BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengetahuan

1. Pengertian pengetahuan

Pengetahuan adalah merupakan hasil "tahu" dan ini terjadi setelah seseorang mengadakan penginderaan terhadap suatu objek tertentu, pengetahuan umumnya datang dari penginderaan yang terjadi melalui panca indera manusia, yaitu indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Dimulainya penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas persepsi terhadap objek. Pengetahuan manusia sebagaian besar diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2003).

2. Tingkat pengetahuan

Menurut Kholid (2012), ada enam tingkatan pengetahuan yang dicakup dalam domain kognitif, yaitu :

a. Tahu *(know)*

Tahu diartikan sebagai mengikat sesuatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk kedalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali *(recall)* sesuatu yang spesifik dari keseluruhan bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Tahu merupakan tingkatan pengetahuan yang paling rendah.

b. Memahami *(comprehension)*

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterprestasikan materi tersebut

secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.

c. Aplikasi *(application)*

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi sebenarnya *(real)* ialah dapat menggunakan rumus-rumus, metode, prinsip dan sebagainya dalam situasi yang lain, misalnya dapat menggunakan prinsip-prinsip siklus pemecahan masalah kesehatan dari kasus yang telah diberikan.

d. Analisis *(Analysis)*

Analisis adalah kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek di dalam struktur organisasi atau suatu objek di dalam struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu dengan yang lain. Kemampuan analisis dapat dilihat dari penggunaan kata kerja seperti dapat menggunakan dan menggambarkan, membedakan, memisahkan, mengelompokkan, dan sebagainya.

e. Sintesis *(Synthesis)*

Menunjukkan pada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Sintesis juga dapat diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun suatu formasi-formasi yang ada.

f. Evaluasi *(Evaluation)*

Evaluasi ini berkaitan dengan pengetahuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian itu berdasarkan suatu kriteria yang telah ada.

3. Cara memperoleh pengetahuan

Menurut Kholid (2012), dari berbagai macam cara yang digunakan untuk memperoleh kebenaran pengetahuan sepanjang sejarah, cara-cara ini antara lain : a. Cara tradisional atau non ilmiah

Cara tradisional ini dipakai untuk memperoleh pengetahuan kebenaran pengetahuan, cara-cara ini antara lain :

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

Cara ini telah dipakai orang sebelum adanya kebudayaan, bahkan mungkin sebelum adanya peradaban. Cara coba salah ini dilakukan dengan menggunakan kemungkinan dalam memecahkan, dan apabila kemungkinan tersebut tidak berhasil, maka akan dicoba dengan kemungkinan yang lain.

2) Cara kekuasaan atau otoritas

Prinsip dari cara ini adalah orang lain menerima pendapat yang dikemukakan oleh orang yang mempunyai aktivitas tanpa terlebih dulu menguji atau membuktikan kebenaran, baik berdasarkan fakta empiris ataupun berdasarkan penalaran sendiri. Hal ini disebabkan karena orang yang menerima pendapat tersebut menganggap bahwa apa yang dikemukakannya adalah benar.

3) Berdasarkan pengalaman pribadi

Pengalaman merupakan sumber pengetahuan atau merupakan suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan, hal ini dilakukan dengan cara

mengulang kembali pengalaman yang diperoleh dalam memecahkan permasalahan pada masa yang lalu, namun perlu diperhatikan bahwa tidak semua pengalaman pribadi dapat menuntun seseorang untuk menarik kesimpulan dari pengalaman dengan benar diperlukan berfikir kritis dan logis

4) Melalui jalan pikiran

Dalam memperoleh kebenaran pengetahuan, manusia telah menggunakan jalan pikirannya, baik melalui induksi maupun deduksi. Induksi adalah proses pembuatan kesimpulan itu memulai pertanyaan-pertanyaan khusus pada umum. Deduksi adalah proses pembuatan kesimpulan dari pernyataan umum ke khusus. b. Cara modern atau cara ilmiah.

Cara ini disebut "Metode Penelitian Ilmiah" atau lebih popular disebut metodelogi penelitian *(Research Metodology)*. Menurut Deobold Van Dalen (dalam Kholid, 2012), bahwa dalam memperoleh kesimpulan pengamatan dilakukan dengan mengadakan observasi langsung, dan membuat pencatatan-pencatatan terhadap semua fakta yang berhubungan dengan objek yang diamati. Pencatatan ini mencakup tiga hal pokok yaitu :

1) Segala sesuatu yang positif, yakni gejala yang muncul pada saat dilakukan pengamatan.

