:

a. Faktor internal

Faktor yang berasal dari diri individu itu sendiri yaitu berupa kecerdasan, persepsi, motivasi, minat, dan emosi yang berungsi untuk mengolah pengaruh-pengaruh dari luar. Motivasi adalah penggerak perilaku yang memiliki hubungan cukup erat dalam pembentukan perilaku. Motivasi yang sama dapat saja menggerakkan perilaku yang berbeda demikian pula perilaku yang sama dapat saja diarahkan oleh motivasi yang berbeda. Motivasi mengarahkan perilaku pada tujuan tertentu. *Positive reinforcement* menyebabkan satu perilaku tertentu cenderung untuk diulang kembali. Kekuatan perilaku dapat melemah akibat dari perbuatan itu bersifat tidak menyenangkan.

b. Faktor eksternal

Faktor-faktor yang berada di luar individu yang bersangkutan yang berupa objek, orang, kelompok dan hasil-hasil kebudayaan yang menjadi sasaran dalam mewujudkan bentuk perilakunya.

Menurut konsep dari Lawrence Green (dalam Notoatmodjo, 2012) perilaku dipengaruhi oleh tiga faktor yaitu :

a. Faktor predisposisi,

Faktor-faktor ini mencakup tentang pengetahuan dan sikap seseorang terhadap sebuah rangsangan atau stimulus yang ia dapatkan. Stimulus tersebut dapat berupa tradisi dan kepercayaan seseorang terhadap hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan, sistem nilai yang dianut, tingkat pendidikan, tingkat sosial ekonomi, dan sebagainya. Faktor-faktor ini terutama yang positif mempermudah terwujudnya perilaku maka sering disebut faktor pemudah.

b. Faktor pendukung,

Faktor-faktor ini mencakup ketersediaan sarana dan prasarana atau fasilitas sebagai penunjang terjadinya sebuah perilaku yang terjadi pada seseorang tersebut. Selain itu kemampuan ekonomi juga turut mendukung seseorang dalam proses berperilaku.

c. Faktor pendorong,

Faktor-faktor pendorong ini meliputi faktor sikap dan perilaku tokoh masyarakat, tokoh agama, sikap dan perilaku dari peran role dari seseorang yang membuatnya menirukan apa yang mereka lakukan semuanya. Adapun undang-undang, peraturan, baik dari pusat maupun pemerintahan daerah merupakan faktor pendorong terbentuknya perilaku.

3. Proses perubahan perilaku

Menurut Hosland dalam Notoadmojo (2007), perubahan perilaku pada hakikatnya adalah sama dengan proses belajar. Proses perubahan perilaku tersebut menggambarkan proses belajar pada individu yang terdiri dari:

a. Stimulus (rangsangan) yang diberikan kepada organisme dapat diterima atau ditolak. Apabila stimulus tersebut tidak diterima atau ditolak berarti stimulus itu

tidak efektif dalam mempengaruhi perhatian individu, dan tidak dilanjutkan. Tetapi bila stimulus diterima oleh organisme berarti ada perhatian dari individu dan stimulus tersebut efektif.

b. Apabila stimulus telah mendapatkan perhatian dari organisme (diterima) maka ia mengerti stimulus ini dan dilanjutkan proses berikutnya.

c. Setelah itu organisme mengolah stimulus tersebut sehingga terjadi kesediaan untuk bertindak demi stimulus yang telah diterimanya (bersikap).

d. Akhirnya dengan dukungan fasilitas serta dorongan dari lingkungan maka stimulus tersebut mempunyai efek tindakan dari individu tersebut (perubahan perilaku).

4. Perilaku menyikat gigi

Menurut Sihite (2011), perilaku menyikat gigi dipengaruhi oleh: cara menyikat gigi, frekuensi menyikat gigi, waktu menyikat gigi, serta alat dan bahan menyikat gigi.

Menurut Notoatmodjo dalam Sihite (2011), menjelaskan bahwa penyebab timbulnya masalah kesehatan gigi dan mulut pada masyarakat salah satunya adalah faktor perilaku atau sikap mengabaikan kebersihan gigi dan mulut. Hal tersebut dilandasi oleh kurangnya pengetahuan akan pentingnya pemeliharaan gigi dan mulut. Hal tersebut dilandasi oleh kurangnya pengetahuan akan pentingnya pemeliharaan gigi dan mulut. Anak-anak masih sangat tergantung pada orang dewasa dalam hal menjaga kebersihan gigi karena kurangnya pengetahuan anak mengenai kesehatan gigi dibandingkan orang dewasa. Perilaku kesehatan gigi positif misalnya, kebiasaan menyikat gigi secara teratur sebaliknya perilaku kesehatan gigi negatif misalnya, tidak menyikat secara teratur sehingga kondisi

kesehatan gigi dan mulut akan menurun dengan dampak antara lain gigi mudah berlubang.

