

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengetahuan

1. Pengertian pengetahuan

Dilihat dari kategorinya, "pengetahuan" merupakan sebuah kata benda yang berasal dari kata dasar "tahu" yang telah ditambahkan imbuhan "pe-" dan "an". Secara ringkas, istilah ini merujuk pada "segala hal yang berhubungan dengan proses mengetahui atau mendapatkan pengetahuan". Makna pengetahuan mencakup seluruh jenis aktivitas, serta metode dan alat yang digunakan, beserta hasil yang dicapai dari aktivitas tersebut. Pada dasarnya, pengetahuan adalah semua hasil dari proses mengenali suatu objek, baik itu berupa benda maupun peristiwa yang dialami oleh individu (Octaviana, 2021).

2. Tingkat pengetahuan

Secara umum terdapat 6 tingkatan pengetahuan yang masuk dalam domain kognitif.

a. Tahu (*Know*)

Pengetahuan pada tingkat ini adalah pengetahuan yang paling dasar, yaitu hanya mengingat kembali materi yang telah dipelajari sebelumnya.

b. Memahami (*Comprehension*)

Memahami berarti mampu menjelaskan suatu objek atau materi dan menerjemahkannya secara benar.

c. Aplikasi (*Application*)

Aplikasi artinya kemampuan untuk menggunakan materi yang sudah dipelajari dalam situasi nyata atau kondisi sebenarnya.

d. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah kemampuan untuk memecah suatu objek atau materi menjadi bagian-bagian yang saling berkaitan.

e. Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis adalah kemampuan untuk menghubungkan berbagai komponen dalam suatu formulasi yang sudah ada, lalu mengatur dan menyusunnya secara logis sehingga terbentuk sebuah formula baru.

f. Evaluasi (*Evaluation*)

Pengetahuan yang diperoleh dalam bentuk keahlian digunakan untuk memberikan alasan atau menilai sesuatu secara objektif menurut Notoatmodjo (dalam Damayanti & Sofyan, 2022).

3. Cara memperoleh pengetahuan

Cara memperoleh pengetahuan dibagi menjadi 2 cara diantaranya, yaitu:

a. Cara tradisional atau non ilmiah

Cara tradisional ini dibagi lagi menjadi beberapa cara, diantaranya yaitu:

1) Cara coba salah (*Trial and Error*)

Merupakan suatu cara memperoleh pengetahuan melalui percobaan beberapa kali hingga masalah tersebut terpecahkan.

2) Cara kekuasaan (*Otoriter*)

Metode ini digunakan oleh orang-orang yang memiliki wewenang, seperti para ahli, tokoh agama, atau pemimpin negara. Prinsipnya adalah orang lain cenderung menerima pendapat mereka tanpa memeriksa apakah pendapat itu benar atau tidak.

3) Berdasarkan pengalaman pribadi

Merupakan cara memperoleh pengetahuan berdasarkan pengalaman dalam

memecahkan masalah yang pernah dilalui.

4) Melalui jalan pikiran

Merupakan suatu cara memperoleh pengetahuan melalui penalaran mendapatkan pengetahuan melalui berpikir deduksi dan induksi.

b. Cara modern

Dalam metode ini pengetahuan didapat melalui cara yang teratur, logis, dan alami. Metode ini disebut sebagai "metode penelitian ilmiah" atau "metode ilmiah" menurut Notoatmodjo (dalam Syapitri dkk, 2021).

4. Faktor-faktor yang berdampak pada pengetahuan

Ada sembilan faktor yang memengaruhi pengetahuan, yaitu:

a. Jenis kelamin

Tanda biologis membedakan individu antara laki-laki dan perempuan dikenal sebagai jenis kelamin. Jenis kelamin membentuk perilaku dan performa yang menerminkan jenis kelamin seseorang.

b. Pendidikan

Kecekatan seseorang dapat memudahkan mereka dalam memahami dan menerima penjelasan. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi juga berdampak pada pengambilan sikap yang lebih tepat dan pemahaman yang lebih baik.