2) Segala sesuatu yang negatif, yaitu 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

Menurut Syah (2007), faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang adalah sebagai berikut :

a. Faktor internal

Faktor internal yang dimaksud adalah keadaan atau kondisi jasmani seseorang. Faktor internal ini terdiri dari dua aspek yaitu :

1) Aspek fisiologis

Kondisi umum dan yang menandai tingkat kebugaran organ-organ tubuh dan sendi-sendinya dapat mempengaruhi semangat dan intensitas seseorang dalam mengikuti pelajaran. Kondisi organ yang lemah dapat menurunkan kualitas semangat belajar, sehingga materi yang dipelajari kurang atau tidak berbekas.

Kondisi indera penglihatan dan pendengaran juga sangat mempengaruhi kemampuan seseorang dalam menyerap informasi dan pengetahuan.

2) Aspek psikologis

Banyak faktor yang termasuk aspek psikologis yang dapat mempengaruhi kualitas anak. Faktor rohanilah yang pada umumnya dipandang lebih esensial yaitu sebagai berikut :

a) Intelegensi

Tingkat kecerdasan atau intelegensi *(IQ)* tidak dapat diragukan lagi sangat menentukan tingkat keberhasilan belajar. Semakin tinggi kemampuan intelegensi seseorang, semakin besar peluangnya untuk meraih sukses, sebaliknya semakin rendah kemampuan intelegensi seseorang maka semakin kecil peluangnya untuk meraih sukses.

b) Sikap

Sikap yang positif terhadap mata pelajaran yang disajikan merupakan pertanda awal yang baik bagi proses belajar anak terhadap mata pelajaran, apalagi diiringi kebencian terhadap mata pelajaran dapat menimbulkan kesulitan dalam belajar.

c) Bakat

Seseorang akan lebih mudah menyerap pengetahuan apabila sesuai dengan bakat yang dimilikinya. Secara umum, bakat adalah kemampuan potensial yang dimiliki seseorang untuk mencapai keberhasilan pada masa yang akan datang.

d) Minat

Minat (*interest*) berarti kecenderungan dan kegairahan yang tinggi atau keinginan yang besar terhadap sesuatu. Minat akan mempengaruhi kualitas pencapaian hasil belajar dalam bidang-bidang studi tertentu.

e) Motivasi

Pengertian dasar motivasi adalah keadaan internal organisme baik manusia maupun hewan yang mendorong untuk berbuat sesuatu. Motivasi berarti pemasok daya untuk bertingkah laku secara searah. Kekuragan motivasi akan menyebabkan kurang bersemangat dalam proses belajar.

b. Faktor eksternal

1) Lingkungan sosial

Lingkungan sosial yang baik dapat menjadi daya dorong yang positif bagi kesuksesan belajar. Selain itu yang termasuk lingkungan sosial adalah kondisi masyarakat sekitar dan tetangga.

2) Lingkungan non sosial

Lingkungan non sosial adalah sarana prasarana, tingkat pendidikan dan waktu belajar.

c. Faktor pendekatan belajar

Faktor pendekatan belajar adalah jenis belajar yang meliputi strategi dan metode yang digunakan seseorang utuk melakukan kegiatan pembelajaran. Pendekatan belajar dapat dipahami sebagai cara atau strategi yang digunakan dalam menunjang efektifitas dan eksistensi proses pembelajaran materi tertentu. Menurut Notoatmodjo (2010), pengetahuan seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu:

a. Pengalaman

Pengalaman dapat diperoleh dari pengalaman sendiri maupun orang lain.Pengalaman yang sudah diperoleh dapat memperluas pengetahuan seseorang.

b. Tingkat Pendidikan

Pendidikan dapat menambah wawasan atau pengetahuan seseorang. Secara umum, seseorang yang berpendidikan lebih tinggi akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas dibandingkan dengan seseorang yang tingkat pendidikannya lebih rendah.

c. Keyakinan

Biasanya keyakinan diperoleh secara turun temurun dan tanpa adanya pembuktian terlebih dahulu. Keyakinan ini biasanya mempengaruhi pengetahuan seseorang, baik keyakinan itu sifatnya positif maupun negatif.

d. Fasilitas

Fasilitas-fasilitas sebagai sumber informasi yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang, misalnya radio, televisi, majalah, koran, dan buku.

e. Penghasilan

Penghasilan tidak berpengaruh langsung terhadap pengetahuan seseorang. Seseorang yang berpenghasilan cukup besar maka akan mampu untuk menyediakan atau membeli fasilitas-fasilitas sumber informasi.

f. Sosial budaya

Kebudayaan setempat dan kebiasaan dalam keluarga dapat mempengaruhi pengetahuan, persepsi, dan sikap seseorang terhadap sesuatu.