Penilaian keterampilan atau praktek melalui penilaian kinerja, yaitu penilaian yang menuntut sasaran mendemonstrasikan suatu kompetensi tertentu. Nilai keterampilan dikualifikasikan menjadi predikat/kriteria sebagai berikut (Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan, 2013):

Tabel 1. Kualifikasi penilaian keterampilan

Nilai	Kriteria
80-100	Sangat Baik
70-79	Baik
60-69	Cukup
<60	Perlu bimbingan

$$\text{Nilai keterampilan} = (\text{jumlah skor} : \text{skor maksimal}) \times 100$$

C. Menyikat Gigi

1. Pengertian menyikat gigi

Menyikat gigi adalah rutinitas yang penting dalam menjaga dan memelihara kesehatan gigi dari bakteri dan sisa makanan yang melekat dengan menggunakan sikat gigi. Menyikat gigi adalah suatu upaya yang dilakukan untuk menjaga agar gigi tetap dalam keadaan yang bersih dan sehat (Ramadhan, 2012).

2. Tujuan menyikat gigi

Menurut Ramadhan (2012), ada beberapa tujuan menyikat gigi yaitu:

- a. Gigi menjadi bersih dan sehat sehingga gigi tampak putih.

- b. Mencegah timbulnya karang gigi, lubang gigi dan sebagainya.
 - c. Memberikan rasa segar terhadap mulut.
3. Frekuensi menyikat gigi

American Dental Association (ADA) memodifikasi pernyataan ini dengan menyatakan bahwa pasien harus menyikat gigi secara teratur, minimal dua kali sehari yaitu pagi hari setelah sarapan dan sebelum tidur malam. Waktu menyikat gigi pada setiap orang tidak sama, bergantung pada beberapa faktor seperti kecenderungan seseorang terhadap plak dan debris, keterampilan menyikat gigi, dan kemampuan salivanya membersihkan sisa-sisa makanan dan debris. Menyikat gigi dua kali sehari cukup baik pada jaringan periodonsium yang sehat, tetapi pada jaringan periodonsium yang tidak sehat dianjurkan menyikat gigi tiga kali sehari. Jadi frekuensi menyikat gigi yang baik adalah dua kali sehari, pagi 30 menit setelah sarapan pagi dan malam hari sebelum tidur (Sihite, 2011).

4. Lama waktu dalam menyikat gigi

Biasanya rata-rata lama menyikat gigi adalah kira-kira satu menit. Lamanya seseorang menyikat gigi dianjurkan minimal lima menit, tetapi umumnya orang menyikat gigi maksimum selama 2-3 menit. Penentuan waktu ini tidak sama pada setiap orang terutama pada orang yang sangat memerlukan program kontrol plak. Bila menyikat gigi dilakukan dalam waktu yang singkat, maka hasilnya tidak begitu baik daripada bila menyikat gigi dilakukan dalam waktu yang lebih lama, mengingat banyaknya permukaan gigi yang harus dibersihkan (Sihite, 2011).

5. Peralatan dan bahan menyikat gigi

a. Sikat gigi

American Dental Association memberikan spesifikasi sikat gigi sebagai berikut:

- 1) Panjang : 1-1,25 inch
- 2) Lebar : 5/16-3/8 inch
- 3) Area permukaan : 2,54-3,2 cm
- 4) Jumlah baris : 2-4 baris bulu
- 5) Jumlah tuft : 5-2 tuft per baris
- 6) Jumlah bulu : 80-85 bulu per tuft

Sikat gigi dengan bulu keras efektif dalam menghilangkan plak, akan tetapi dapat menyebabkan trauma. Sikat gigi dengan bulu halus direkomendasikan untuk pasien yang memiliki gangguan jaringan periodontal. Sedangkan sikat gigi dengan bulu sikat medium dapat direkomendasikan untuk pasien yang belum memiliki masalah kesehatan gigi dan mulut (Gupta, 2009)

b. Pasta gigi

Pasta gigi adalah sediaan untuk membersihkan dan memoles permukaan gigi yang terdiri dari Kalsium Karbonat yang halus, dicampur dengan gliserin ditambah ramuan untuk menghambat tumbuhnya kuman kuman dan memberi rasa segar supaya disukai pemakai, biasanya digunakan dengan sikat gigi (Maharani & Hersoelistyorini, 2009). Pasta gigi yang digunakan saat menyikat gigi berfungsi untuk mengurangi pembentukan plak, memperkuat gigi terhadap karies, membersihkan dan memoles permukaan gigi, menghilangkan atau mengurangi bau mulut, memberikan rasa segar pada mulut serta memelihara kesehatan gusi