c. Pekerjaan

Lingkungan kerja bisa memberikan pengetahuan dan pengalaman, baik yang disengaja maupun tidak. Hal ini membantu seseorang dalam memperoleh informasi.

d. Kebudayaan

Kebudayaan berkaitan dengan tempat kita dibesarkan dan sangat mempengaruhi cara kita berpikir dan berperilaku.

e. Pengalaman

Pengalaman adalah situasi yang dihadapi seseorang saat berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Pengalaman ini membentuk cara seseorang berpikir dan bertindak.

f. Usia

Usia memengaruhi perubahan fisik, psikologis, dan mental. Secara psikologis, seiring bertambahnya usia, cara berpikir seseorang semakin matang. Kemampuan menerima dan memahami informasi juga meningkat, sehingga mereka mampu menyerap pengetahuan dengan lebih baik.

g. Sumber informasi

Pengetahuan didapat dari sumber informasi yang bermanfaat untuk memperluas perspektif atau wawasan. Ini memungkinkan untuk bertanya tentang berbagai pengetahuan untuk mencapai tujuan.

h. Media

Media massa dapat mempengaruhi pengetahuan.

i. Minat

Keinginan dan ketertarikan terhadap sesuatu membuat seseorang harus berusaha untuk mendapatkan pengetahuan terdalam (Notoatmodjo, 2014).

5. Kriteria tingkat pengetahuan

Lima kriteria kategori penilaian menurut Widoyoko (dalam Febriawati & Arikunto, 2018) yaitu:

a. Kriteria baik sekali : 80-100

b. Kriteria baik : 60-79

c. Kriteria cukup : 40-59

- d. Kriteria kurang : 20-39
- e. Kriteria sangat kurang : < 20

B. Media *Sorting Card Game*

1. Pengertian *Sorting Card Game*

Sorting Card Game adalah salah satu cara belajar dengan menggunakan permainan sederhana. Dalam permainan ini, peserta diminta memilah atau mengelompokkan objek ke dalam kategori yang tepat, seperti memilih gambar makanan yang baik atau yang buruk untuk gigi, gambar alat kebersihan gigi, atau langkah-langkah menyikat gigi kemudian memasukkannya ke dalam kotak yang berisi gambar gigi sakit dan gigi yang sehat. Permainan ini penulis rancang agar anak-anak dan orang dewasa bisa belajar dengan cara memilih dan menempatkan benda atau gambar ke dalam kelompok yang benar (Happytotshelf, 2023).

2. Manfaat *Sorting Card Game*

a. Meningkatkan pengetahuan

Anak-anak lebih mudah memahami apa yang baik dan buruk bagi kesehatan gigi dan mulut, seperti cara berperilaku, makanan, dan kebiasaan yang sehat.

b. Belajar interaktif dan menyenangkan

Permainan membuat proses belajar lebih menarik dan membuat anak tidak merasa bosan dibandingkan hanya mendengar penjelasan.

c. Memudahkan pemahaman konsep

Gambar pada kartu seperti makanan manis, sikat gigi, atau buah membantu anak membedakan secara visual mana yang baik dan mana yang berisiko bagi gigi.

d. Meningkatkan daya ingat

Aktivitas menyortir gambar sambil mengamati dan memasukkan kartu ke dalam kotak tertentu membantu anak mengingat pesan kesehatan lebih baik.

e. Membentuk sikap positif

Anak dilatih untuk memilih kebiasaan sehat seperti sikat gigi secara teratur, mengurangi makanan manis, dan rajin periksa kesehatan gigi.

f. Mengembangkan motorik halus

Dengan mengambil kartu dan memasukkan ke dalam kotak, anak melatih koordinasi tangan serta kemampuan mengambil keputusan.

g. Mendorong partisipasi aktif

Permainan membuat anak lebih antusias dan tertarik dalam belajar dibanding hanya mendengarkan penjelasan.

h. Meningkatkan motivasi

Permainan membuat anak lebih termotivasi untuk belajar dan mengulangnya, sehingga pesan kesehatan lebih mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

i. Mengubah perilaku

Perlahan-lahan, anak mulai memilih makanan yang sehat dan menjaga kebersihan gigi karena sudah terbiasa memilah dalam permainan.