5. Indikator Tingkat Pengetahuan

Menurut Syah (2015), kriteria tingkat pengetahuan dibedakan menjadi lima yaitu sebagai berikut:

Sangat Baik : Jika Nilainya 80-100

Baik : Jika nilainya 70-79

Cukup : Jika nilainya 60-69

Kurang : Jika nilainya 50-59

Gagal : Jika nilainya 0-49

B. Kebersihan Gigi dan Mulut

1. Pengertian kebersihan gigi dan mulut

Menurut Nio (1987), kebersihan gigi dan mulut adalah suatu keadaan yang menunjukan bahwa di dalam mulut seseorang bebas dari kotoran, seperti plak dan *calculus*. Plak pada gigi geligi akan terbentuk dan meluas keseluruh permukaan gigi

apabila kebersihan gigi dan mulut terabaikan. Kondisi mulut yang selalu basah, gelap dan lembab sangat mendukung pertumbuhan dan perkembangbiakan bakteri yang membentuk plak.

2. Indikator kebersihan gigi dan mulut

Menurut (Putri, Herijulianti, dan Nurjanah 2010), indikator yang digunakan untuk mengukur kebersihan gigi dan mulut yaitu menggunakan suatu *index*. *Index* adalah suatu angka yang menunjukan keadaan klinis yang didapat pada waktu dilakukan pemeriksaan, dengan cara mengukur luas dari permukaan gigi yang ditutupi oleh plak maupun *calculus*. Pengukuran kebersihan gigi dan mulut menurut Green dan Vermillion (dalam Putri, Herijulianti, dan Nurjanah, 2010), dapat menggunakan *index* yang dikenal dengan *Oral Hygiene Index Simplified (OHI-S).* Awalnya *index* ini digunakan untuk menilai penyakit peradangan gusi dan penyakit *periodontal*, akan tetapi dari kata yang diperoleh ternyata kurang berarti atau bermakna, oleh karena itu *index* ini hanya digunakan untuk mengukur tingkat kebersihan gigi dan mulut dan menilai efektivitas dari menyikat gigi.

OHI-S terdiri dari dua komponen yaitu *Debris Index* (*DI*) dan *Calculus Index*(*CI*). *Debris Index* merupakan nilai (skor) yang deperoleh dari hasil pemeriksaan terhadap endapan lunak dipermukaan gigi yang dapat berupa plak, material alba, dan *food debris*, sedangkan *calculus index* merupakan nilai (skor) dari endapan keras yang terjadi akibat pengendapan garam-garam anorganik yang komposisi utamanya adalah *kalsium karbonat*, dan *kalsium fosfat* yang bercampur dengan debris, mikroorganisme, dan sel-sel *ephiteldeskuamasi* (Putri, Herijulianti, dan Nurjanah, 2010).

1) Gigi *Index OHI-S*

Menurut Green dan Vermillion (dalam Putri, Herijulianti, dan Nurjanah, 2010), mengukur kebersihan gigi dan mulut seseorang memilih enam permukaan gigi *index* tertentu yang cukup dapat mewakili segmen depan maupun belakang dari seluruh permukaan gigi yang ada dalam rongga mulut, Gigi-gigi yag dipilih sebagai gigi *index* beserta permukaan gigi *index* yang dianggap mewakili tiap gigi segmen adalah: a) Gigi 16 pada permukaan bukal, b) Gigi 11 pada permukaan labial, c) Gigi 26 pada permukaan bukal, d) Gigi 36 pada permukaan lingual, e) Gigi 31 pada permukaan labial, f) Gigi 46 pada permukaan lingual.

