

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengetahuan

1. Pengertian pengetahuan

Octavianai, Dila Rukmi dan Ramadhani (2021) menyatakan bahwa pengetahuan merupakan kumpulan hasil tahu dari proses mengetahui yang berkaitan dengan suatu objek, baik berupa hal maupun peristiwa yang dialami oleh individu. Pengetahuan mencakup keseluruhan aktivitas serta cara atau sasaran yang digunakan dalam memperoleh informasi, termasuk hasil yang diperolehnya. Pengetahuan memiliki peran penting dalam keberadaan manusia, karena merupakan hasil dan proses dari aktivitas berpikir.

Pengetahuan dapat dibedakan menjadi pengetahuan empiris dan pengetahuan rasional. Pengetahuan empiris berlandaskan pada pengalaman yang diperoleh melalui pancaindra dan hasil pengamatan terhadap berbagai fakta yang ada. Pengetahuan ini sering disebut sebagai pengetahuan yang diperoleh setelah melalui pengalaman. Sementara itu, pengetahuan rasional didasarkan pada pemikiran dan penalaran logis, sehingga tidak bergantung pada pengalaman langsung, melainkan pada kemampuan berpikir manusia.

2. Faktor- faktor yang memengaruhi proses belajar

Gejir, dkk (2020) menyatakan dalam proses belajar dipengaruhi oleh tiga komponen utama, yaitu masukan (*input*), proses (*process*), dan keluaran (*output*). Masukan dalam proses belajar terdiri atas *raw input* (sasaran belajar), *instrumental input* (alat bantu, materi, pengajar) dan *environmental input* (lingkungan belajar). Proses belajar tersebut akan menghasilkan perubahan perilaku pada ranah kognitif, afektif, dan psikomotor.

3. Kategori tingkat pengetahuan

Setiadi (2023 dalam Nurhalimah, 2024) menyatakan tingkat pengetahuan dikategorikan menjadi lima kategori dengan nilai sebagai berikut:

- a. Baik : apabila nilai jawaban benar 76-100%
- b. Cukup : apabila nilai jawaban benar 56-75%
- c. Kurang : apabila nilai jawaban benar <56%

B. Menyikat Gigi

1. Pengertian menyikat gigi

Antika (2018 dalam Simamora & Yasin, 2024) menyatakan menyikat gigi merupakan upaya untuk membersihkan kotoran atau sisa makanan (*debris*) yang menempel pada permukaan gigi. Tindakan ini sebaiknya dilakukan setelah sarapan dan pada malam hari sebelum tidur guna mencegah timbulnya masalah kesehatan gigi dan mulut.

Menyikat gigi adalah salah satu metode perawatan kesehatan gigi yang perlu dilakukan secara rutin, selain itu penting pula untuk memperhatikan cara menyikat gigi yang benar demi menjaga kesehatan gigi dan mulut secara keseluruhan. Pada dasarnya, cara menyikat gigi yang benar dapat dilakukan melalui beberapa tahap, mulai dari memilih sikat gigi dan pasta gigi yang tepat, memperhatikan posisi sikat gigi, menyikat gigi secara perlahan, membersihkan permukaan lidah, hingga menggunakan benang gigi dan berkumur manfaatnya adalah menghilangkan kotoran dan sisa makanan sehingga dapat mencegah penyakit gigi dan mulut.

2. Tujuan menyikat gigi

Menyikat gigi adalah cara yang dilakukan untuk menjaga kesehatan gigi

dengan cara menyikatnya. Tujuannya menggosok gigi untuk membersihkan plak/kotoran dari permukaan gigi, membersihkan sisa-sisa makanan di dalam mulut, memelihara kebersihan rongga mulut, mengurangi kerusakan gigi (Putri & Maimaznah, 2021).

3. Frekuensi dan waktu menyikat gigi

(Purwaningsih dkk., 2022) menyatakan bahwa menyikat gigi pada waktu yang optimal dapat diterapkan setelah sarapan di pagi hari dan malam sebelum tidur. Menyikat gigi setelah makan di pagi hari diharapkan dapat membersihkan sisa makanan yang menempel setelah makan dan malam sebelum tidur bertujuan untuk membersihkan sisa makanan yang menempel setelah makan malam.