(Panutti & dkk, 2003) Pasta gigi pada umumnya mengandung bahan abrasif, air, pelembab, bahan perekat, bahan penambah rasa, bahan terapeutik, bahan desensitisasi, bahan anti-tartar, bahan pemutih, bahan pengawet, serta bahan antimikroba seperti triklosan dan klorheksidin yang berperan sebagai bahan aktif yang dapat memberikan efek inhibisi secara langsung pada pembentukan plak (Putri dkk, 2010).

c. Gelas kumur

Gelas kumur digunakan untuk berkumur saat membersihkan rongga mulut setelah penggunaan sikat gigi dan pasta gigi. Air yang dianjurkan digunakan adalah air matang, tapi minimal air yang digunakan adalah air yang bersih dan jernih (Putri, Herijulianti dan Nurjannah, 2010).

d. Cermin

Cermin digunakan untuk melihat permukaan gigi yang tertutup plak pada saat menggosok gigi dan untuk melihat bagian gigi yang belum disikat (Putri, Herijulianti dan Nurjannah, 2010).

6. Cara menyikat gigi

Menurut Kemenkes RI (2012) cara menyikat gigi yang benar adalah sebagai berikut:

a. Menyiapkan sikat gigi dan pasta yang mengandung Fluor (salah satu zat yang dapat menambah kekuatan pada gigi). Banyaknya pasta kurang lebih sebesar sebutir kacang tanah (1/2 cm)

b. Berkumur-kumur dengan air bersih sebelum menyikat gigi

- c. Seluruh permukaan gigi disikat dengan gerakan maju mundur pendek-pendek atau memutar selama ± 2 menit (sedikitnya 8 kali gerakan setiap 3 permukaan gigi)
 - d. Berikan perhatian khusus pada daerah pertemuan antara gigi dan gusi.
 - e. Lakukan hal yang sama pada semua gigi atas bagian dalam. Ulangi gerakan yang sama untuk permukaan bagian luar dan dalam semua gigi atas dan bawah.
 - f. Untuk permukaan bagian dalam gigi rahang bawah depan, miringkan sikat gigi seperti dalam gambar no.5. Kemudian bersihkan gigi dengan gerakan sikat yang benar.
 - g. Bersihkan permukaan kunyah dari gigi atas dan bawah dengan gerakan-gerakan pendek dan lembut maju mundur berulang-ulang.
 - h. Sikatlah lidah dan langit-langit dengan gerakan maju mundur dan berulang-ulang.
 - i. Janganlah menyikat terlalu keras terutama pada pertemuan gigi dengan gusi, karena akan menyebabkan email gigi rusak dan gigi terasa ngilu.
 - j. Setelah menyikat gigi, berkumurlah 1 kali saja agar sisa fluor masih ada di gigi.
 - k. Sikat gigi dibersihkan dengan air dan disimpan tegak dengan kepala sikat di atas.
 - l. Waktu menyikat gigi sebaiknya setiap habis makan kita menyikat gigi, tapi hal ini tentu saja agak merepotkan. Hal yang terpenting dalam memilih waktu menyikat gigi adalah pagi hari sesudah makan dan malam hari sebelum tidur.
7. Akibat tidak menyikat gigi

Hal-hal yang dapat terjadi apabila tidak menyikat gigi, yaitu:

- a. Bau mulut, merupakan suatu keadaan yang tidak menyenangkan, apabila pada saat berbicara dengan orang lain mengeluarkan bau tidak sedap yang disebabkan oleh sisa-sisa makanan yang membusuk di dalam mulut (Taringan, 2014).
- b. Karang gigi atau calculus adalah suatu endapan keras yang terletak pada permukaan gigi berwarna mulai dari kuning-kekuningan, kecoklat-coklatan, sampai dengan kehitam-hitaman dan mempunyai permukaan kasar. Proses pembentukan karang gigi secara teori sangat bervariasi, tetapi para ahli berpendapat bahwa plak dan karang gigi berhubungan erat dan tidak dapat dipisahkan (Sindoro, 1996).
- c. Gusi berdarah, karena kebersihan gigi kurang baik, sehingga terbentuk plak pada permukaan gigi dan gusi. Bakteri-bakteri pada plak menghasilkan racun yang merangsang gusi sehingga mengakibatkan radang gusi dan gusi mudah berdarah (Taringan, 2014).
- d. Gigi berlubang adalah suatu penyakit dimana terjadi kerusakan gigi yang disebabkan oleh bakteri dimana terjadi pada jaringan keras gigi yaitu email, dentin dan pulpa (Taringan, 2014).

