BAB II
TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengetahuan

A.1. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan terjadi setelah melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Tanpa pengetahuan seseorang tidak mempunyai dasar untuk mengambil keputusan dan menentukan tindakan terhadap masalah yang dihadapi (Pakpahan *et al.*, 2021).

Pengetahuan adalah hasil tahu manusia terhadap sesuatu, atau segala perbuatan manusia untuk memahami suatu objek. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting bagi terbentuknya tindakan seseorang. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Fajarini, 2022).

A.2. Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan atau ranah kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Tingkat pengetahuan di dalam domain kognitif pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif mempunyai enam tingkatan:

1. Tahu *(know)*

   Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali *(recall)* sesuatu yang spesifik dan seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima.
2. Memahami *(comprehension)*

   Memahami diartikan sebagian suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat

menginterpretasikan 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.

3. Aplikasi *(aplication)*

   Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi *real* (sebenarnya).

4. Analisis *(analysis)*

   Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek kedalam komponen – komponen, tetapi masih di dalam satu struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain.

5. Sintesis *(synthesis)*

   Sintesis menunjuk 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 formulai – formulasi yang ada.

6. Evaluasi *(evaluation)*

   Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian – penilaian didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria – kriteria yang telah ada (Adventus *et al.*, 2019).

A.3. Faktor-faktor yang Memengaruhi Pengetahuan

Menurut (Rini and Fadlilah, 2021) ada tujuh faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang, yaitu :

a. Faktor Internal

   1. Pendidikan

      Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang kepada orang lain terhadap suatu hal agar mereka dapat memahami. Tidak dapat dipungkiri bahwa makin tinggi pendidikan seseorang semakin

mudah pula mereka menerima informasi, dan pada akhirnya makin banyak pula pengetahuan yang dimilikinya.

2. Pekerjaan

   Lingkungan pekerjaan dapat menjadikan seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung.

3. Umur

   Dengan bertambahnya umur seseorang akan terjadi perubahan pada aspek psikis dan psikologis (mental). Pertumbuhan fisik secara garis besar ada empat kategori perubahan, yaitu perubahan ukuran, perubahan proporsi, hilangnya ciri-ciri lama dan timbulnya ciri-ciri baru.

4. Minat

   Sebagai suatu kencenderungan atau keinginan yang tinggi terhadap sesuatu. Minat menjadikan seseorang untuk mencoba dan menekuni suatu hal dan pada akhirnya diperoleh pengetahuan yang lebih dalam.

b. Faktor Internal

1. Kebudayaan

   Kebudayaan lingkungan sekitar, apabila dalam suatu wilayah mempunyai budaya untuk menjaga kebersihan lingkungan maka sangat mungkin masyarakat sekitar-nya mempunyai sikap untuk selalu menjaga kebersihan lingkungan.

2. Informasi

   Kemudahan memperoleh informasi dapat membantu mempercepat seseorang untuk memperoleh pengetahuan yang baru.

A.4. Pengukuran Pengetahuan

Pengetahuan dibedakan menjadi tiga kategori yaitu baik, cukup dan kurang. Dinyatakan baik apabila seseorang mampu menjawab dengan benar 75-100% dari jumlah pertanyaan. Dinyatakan cukup apabila seseorang mampu menjawab dengan benar 56-75% dari jumlah pertanyaan, sedangkan dinyatakan kurang apabila seseorang mampu menjawab dengan benar 40-50% dari jumlah pertanyaan. Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan melalu pengisisan angket atau wawancara tentang materi yang akan diukur pada subjek penelitian atau yang biasa disebut responden (Rachmawati, 2019).

B. Perilaku Menyikat Gigi

B.1. Pengertian dan Tujuan Menyikat Gigi

Menyikat gigi adalah kegiatan menghilangkan sisa-sisa makanan dan kotoran lainnya yang menempel pada permukaan gigi (Hanum *et al.*, 2022). Tujuan menyikat gigi ialah menghilangkan dan menghambat pembentukan plak, membersihkan gigi dari sisa makanan dan debris dengan pasta gigi, yang berisi suatu bahan khusus untuk mencegah terjadinya karies (Obi, 2021).

B.2. Lama dan Waktu Menyikat

Lama menyikat gigi sekitar 2 menit namun rata-rata orang menyikat gigi hanya 1-2 menit, waktu tersebut sudah dapat memenuhi syarat ideal lama waktu menyikat gigi.

Waktu menyikat gigi yang baik dan benar adalah :

a. Sebelum tidur malam, sisa makanan yang terselip dan menempel dicela gigi di dalam rongga mulut dibersihkan dengan menyikat gigi, untuk menahan perkembangbiakan bakteri dalam mulut karena dalam keadaan tidur tidak diproduksi ludah yang berfungsi membersihkan gigi dan mulut secara alami.

b. Setelah sarapan, ketika bangun pagi gigi masih relatif bersih, sehingga menyikat gigi dapat dilakukan setelah selesai sarapan (Obi, 2021).

B.3. Syarat-syarat Sikat Gigi yang Baik

Menurut (Machfoedz, 2008) sikat gigi yang baik memenuhi syarat sebagai berikut:

1. Tangkai lurus dan mudah dipegang, sehingga dapat mencapai seluruh permukaan gigi dan jaringan sekitar terutama daerah-daerah yang sulit dibersihkan.
2. Kepala sikat gigi kecil dan semakin ke ujung semakin mengecil, sebagai patokan panjang kepala sikat harus sama dengan jumlah lebar keempat gigi depan rahang bawah.
3. Bulu sikat gigi harus lembut dan datar, sikat gigi yang baik adalah dengan bulu sikat yang berderet tiga, dan bulu sikat terbuat dari nilon yang tidak kaku.