Menyikat gigi dilakukan dalam waktu minimal 2 menit. Penentuan waktu ini tidak sama pada setiap orang terutama pada orang yang sangat memerlukan kontrol plak. Poin penting untuk diperhatikan dalam hal ini adalah, dilakukan secara sistematis supaya tidak ada bagian-bagian gigi yang terlewat dan dapat menyikat seluruh permukaan gigi dengan baik (Hidayat dalam Amiruddin, 2024).

4. Alat dan bahan menyikat gigi

Setyaningsih (2019) menyatakan alat dan bahan menyikat gigi yaitu:

a. Sikat gigi

Syarat sikat gigi yang baik digunakan untuk menyikat gigi yaitu:

- 1) Sikat gigi yang baik bulunya rapi, sehingga saat kita menyikat gigi kotoran-kotoran yang berada di dalam mulut akan mudah terangkat oleh bulu sikat.

- 2) Bulu sikat gigi tidak terlalu keras dan tidak terlalu lunak, jika sikat gigi terlalu keras dapat melukai gusi, sebaliknya jika bulu sikat terlalu lunak bulu sikat akan susah mengangkat kotoran- kotoran yang berada di dalam mulut.
- 3) Tangkai sikat gigi lurus, tidak berkelok-kelok.
- 4) Ganti sikat gigi bila bulu sikat gigi sudah mekar.
- 5) Jangan tukar-tukaran sikat gigi atau memakai sikat gigi Bersama-sama, karena dapat terjadi persilangan kuman.
- 6) Pilihlah sikat gigi harus disesuaikan dengan besar kecilnya mulut kita, hal ini bertujuan agar semua permukaan gigi dapat terjangkau oleh sikat, baik gigi depan, gigi samping, maupun gigi belakang.

b. Pasta gigi

Pasta gigi yang baik digunakan adalah pasta gigi yang mengandung fluoride, fluoride adalah zat yang berguna untuk menguatkan gigi.

c. Gelas kumur

Gelas kumur digunakan untuk tempat atau wadah menampung air bersih yang dipakai saat berkumur setelah menyikat gigi.

d. Air bersih

Air bersih digunakan untuk membantu proses menyikat gigi dan berkumur agar kotoran, sisa makanan, serta sisa pasta gigi dapat terbuang dengan sempurna. Air yang digunakan harus memenuhi standar kesehatan, yaitu tidak berwarna, tidak berbau, dan tidak mengandung kuman atau bahan kimia berbahaya.

e. Cermin

Cermin digunakan untuk melihat permukaan gigi saat melakukan kegiatan menyikat gigi serta bagian gigi yang belum dibersihkan dan melihat sudah bersih

atau belum gigi setelah kita menyikat gigi.

5. Cara menyikat gigi

Sariningsih (2013 dalam Saadah dkk., 2021) menyatakan cara menyikat gigi yang baik dan benar yaitu:

- a. Menyiapkan sikat gigi dan pasta gigi yang memiliki kandungan fluoride, banyaknya pasta gigi yaitu sebesar satu butir kacang tanah.
- b. Sebelum sikat gigi dianjurkan untuk kumur-kumur terlebih dahulu.
- c. Sejajarkan bidang rahang atas dan bawah, kemudian sikat gigi dengan gerakan vertikal (yaitu gerakan menyikat gigi ke atas dan ke bawah).
- d. Sikat bagian gigi yang digunakan untuk mengunyah makanan dengan gerakan maju mundur minimal delapan kali pengulangan dengan intensitas pendek.
- e. Sikat bagian permukaan gigi yang berdekatan dengan pipi dengan gerakan memutar dan vertikal.
- f. Sikat permukaan gigi bagian depan rahang bawah yang berhadapan dengan lidah dengan gerakan sikat mengarah keluar dari rongga mulut.
- g. Sikat permukaan gigi bagian belakang bawah yang berhadapan dengan lidah dengan menggunakan gerakan mencongkel ke arah luar.
- h. Sikat permukaan gigi bagian belakang rahang atas yang berhadapan dengan langit-langit melalui gerakan mencongkel ke arah luar.