3. Cara bermain *Sorting Card Game*

Sorting Card Game ini dapat dimainkan dengan beberapa tahapan, diantaranya yaitu:

a. Siapkan kotak dengan kategori, misalnya “Baik untuk Gigi” dan “Buruk untuk Gigi”.

b. Siapkan kartu bergambar berisi makanan, minuman, kebiasaan, dan alat

kebersihan gigi.

- c. Jelaskan aturan permainan kepada peserta.
- d. Pemain mengambil kartu secara bergiliran.
- e. Pemain menyebutkan isi gambar pada kartu.
- f. Pemain menentukan kategori dan memasukkan kartu ke dalam kotak yang sesuai.
- g. Setelah semua kartu selesai dimasukkan, fasilitator membuka kotak.
- h. Fasilitator menjelaskan alasan benar atau salah dari pilihan kartu.
- i. Pemain atau kelompok dengan jawaban paling banyak benar diberikan apresiasi.
- j. Fasilitator menutup dengan penegasan pesan penting tentang menjaga kesehatan gigi dan mulut.

4. Kelebihan dan kekurangan *Sorting Card Game*

a. Kelebihan

- 1) Mudah dimainkan oleh anak-anak maupun orang dewasa.
- 2) Interaktif dan menyenangkan, sehingga peserta tidak mudah bosan.
- 3) Meningkatkan pemahaman dengan cara visual (gambar) dan praktik langsung.
- 4) Mendorong partisipasi aktif, baik secara individu maupun kelompok.
- 5) Mengembangkan keterampilan kognitif dalam mengelompokkan dan membedakan informasi.
- 6) Biaya murah, karena hanya memerlukan kotak dan kartu sederhana.
- 7) Mudah dimodifikasi sesuai tema edukasi (tidak hanya gigi dan mulut).

b. Kekurangan

- 1) Waktu terbatas jika jumlah kartu terlalu banyak.

- 2) Peserta bisa menebak tanpa memahami isi materi sebenarnya.
- 3) Membutuhkan fasilitator untuk memberikan penjelasan tambahan agar pemahaman benar.
- 4) Kurang optimal untuk materi yang kompleks, hanya cocok untuk konsep sederhana.
- 5) Kartu bisa rusak atau hilang, sehingga perlu perawatan media.

C. Menyikat Gigi

1. Pengertian menyikat gigi

Menyikat gigi merupakan metode untuk menghilangkan sisa makanan, kuman, dan plak dari gigi. Agar pembersihan gigi berhasil, kita perlu memperhatikan waktu yang sesuai untuk menyikat gigi, menggunakan alat yang benar, serta mengikuti teknik yang tepat. Ini sejalan dengan pemaparan dari Kusumaningsih dan Sulastri (2023).

2. Tujuan menyikat gigi

Tujuan dari menyikat gigi adalah sebagai berikut:

- a. Menghilangkan plak atau menghindari terjadinya pembentukan plak.
- b. Membersihkan sisa-sisa makanan, debris atau stain.
- c. Merangsang jaringan *gingiva*.
- d. Melindungi permukaan gigi dengan *fluor* (Yang.T.M.G., 2024).

3. Alat-alat menyikat gigi

Adapun alat yang digunakan untuk menyikat gigi menurut (Setyaningsih, 2019) adalah sebagai berikut:

a. Sikat gigi

Sikat gigi merupakan salah satu peralatan dalam perawatan fisioterapi mulut yang digunakan untuk membersihkan gigi serta area mulut. Terdapat berbagai macam sikat gigi, baik yang berfungsi secara manual maupun yang menggunakan listrik, dengan beragam ukuran dan bentuk. Menurut (Setyaningsih, 2019), sikat gigi yang baik memiliki beberapa syarat, yaitu:

- 1) Tangkai sikat gigi harus lurus agar mudah dikendalikan saat menyikat gigi.
- 2) Bulu sikat gigi harus lembut agar tidak menggores gusi dan mudah masuk ke antara gigi.
- 3) Ukuran kepala sikat sebaiknya kecil atau sesuai dengan ukuran mulut, sehingga bisa mencapai seluruh permukaan gigi, baik gigi depan, samping, maupun belakang.

b. Pasta gigi

Pasta gigi biasanya digunakan bersamaan dengan sikat gigi. Pasta gigi yang bagus biasanya mengandung *fluoride*. *Fluoride* adalah bahan yang berguna untuk memperkuat gigi.

c. Gelas kumur dan air kumur

Gelas dan air kumur dipakai untuk berkumur setelah melakukan sikat gigi. Air yang dipakai harus bersih, jernih (tidak memiliki warna), tanpa bau, dan tidak memiliki rasa. Air tersebut juga harus bebas dari bahan berbahaya atau mikroba penyakit.

d. Cermin

Cermin dipakai untuk memastikan bahwa setiap bagian gigi telah bersih setelah melakukan penyikatan.

4. Waktu menyikat gigi

Waktu yang ideal untuk menyikat gigi yaitu setidaknya dua kali dalam sehari, yaitu di pagi hari setelah makan dan di malam hari sebelum tidur. Waktu yang paling dianjurkan adalah setelah makan dan sebelum tidur. Apabila tidak memungkinkan untuk menyikat gigi setelah makan, disarankan untuk berkumur dengan air bersih agar sisa makanan yang menempel di gigi bisa hilang (Salamah dkk. , 2020).

5. Cara menyikat gigi

Menyikat gigi membutuhkan waktu sekitar 2-3 menit untuk membersihkan seluruh bagian gigi. Berikut cara menyikat gigi yang benar dan tepat:

- a. Siapkan sikat gigi yang kering dan pasta gigi yang mengandung *fluor*.
Jumlah pasta gigi sebanyak sebutir kacang tanah.
- b. Pada tahap awal, pegang sikat gigi dengan memposisikan sudut kepala sikat sedikit miring sehingga membentuk sudut 45 derajat, sehingga tidak mengenai seluruh bagian bulu sikat.
- c. Tahap kedua, mulai menyikat dari gigi yang menghadap ke sisi pipi ke daerah gigi yang menghadap ke bibir, kemudian lanjutkan ke bagian gigi yang menghadap pipi di sisi yang lain dengan gerakan melingkar sebanyak 8-10 kali di setiap area.
- d. Tahap ketiga, bersihkan bagian gigi yang berfungsi untuk mengunyah dengan gerakan perlahan maju dan mundur.
- e. Tahap keempat, bersihkan sisi dalam gigi yang menghadap ke atap mulut.
- f. Pegang sikat gigi secara tegak, mulai dari gusi menuju ke bagian gigi yang tumbuh, mirip dengan gerakan mengangkat.
- g. Tahap kelima, bersihkan bagian dalam gigi yang mengarah ke lidah. Pegang sikat

gigi dalam posisi tegak, dari arah gusi menuju bagian gigi yang muncul, seperti cara mengangkat.

- h. Tahap enamel, membersihkan lidah dari bagian belakang ke arah depan hanya satu kali. Setelah itu, berkumur hanya satu kali agar kandungan fluoride dalam pasta gigi tetap terjaga sesuai dengan penjelasan Irma dan Intan (dalam Putri dan Suri, 2022).

6. Cara merawat sikat gigi

Untuk menjaga sikat gigi tetap bersih, perlu memperhatikan beberapa hal berikut:

- a. Perhatikan jarak penyimpanan sikat gigi dengan toilet. Toilet mengandung banyak kuman yang bisa menempel pada sikat gigi.
- b. Bilas sikat gigi dengan air mengalir hingga benar-benar bersih setelah digunakan.
- c. Simpan sikat gigi di tempat yang kering. Jangan gunakan sikat gigi secara bergantian dengan orang lain.
- d. Jangan menyimpan sikat gigi berdekatan dengan milik orang lain.
- e. Ganti sikat gigi secara rutin setiap tiga bulan sekali.
- f. Simpan sikat gigi dengan bulu menghadap ke atas.
- g. Ganti sikat gigi setelah mengalami sakit gigi.
- h. Hindari menggunakan sikat gigi yang terbuka, karena bisa menjadi tempat berkembangnya bakteri (Sanjaya, 2019).