Permukaan yang diperiksa adalah permukaan gigi jelas terlihat dalam mulut. Gigi *Index* yang tidak ada pada suatu segmen akan dilakukan penggantian gigi tersebut dengan ketentuan sebagai berikut :

a) Jika gigi *molar* pertama tidak ada, penilaian dilakukan pada *molar* kedua, jika gigi *molar* pertama dan kedua tidak ada, penilaian diakukan pada *molar* ketiga akan tetapi jika *molar* pertama, kedua dan ketiga tidak ada maka tidak ada penilaian untuk *segmen* tersebut.

b) Jika gigi insisif pertama kanan atas tidak ada, dapat diganti dengan gigi insisif kiri dan jika gigi insisif kiri bawah tidak ada, dapat diganti dengan gigi insisif pertama kanan bawah, akan tetapi jika gigi insisif pertama kiri atau kanan tidak ada, maka tidak ada penilaian untuk *segmen* tersebut.

c) Gigi *index* dianggap tidak ada pada keadaan-keadaan seperti: gigi hilang karena dicabut, gigi yang merupakan sisa akar, gigi yang merupakan mahkota jaket, baik yang terbuat dari akrilik maupun logam, mahkota gigi yang sudah hilang atau rusak lebih dari ½ bagiannya pada permukaan *index* akibat karies maupun fraktur, gigi yang erupsinya belum mencapai ½ tinggi mahkota klinis.

Penilaian dapat dilakukan jika minimal dua gigi *index* yang diperiksa (Putri, Herijulianti, dan Nurjanah, 2010).

1) Kriteria *Debris Index (DI)*

Tabel 1.
Kriteria *Debris Index (DI)*

No	Kondisi	Skor
1	Tidak ada *debris* atau *stain* plak menutup tidak lebih dari 1/3 permukaan	0
2	Servikal atau terdapat *stain* ekstrinsik di permukaan yang diperiksa.	1
3	Plak menutupi lebih dari 1/3 sampai 2/3 permukaan yang diperiksa.	2
4	Plak menutupi lebih dari 2/3 permukaan gigi yang diperiksa.	3

Sumber : Putri, Herijulianti, dan Nurjanah, Ilmu Pencegahan Penyakit Jaringan Keras dan Jaringan Pendukung Gigi, 2010

$$\textit{Debris Index} = \frac{\text{Jumlah penilaian } \textit{debris}}{\text{Jumlah gigi yang diperiksa}}$$

2) Kriteria *Calculus Index (CI)*

Tabel 2
Kriteria *Calculus Index (CI)*

No	Kondisi	Skor
1	Tidak ada *calculus*.	0
2	*Supra gingival calculus* menutupi tidak lebih dari 1/3 permukaan servikal yang diperiksa.	1
3	*Supra gingival calculus* menutupi lebih dari 1/3 sampai 2/3 permukaan yang diperiksa atau ada bercak-bercak *sub gingival calculus* di sekeliling servikal gigi.	2
4	*Supra gingival calculus* menutupi lebih dari 2/3 permukaan atau ada *sub gingival calculus* disekeliling servikal gigi.	3

Sumber : Putri, Herijulianti, dan Nurjanah, Ilmu Pencegahan Penyakit Jaringan Keras dan Jaringan Pendukung Gigi, 2010

$$\textit{Calculus Index} = \frac{\text{Jumlah penilaian } \textit{calculus}}{\text{Jumlah gigi yang diperiksa}}$$

d. Cara melakukan penilaian *debris* dan *calculus*

Menurut Green dan Vermillion (dalam Putri, Herijulianti, dan Nurjanah, 2010), kriteria penilaian *debris* dan *calculus* sama, yaitu mengikuti ketentuan sebagai berikut :

1) Baik : jika nilainya antara 0-0,6
2) Sedang : jika nilainya antara 0,7-1,8
3) Buruk : jika nilainya antara 1,9-3,0

e. *OHI-S* mempunyai kriteria tersendiri, yaitu mengikuti ketentuan sebagai berikut :

a. Baik : jika nilainya antara 0,0-1,2
b. Sedang : Jika nilainya antara 1.3-3,0
c. Buruk : Jika nilainya antara 3,1-6,0

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi kebersihan gigi dan mulut

Menurut Suwelo (1992), kebersihan gigi dan mulut dipengaruhi oleh menyikat gigi, jenis makanan dan jenis kelamin.

a. Menyikat gigi

Mulut sebenarnya sudah mempunyai sistem pembersihan sendiri yaitu air ludah, tetapi dengan makanan modern seperti sekarang, pembersihan alami ini tidak lagi dapat berfungsi dengan baik, oleh karena itu dapat menggunakan sikat gigi sebagai alat bantu untuk membersihkan gigi dan mulut. Menurut Putri, Herijulianti, dan Nurjanah (2010), mengatakan bahwa menyikat gigi adalah tindakan membersihkan gigi dan mulut dari sisa makanan yang bertujuan untuk mencegah terjadinya penyakit pada jaringan keras maupun lunak. Tujuan

menggosok gigi adalah membersihkan semua sisa-sisa makanan dari permukaan gigi serta memijat gusi (Tarigan, 1989).