6. Cara menyimpan sikat gigi

Sanjaya (2019) menyatakan cara menyimpan sikat gigi agar tetap sehat digunakan yaitu:

- a. Perhatikan jarak penyimpanan sikat gigi dengan wc, sebab wc mengandung banyak bakteri. Apabila sikat gigi disimpan di dekat wc, bakteri dari wc dapat menempel ke sikat gigi
- b. Bilas sikat gigi hingga benar-benar bersih, sikat dikebas kebasikan agar kering dan pastikan sisa-sisa busa pasta gigi sudah tidak menempel pada sikat gigi
- c. Simpan sikat gigi di tempat yang kering. Bakteri menyukai tempat lembab
- d. Simpan sikat gigi dengan kepala sikat gigi menghadap ke atas
- e. Jangan menggunakan sikat gigi bergantian, termasuk dengan saudara sekalipun
- f. Jangan menyimpan sikat gigi berdekatan dengan sikat gigi orang lain
- g. Gantilah sikat gigi dengan rutin: 3-4 bulan

7. Akibat tidak menyikat gigi

Putri (2025) menyatakan akibat bila tidak menyikat gigi yaitu:

a. Bau mulut

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

b. Karang gigi

Karang gigi adalah kumpulan mineral yang terjadi pengerasan, yang terbentuk serta menempel kuat di permukaan gigi serta benda padat lain di dalam mulut, seperti tambalan gigi serta gigi tiruan.

c. Gusi berdarah

Penyebab gusi berdarah ialah kebersihan gigi yang kurang terjaga, yang

mengakibatkan terbentuknya plak di permukaan gigi serta gusi. Plak itu mengandung kuman-kuman yang menghasilkan racun, merangsang gusi serta menyebabkan peradangan. Akibat peradangan ini, gusi menjadi lebih rentan serta gampang berdarah.

d. Gigi berlubang

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

C. Penyuluhan

1. Pengertian penyuluhan

Rahmawati dkk (2022) menyatakan bahwa penyuluhan adalah suatu upaya perubahan perilaku manusia yang dilakukan melalui pendekatan edukatif, yaitu rangkaian kegiatan yang dilakukan secara sistematis, terencana dan terarah dengan peran serta aktif individu maupun kelompok atau masyarakat, untuk memecahkan masalah masyarakat dengan memperhitungkan faktor sosial ekonomi-budaya setempat

Penyuluhan kesehatan gigi dan mulut merupakan suatu upaya yang dirancang secara terencana dan terarah untuk menciptakan kondisi yang mendorong individu atau kelompok masyarakat agar bersedia mengubah perilaku lama yang kurang menguntungkan bagi kesehatan gigi, menjadi perilaku yang lebih menguntungkan untuk kesehatan giginya. Dalam kegiatan ini, masyarakat diberikan motivasi untuk memperbaiki cara dalam menjaga dan merawat kesehatan gigi dan mulut. Budiharto (Sukarsih dkk., 2022)

2. Metode penyuluhan

Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap keberhasilan suatu

penyuluhan kesehatan adalah pemilihan metode pelatihan yang tepat. Menurut Notoadmojo (2014 dalam (Mahendra dkk., 2019) Membagi metode penyuluhan menjadi tiga yaitu:

a. Metode pendidikan individual (perorangan)

Metode pendidikan yang bersifat individual diterapkan untuk membentuk perilaku baru atau membina individu yang mulai menunjukkan ketertarikan terhadap perubahan perilaku maupun penerapan inovasi, salah satu bentuk pendekatan ini adalah:

1) Bimbingan dan penyuluhan (*guidance and counseling*)

Melalui metode ini, interaksi antara klien dan petugas dilakukan secara lebih intensif. Permasalahan yang dihadapi klien dapat diidentifikasi secara mendalam dan diberikan bantuan dalam menemukan solusinya.