7. Akibat tidak memelihara kesehatan gigi dan mulut:

- a. Bau mulut (halitosis) adalah kondisi yang tidak nyaman, terutama saat berbicara dengan orang lain, dan ini dapat disebabkan oleh sisa-sisa makanan yang

membusuk di dalam mulut akibat lupa menyikat gigi, menurut Tarigan 2010 (dalam Baba dan Avelina, 2020).

- b. Karang gigi merupakan plak yang menjadi keras akibat dari proses mineralisasi. Karang gigi dapat terbentuk disebabkan oleh kurangnya kebersihan gigi yang tepat sehingga plak yang ada tidak dapat dihilangkan dengan optimal menurut (Erwana, 2013).
- c. Karies gigi merupakan suatu kondisi yang mempengaruhi jaringan gigi, yang ditandai oleh kerusakan pada jaringan tersebut, yang dimulai dari permukaan gigi seperti email dan dentin, kemudian menjalar menuju pulpa. Penyakit ini disebabkan oleh beberapa faktor, termasuk karbohidrat, mikroorganisme, air liur, serta bentuk dan permukaan gigi. Jika tidak diobati, kondisi ini bisa mengakibatkan rasa nyeri, kehilangan gigi, serta infeksi menurut (Tarigan, 2013).

D. Anak Sekolah Dasar

1. Pengertian anak sekolah dasar

Anak-anak yang berada di tingkat sekolah dasar adalah mereka yang berumur antara 6 hingga 12 tahun, berada dalam kondisi sehat, aktif, dan tidak terlalu bergantung pada orang tua. Selama masa sekolah, anak-anak mengalami perkembangan dan perubahan yang bervariasi, yang mempengaruhi pembentukan karakter dan kepribadian mereka. Di tahap ini, mereka sudah dianggap mampu untuk bertanggung jawab atas tindakan mereka. Di samping itu, anak-anak juga menerima dasar-dasar pengetahuan yang penting untuk mencapai kesuksesan, serta memperoleh keterampilan yang dibutuhkan untuk menyesuaikan diri dengan kehidupan dewasa (Diyantini dkk., 2015).

2. Karakteristik anak sekolah dasar

Karakteristik anak usia sekolah umur 6-12 tahun menurut Supariasa (dalam Wulandari, 2018) terdiri dari empat bagian, yaitu:

a. Fisik

- 1) Perkembangan yang lamban serta terstruktur.
- 2) Pada perempuan pertumbuhan lebih cepat dibandingkan laki-laki.
- 3) Pertumbuhan aktif dan perkembangan tulang.
- 4) Tumbuh gigi permanen, tanggalnya gigi sulung, selera meningkat, serta tangkas.
- 5) Peran penglihatan baik dan menstruasi akan muncul pada akhir masa ini.

b. Emosi

- 1) Senang bergaul, hendak berjaya, ingin tahu, bertanggung jawab dan khawatir jika terjadi musibah dalam keluarga.
- 2) Acuh tak acuh dengan lawan jenis.

c. Sosial

- 1) Suka bermain, menyukai sesuatu yang mengandung unsur persaingan, menunjukkan sifat kepemimpinan, berpenampilan menarik, dan mempunyai kelompok teman-teman tertentu.
- 2) Laki-laki dan wanita bermain sendiri-sendiri dengan teman sejenis mereka

d. Intelektual

- 1) Suka berbicara dan mengeluarkan pendapat, sangat tertarik pada belajar dan keterampilan, ingin coba-coba, sangat ingin tahu.
- 2) Perhatian yang sangat singkat (Wulandari, 2018)