Menurut Herijulianti, Indriani, dan Artini (2001), cara yang paling mudah dilakukan untuk menghindari masalah kesehatan gigi dan mulut yang lazim dilakukan adalah dengan menyikat gigi. Menurut Machfoed (2006), perilaku menyikat gigi yang baik dan benar yaitu dilakukan secara tekun, teliti dan teratur. Tekun artinya sikat gigi dilakukan dengan sungguh-sungguh, teliti artinya menyikat semua permukaan gigi sampai bersih dan teratur artinya menyikat semua permukaan gigi sampai bersih dan teratur artinya menyikat gigi minimal dua kali sehari. Waktu yang tepat untuk menyikat gigi yaitu setiap selesai sarapan dan sebelum tidur malam (Machfoedz, 2006).

1) Waktu menyikat gigi

Waktu menyikat gigi yang baik adalah setiap kali setelah makan pagi dan malam sebelum tidur. Dianjurkan menyikat gigi sesudah makan pagi dimaksudkan agar kebersihan gigi tetap terjaga dengan baik. Sesudah makan, gigi akan menjadi kotor karena adanya sisa-sisa makanan yang masih menempel pada gigi, oleh karena itu melakukan sikat gigi yang benar adalah sesudah makan pagi. Menyikat gigi malam hari sebelum tidur dianjurkan karena pada saat tidur bakteri didalam rongga mulut akan bergerak dengan bebas untuk merusak gigi dan mulut. Oleh karena itu, untuk menjaga agar bakteri tidak dapat berkembang dengan bebas gigi harus bersih, bersih dari sisa makanan yang melekat pada permukaan gigi (Setyaningsih, 2007).

b. Teknik menyikat gigi

Menurut Sariningsih (2012), teknik menyikat gigi adalah :

a) Sikatlah semua permukaan gigi atas dan bawah dengan gerakan maju mundur dan pendek-pendek atau atas bawah selama dua sampai lima menit dan sedikitnya delapan kali gerakan setiap gerakan gigi.

b) Permukaan gigi yang menghadap ke bibir disikat dengan gerakan naik turun atau ke atas dan ke bawah.

c) Permukaan gigi yang menghadap ke pipi disikat dengan gerakan naik turun sedikit memutar.

d) Permukaan gigi yang digunakan untuk mengunyah disikat dengan gerakan maju mundur atau kedepan dan belakang.

e) Permukaan gigi yang menghadap ke langit-langit atau lidah disikat dengan gerakan dari arah gusi ke permukaan gigi.

f) Sikat gigi dibersihkan dengan air dan disimpan tegak dengan posisi kepala sikat gigi ada diatas.

g) Hal yang harus diperhatikan pada saat menggosok gigi yaitu gosoklah semua permukaan gigi. Pindahkan sikat gigi dengan teratur, dan gosoklah gigi-gigi dengan teliti. Sikat gigi jangan ditekan sewaktu menggosok gigi.

h) Bagian-bagian gigi yang memerlukan perhatian khusus di waktu menggosok gigi adalah bagian gigi yang berbatasan dengan gusi, di rahang bawah bagian gigi yang menghadap ke lidah dan pada gigi-gigi belakang (geraham) bagian yang menghadap ke pipi.

i) Biasakan untuk menggosok gigi di depan cermin dan jangan lupa untuk memakai zat pewarna plak.

j) Pemeriksaan gigi secara sepintas yaitu pemeriksaan dilakukan tanpa alat dan dilakukan setelah kegiatan menggosok gigi.

c. Peralatan dan bahan menyikat gigi

Sebelum menyikat gigi harus dipersiapkan terlebih dahulu alat dan bahan yang akan dipergunakan (Besford, 1996).

a) Sikat gigi

Sikat gigi merupakan salah satu alat oral fisioterapi yang digunakan secara luas untuk membersihkan gigi dan mulut. Macam sikat gigi ada yang manual maupun elektrik, dengan berbagai ukuran dan bentuk. Banyak jenis sikat gigi dipasaran, harus diperhatikan keefektifan sikat gigi untuk membersihkan gigi dan mulut (Putri, Herijulianti, dan Nurjanah, 2010). Sikat gigi yang digunakan harus memenuhi syarat kesehatan yaitu :

1) Kepala sikat yang kecil

Ukuran kepala sikat gigi yang kecil tujuannya agar dapat membersihkan permukaan gigi paling belakang serta dapat digerakan dengan mudah pada sudut permukaan gigi yang berbeda.