2) Wawancara (*interview*)

Cara ini merupakan bagian dari bimbingan dan penyuluhan. Wawancara antara petugas dengan klien untuk menggali informasi mengapa klien tidak atau belum menerima perubahan.

b. Metode pendidikan kelompok

Dalam memilih metode pendidikan kelompok, perlu mempertimbangkan jumlah peserta sasaran serta tingkat pendidikan formal mereka. Efektivitas suatu metode sangat dipengaruhi oleh besarnya jumlah peserta yang menjadi sasaran pendidikan. Berikut adalah jenis-jenis metode kelompok yang dapat digunakan:

1) Kelompok besar

Digunakan apabila jumlah peserta penyuluhan melebihi 15 orang. Metode yang sesuai untuk kelompok besar antara lain ceramah dan seminar.

2) Kelompok kecil

Diterapkan apabila peserta penyuluhan berjumlah kurang dari 15 orang. Metode yang cocok digunakan untuk kelompok kecil meliputi diskusi kelompok, curah pendapat (*brainstorming*), bermain peran (*role play*), serta permainan simulasi (*simulation game*).

c. Metode pendidikan massa

Metode pendidikan masa merupakan pendekatan yang sesuai untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan kepada masyarakat luas.

3. Media penyuluhan

Mahendra dkk (2019) menyatakan bahwa media merupakan sarana untuk menyampaikan pesan kepada sasaran sehingga mudah dimengerti oleh sasaran/pihak yang dituju. Media promosi kesehatan adalah semua sarana atau upaya untuk menampilkan pesan atau informasi yang ingin disampaikan oleh komunikator, baik itu melalui media cetak, elektronik dan media luar ruang, sehingga sasaran dapat meningkat pengetahuannya yang akhirnya diharapkan dapat berubah perilakunya ke arah positif terhadap kesehatannya.

Jenis media promosi kesehatan (penyuluhan) berdasarkan fungsinya sebagai penyalur pesan – pesan kesehatan, media ini dibagi menjadi tiga, yakni media cetak, media elektronik dan media papan.

a. Media cetak

Media cetak sebagai alat bantu menyampaikan pesan – pesan kesehatan sangat bervariasi antara lain sebagai berikut:

- 1) *Booklet* adalah suatu media untuk menyampaikan pesan – pesan kesehatan dalam bentuk buku, baik berupa tulisan maupun gambar.

- 2) *Leaflet* adalah bentuk penyampaian informasi atau pesan – pesan kesehatan melalui lembaran yang dilipat. Isi informasi dapat dalam bentuk kalimat maupun gambar atau kombinasi.
- 3) Poster merupakan media cetak berisi pesan atau informasi kesehatan yang ditempel di tempat umum. Poster yang baik bersifat sederhana, menampilkan satu ide utama, berwarna, dan tulisannya jelas. Slogan harus singkat dan menarik dengan motif yang bervariasi.
- 4) *Flyer* (selebaran), adalah bentuknya seperti *leaflet*, tetapi tidak berlipat. Pada umumnya *flyer* digunakan dalam suatu acara untuk menyampaikan pesan kepada pengunjung agar pengunjung tidak bertanya banyak hal kepada si pembuat acara.
- 5) *Flip chart* adalah media penyampaian informasi kesehatan berbentuk lembar balik seperti buku. Setiap halaman berisi gambar peragaan di satu sisi dan kalimat penjelas atau pesan pada sisi lainnya.
- 6) Rubrik atau tulisan – tulisan pada surat kabar atau majalah yang membahas suatu masalah kesehatan atau hal – hal yang berkaitan dengan kesehatan.
- 7) Foto merupakan media visual yang menyampaikan informasi kesehatan melalui gambar. Namun, tidak semua orang dapat memahami pesan yang terkandung di dalamnya, sehingga dapat menimbulkan perbedaan persepsi antara pembuat pesan dan audiens.
- 8) *Slide* merupakan media promosi kesehatan yang efektif karena dapat menampilkan gambaran nyata, menyampaikan informasi, dan memicu diskusi. Media ini cocok untuk audiens besar, mudah dibuat, diedit, serta menggunakan peralatan yang ringan dan sederhana.