D. Sekolah Dasar

1. Pengertian Sekolah Dasar

Menurut kamus besar bahasa Indonesia pengertian sekolah adalah bangunan atau lembaga untuk belajar dan mengajar serta tempat menerima dan memberi pelajaran. Sedangkan menurut kamus umum bahasa Indonesia sekolah adalah bangunan atau lembaga untuk belajar dan memberi pelajaran. Dari sedikit penjelasan tentang pengertian sekolah maka bisa diartikan bahwa sekolah dasar

adalah suatu bangunan atau lembaga pendidikan yang mewadahi kegiatan belajar mengajar yang berkaitan dengan atau tentang dasar-dasar pendidikan (Ismawan, 2013).

2. Siswa kelas III dan IV Sekolah Dasar

Siswa merupakan pelajar yang duduk dimeja belajar setrata Sekolah Dasar maupun Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekolah Menengah Atas (SMA). Siswa-siswa tersebut belajar untuk mendapatkan ilmu pengetahuan dan untuk mencapai pemahaman ilmu yang telah didapat dunia pendidikan. Siswa atau pesetra didik adalah mereka yang secara khusus diserahkan oleh kedua orang tuanya untuk mengikuti pembelajaran yang diselenggarakan di sekolah, dengan tujuan untuk menjadi manusia yang berilmu pengetahuan, berketrampilan, berpengalaman, berkepribadian, berakhlak mulia, dan mandiri (Khuroidah, 2013). Siswa kelas III dan IV Sekolah dasar adalah anak-anak yang rentang usianya antara 8-10 tahun.

3. Pengelolaan Sekolah Dasar

Manajemen atau pengelolaan sekolah dasar merupakan proses pendayagunaan sumber daya sekolah dasar melalui kegiatan fungsi-fungsi perencanaan, pengorganisasian, penggerakan dan pengendalian secara lebih efektif dan efisien. Dari fungsi perencanaan sekolah tentunya diawali dari penentuan visi, misi dan tujuan sekolah yang telah dirancang dan dikembamngkan pada setiap tahun ajaran baru. Ini diawali sejak sekolah menentukan pembagian surat keputusan mengajar pada personil guru di kelas. Menentukan visi dan misi sekolah tentunya sangat tergantung dari kondisi dan situasi sekolah tersebut baik

lingkungan sekolah, guru dan staf yang tersedia, sarana dan prasarana maupun stok holder yang sudah terbangun (Anonim, 2014)

4. Karakteristik Sekolah Dasar

Tingkatan kelas di sekolah dasar dapat dibagi dua menjadi kelas rendah dan kelas atas. Kelas rendah terdiri dari kelas satu, dua, dan tiga, sedangkan kelas-kelas tinggi sekolah dasar yang terdiri dari kelas empat, lima, dan enam (Supandi, 1992:44). Di Indonesia, kisaran usia sekolah dasar berada di antara 6 atau 7 tahun sampai 12 tahun. Usia siswa pada kelompok kelas atas sekitar 9 atau 10 tahun sampai 12 tahun (Budiman, 2011) .

Menurut Witherington (1952 dalam Makmun (1995) bahwa usia 9-12 tahun memiliki ciri perkembangan sikap individualis sebagai tahap lanjut dari usia 6-9 tahun dengan ciri perkembangan sosial yang pesat. Pada tahapan ini anak/siswa berupaya semakin ingin mengenal siapa dirinya dengan membandingkan dirinya dengan teman sebayanya. Jika proses itu tanpa bimbingan, anak akan cenderung sukar beradaptasi dengan lingkungannya. Untuk itulah sekolah memiliki tanggung jawab untuk menanggulangnya. Sekolah sebagai tempat terjadinya proses menumbuhkembangkan seluruh aspek siswa memiliki tugas dalam memabntu perkembangan anak sekolah. Adapun tugas-tugas perkembangan anak sekolah (Makmun, 1995:68), diantaranya adalah: (a) mengembangkan konsep-konsep yang perlu bagi kehidupan sehari-hari, (b) mengembangkan kata hati, moralitas, dan suatu skala, nilai-nilai, (c) mencapai kebebasan pribadi, (d) mengembangkan sikap-sikap terhadap kelompok-kelompok dan institusi-institusi sosial (Budiman, 2011).