2) Tangkainya lurus

Tangkai sikat gigi yang dipergunakan tangkainya lurus dengan tujuan agar mudah dipegang.

3) Bulu sikat yang halus

Bulu sikat yang dipergunakan harus halus supaya tidak merusak gigi dan jangan terlalu keras karena tidak dapat membersihkan sisa makanan yang menempel pada permukaan gigi. Bulu sikat yang baik adalah yang terbuat dari nilon.

b) Pasta gigi

Pasta gigi adalah suatu zat yang digunakan bersama-sama dengan sikat gigi untuk membersihkan dan memoles gigi. Efek pembersihan dari pasta gigi

tergantung dengan kandungannya. Pasta gigi efektif dalam peranannya kebersihan mulut, pasti ini haruslah berkontrak erat dengan gigi dengan cara meletakkan pasta gigi diantara bulu sikat agar tidak jatuh sebelum mencapai permukaan gigi (Wirayuni, 2003).

Pasta gigi biasanya digunakan bersama-sama dengan sikat gigi untuk membersihkan dan menghaluskan permukaan gigi geligi, serta memberikan rasa nyaman dalam rongga mulut, karena aroma yang terkandung didalam pasta tersebut nyaman dan menyegar (Putri, Herijulianti, dan Nurjanah, 2010).

Menurut Besford (1996), mulut akan terasa lebih segar apabila minyikat gigi dengan menggunakan pasta gigi. Pasta gigi yang sebaiknya digunakan adalah pasta gigi yang mengandung *fluor* dapat mencegah kerusakan gigi yang lebih lanjut.

c) Cermin

Tujuan penggunaan cermin dalam menggosok gigi adalah untuk membantu melihat pada waktu menyikat gigi agar tidak ada permukaan yang terlewati, selain itu cermin juga dipergunakan untuk membantu melihat sesudah menyikat, untuk mengetahui semua permukaan gigi sudah bersih dan belum. Penyikatan kembali dapat dilakukan jika gigi belum bersih (Besford,1996).

Menurut Neo (1987), beberapa alat bantu yang digunakan untuk membersihkan gigi adalah adalah : benang gigi, tusuk gigi, sikat sela-sela gigi.

Menurut Srigupta (2004), ada beberapa prinsip yang harus diikuti dalam menggosok gigi yaitu sebagai berikut :

1) Tangkai sikat harus dipegang dengan kuat tetapi jangan terlalu kuat karena akan melelahkan tangan dan pergelangan tangan.

2) Dianjurkan untuk menggunakan jenis sikat gigi yang bulunya lembut dan halus.

3) Metode menyikat gigi juga tergantung pada bulu sikat, ketika bulu sikat tidak efektif lagi untuk membersihkan gigi maka sikat harus diganti.

d. Jenis makanan

Menurut Tarigan (2013), fungsi mekanis dari makanan yang di makan berpengaruh dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut diantaranya :

1) Makanan yang bersifat membersihkan gigi, yaitu makanan yang berserat dan berair seperti sayur-sayuran dan buah-buahan.

a. Sebaliknya makanan yang dapat merusak gigi yaitu makanan yang manis dan mudah melekat pada gigi seperti : coklat, permen, biskuit dan lain-lain.

e. Jenis kelamin

Menurut Hungu (2007), jenis kelamin adalah perbedaan antara perempuan dengan laki-laki, pada dasarnya laki-laki dan perempuan itu berbeda baik secara fisik maupun karakteristik. Wanita biasanya cenderung lebih memperhatikan segi estetis seperti keindahan, kebersihan, dan penampilan diri sehingga mereka lebih memperhatikan kesehatan gigi dan mulutnya, sedangkan laki-laki kurang memperhatikan keindahan, kebersihan, dan penampilan diri. Hal tersebut didukung oleh penelitian Stevens, menunjukkan bahwa menyikat gigi lebih rutin dilakukan oleh perempuan dari pada laki-laki sehingga gigi dan mulut perempuan lebih baik dari pada laki-laki (Pahlawaningsih dan Gondhoyoewono, 2004).