b. Media elektronik

Media elektronik adalah media dinamis yang dapat dilihat dan didengar melalui alat bantu elektronik. Kelebihannya antara lain mudah dipahami, menarik, dikenal luas, melibatkan banyak indera, dapat diulang, dan memiliki jangkauan luas. Jenis-jenis media elektronik untuk promosi kesehatan meliputi:

1) Televisi

Menyampaikan pesan melalui gambar bergerak dan suara, efektif untuk berbagai bentuk penyuluhan seperti ceramah, diskusi, sandiwara, atau kuis kesehatan.

2) Radio

Media audio yang efektif untuk himbauan atau pengumuman kesehatan, disampaikan melalui ceramah, tanya jawab, atau sandiwara radio.

3) Video

Yudianto (2017) menyatakan bahwa video merupakan media elektronik yang mampu menggabungkan teknologi audio dan visual secara bersama sehingga menghasilkan suatu tayangan yang dinamis dan menarik. Video dapat dikemas dalam bentuk VCD dan DVD sehingga mudah dibawa kemana-mana, mudah digunakan, dapat menjangkau audiens yang luas dan menarik untuk ditayangkan. Media video memiliki fungsi sebagai media pembelajaran yaitu fungsi atensi, fungsi afektif, fungsi kognitif dan fungsi kompensatoris. Fungsi atensi yaitu media video dapat menarik perhatian dan mengarahkan konsentrasi audiens pada materi video, fungsi afektif yaitu media video mampu menggugah emosi dan sikap audiens, fungsi kognitif dapat mempercepat pencapaian tujuan pembelajaran untuk memahami dan mengingat pesan atau informasi yang

terkandung dalam gambar atau lambang. Sedangkan fungsi kompensatoris adalah memberikan konteks kepada audiens yang kemampuannya lemah dalam mengorganisasikan dan mengingat kembali informasi yang telah diperoleh.

Pemilihan video sebagai media penyebarluasan inovasi selain mampu mengkombinasikan visual dengan audio juga dapat dikemas dengan berbagai bentuk, misalnya menggabungkan antara komunikasi tatap muka dengan komunikasi kelompok, menggunakan teks, audio dan musik. Manfaat media video yaitu dapat menumbuhkan motivasi, makna pesan akan menjadi lebih jelas sehingga dapat dipahami oleh peserta didik dan memungkinkan terjadinya penguasaan dan pencapaian tujuan penyampaian.

4) Film Strip

Media visual proyeksi diam berupa rangkaian film yang serupa dengan slide, digunakan untuk menyampaikan pesan kesehatan secara berurutan.

c. Media luar ruang

Media luar ruang adalah media yang menyampaikan pesan di area terbuka, baik melalui media cetak maupun elektronik, seperti papan reklame, spanduk, banner, umbul-umbul, pameran, atau televisi layar lebar.

D. Anak Sekolah Dasar

Sinta Zakiah dkk (2024) menyatakan anak usia sekolah dasar adalah kelompok usia yang penting dalam tahapan perkembangan manusia. Periode ini menandai transisi dari masa prasekolah menuju pendidikan formal. Perkembangan anak usia sekolah dasar memengaruhi berbagai aspek kehidupan mereka, termasuk aspek fisik, kognitif, sosial, dan emosional. Periode usia antara 6-12 tahun merupakan masa peralihan dari pra-sekolah ke masa Sekolah Dasar

(SD). Masa ini juga dikenal dengan masa peralihan dari kanak-kanak awal kemasa kanak-kanak akhir sampai menjelang masa pra-pubertas. Pada umumnya setelah mencapai usia 6 tahun perkembangan jasmani dan rohani anak telah semakin sempurna. Pertumbuhan fisik berkembang pesat dan kondisi kesehatannya pun semakin baik, artinya anak menjadi lebih tahan terhadap berbagai situasi yang dapat menyebabkan terganggunya kesehatan mereka.