4. Cara memelihara kebersihan gigi dan mulut

a. Kontrol plak

Kontrol plak dengan menyikat gigi sangatlah penting. Menjaga kebersihan gigi dan mulut harus dimulai pada pagi hari setelah sarapan dan dilanjutkan dengan menjaga kebersihan rongga mulut yang akan dilakukan pada malam hari sebelum tidur (Tarigan, 2013).

Menurut Srigupta (2004), cara mengontrol plak ada dua yaitu :

1) Cara mekanis

Cara mengontrol plak secara mekanis meliputi menyikat gigi dan membersihkan gigi bagian dalam dengan menggunakan bantuan *dental floss,* tusuk gigi, mencuci mulut dan *prophylaxis* (pencegahan penyakit) dari dokter gigi.

2) Cara kimiawi

Mengontrol plak secara kimiawi dilakukan dengan menggunakan bermacam-macam bahan kimia, alat-alat generasi pertama adalah antibiotik, antiseptik, seperti fenil dan alat-alat generasi kedua yang biasanya digunakan adalah klorheksidin atau alexsidin.

1) *Scaling*

Menurut Putri, Herijulianti, dan Nurjanah (2012), *scaling* adalah suatu proses membuang plak dan *calculus* dari permukaan gigi, baik *supra gingival* maupun *sub gingival.* Tujuan dari *scaling* adalah untuk mengembalikan kesehatan gusi dengan cara membuang semua elemen yang menyebabkan radang gusi dari permukaan gigi.

5. Akibat tidak memelihara kebersihan gigi dan mulut

a. Bau mulut

Bau mulut merupakan suatu keadaan yang tidak mengenakkan, apabila pada saat berbicara dengan orang lain yang merupakan salah satu penyebab dari sisa-sisa makanan yang membusuk di mulut karena lupa menyikat gigi (Tarigan, 2013).

b. Karang gigi

Karang gigi adalah lapisan kerak berwarna kuning yang menempel pada gigi dan terasa kasar, yang dapat menyebabkan masalah pada gigi (Irma dan Intan, 2013). Karang gigi adalah plak yang terklarifikasi. Berdasarkan hubungannya terhadap *gingival margin*, karang gigi dikelompokkan menjadi *supra gingival calculus* dan *subgingival calculus. Supra gingival calculus* adalah karang gigi yang melekat pada permukaan mahkota gigi mulai dari puncak *gingival margin* dan dapat dilihat. *Subgingival calculus* adalah karang gigi yang berada dibawah batas-batas *gingival margin*, biasanya pada daerah saku gusi. Karang gigi banyak terdapat pada gigi yang sering tidak digunakan (Putri, Herijulianti dan Nurjanah, 2010).

c. Gusi berdarah

Penyebab 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 berdarah.

d. Gigi berlubang

Gigi berlubang (karies gigi) merupakan penyakit jaringan keras gigi yang ditandai dengan kerusakan jaringan, dimulai dari permukaan gigi meluas ke arah pulpa disebabkan oleh karbohidrat yang tertinggal di dalam mulut dan mikroorganisme yang tidak segera dibersihkan (Tarigan, 2013).

C. Sekolah Dasar

Menurut Rasyidi (dalam Taufik, Prianto, dan Mikarsa 2007), Sekolah Dasar pada hakikatnya merupakan satuan atau unit lembaga sosial (*sosial institution)* yang

diberi amanah atau tugas khusus *(specific task)* oleh masyarakat untuk menyelenggarakan pendidikan dasar secara sistematis. Secara teknis pendidikan SD dapat pula didefinisikan sebagai proses membimbing, mengajar dan melatih peserta didik yang berusia 6-13 tahun untuk memiliki kemampuan dasar dalam aspek intelektual, sosial dan personal yang terintegrasi dan sesuai dengan karakteristik perkembangannya.

Tujuan pendidikan SD adalah mengembangkan pengetahuan siswa dalam aspek intelektual, sosial dan personal yang paling mendasar yaitu untuk dapat mengikuti pendidikan di SLTP atau yang sederajat (Taufik, Prianto, dan Mikarsa, 2007).