B.4. Cara Menyikat Gigi

Cara menyikat gigi yang baik dan benar :

1. Posisikan sikat gigi senyaman mungkin, kemudian gosok gigi secara lembut dan perlahan.
2. Untuk bagian luar gigi depan (menghadap bibir) sikat dengan gerakan keatas dan kebawah.
3. Menyikat dengan gerakan memutar (membulat) pada semua permukaan bagian luar gigi yang menghadap pipi secara perlahan.
4. Sikat semua bagian permukaan gigi yang digunakan untuk mengunyah, yaitu gigi geraham dengan gerakan maju-mundur.
5. Bersihkan permukaan gigi bagian dalam dengan gerakan menarik keluar secara perlahan atau menyapu keluar, baik gigi atas maupun bawah.
6. Sikatlah lidah dengan gerakan satu arah keluar secara perlahan.
7. Tidak lupa untuk berkumur setelah menyikat gigi (Erwana, 2013).

B.6. Takaran Pasta Gigi

Selain teknik menyikat gigi harus benar dan tepat, pemberian pasta gigi juga harus diperhatikan agar sesuai dengan kebutuhan. Pemberian pasta gigi kira-kira 0,5 cm atau sebesar biji kacang polong. Pasta gigi yang sebaiknya digunakan ialah pasta gigi yang mengandung *fluoride*, yang merupakan mineral yang terjadi secara alami dan membatu untuk mencegah karies (Najiah *et al.*,2020).

B.7. Pemeliharaan Sikat Gigi

Setelah menyikat gigi, sikat gigi harus dicuci dengan bersih. Sikat diletakan tegak dengan kepala sikat menghadap kearah atas, agar bulu sikat tetap kering sehingga bakteri tidak berkembang biak. Mengganti sikat gigi 3 bulan sekali dan kepemilikan sikat gigi dianjurkan 1 setiap anggota keluarga, dianjurkan untuk tidak berbagi dengan anggota keluarga yang lain untuk menghindari penularan penyakit melalui sikat gigi (Machfoedz, 2008).

B.8. Bahaya Tidak Menyikat Gigi

Penghilangan sisa makanan (debris) pada gigi dan gusi adalah langkah pertama dan terpenting untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut. Apabila seseorang tidak menyikat gigi, maka akan terjadi penumpukan sisa makanan (debris) pada gigi dan gusi, bila dibiarkan akan menjadi plak yang menyebabkan :

1. Bau Mulut (Halitosis)

   Bau mulut terjadi akibat terjadinya proses pembusukan sisa makanan dan bercampurnya produk dari bakteri dalam plak.
2. Karies gigi

   Plak dan sisa makanan berproses membentuk asam sehingga terjadi demineralisasi yang merusak gigi. Bila karies meluas sampai ke pulpa (pulpitis) maka dapat menyebar dan menyebabkan komplikasi, seperti pembengkakan pada kelenjar getah bening.

3. Peradangan Gingiva (Gingivitis)

   Plak yang menetap cukup lama pada permukaan gigi akan mengeras membentuk karang gigi. Semakin banyak plak menumpuk semakin banyak penumpukan karang gigi, dan karang gigi menginfeksi dapat menginfeksi gingiva sehingga menyebabkan keradangan gingiva (gingivitis) pada penderita Diabetes Mellitus yang tidak terkontrol, karena faktor respon imun yang rendah maka sering ditemukan gingivitis yang parah.

4. Infeksi penyakit sistemik

   Mulut merupakan cerminan kesehatan dalam tubuh. Bakteri yang menginfeksi mulut menyebabkan radang gusi dan penyakit gusi dapat masuk menyebar melalui aliran darah. Ketika bakteri masuk ke jantung dan menempel pada area yang rusak, menciptakan peradangan pada pembuluh darah yang menyebabkan peningkatan risiko penyakit termasuk penyakit jantung dan endokarditis (Hanum *et al.*, 2022).

C. Penyuluhan

C.1 Pengertian Penyuluhan

Penyuluhan merupakan terjemahan dari *counseling,* yaitu bagian dari bimbingan, baik sebagai layanan maupun sebagai teknik. Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan kesehatan, yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubunganya dengan kesehatan (Machfoedz & Suryani, 2009).

C.2. Tujuan Penyuluhan

Tujuan penyuluhan kesehatan adalah meningkatkan kemampuan baik individu, keluarga, kelompok dan masyarakat agar mampu hidup sehat, serta mengembangkan upaya kesehatan yang bersumber masyarakat serta terwujudnya lingkungan yang kondusif untuk mendorong

terbentuknya kemampuan, tercapainya tingkat kesehatan gigi yang lebih baik di masa mendatang agar terhidar dari berbagai penyakit gigi.

Dalam melakukan penyuluhan dilakukan perencanaan dan pelaksanaan penyuluhan yang mencakup tujuan jangka pendek dan tujuan jangka panjang.

1. Tujuan Jangka Pendek
    a. Perubahan tingkat pengetahuan.
    b. Perubahan tingkat kecakapan atau kemampuan.
    c. Perubahan sikap.
    d. Perubahan motif tindakan.
2. Tujuan Jangka Panjang
    a. *Better farming*, mau dan mampu mengubah cara-cara usaha dengan cara-cara yang lebih baik.
    b. *Better business*, berusaha yang lebih menguntungkan.
    c. *Better living*, menghemat dan tidak berfoya-foya setelah tujuan utama telah tercapai.

C.3. Metode Penyuluhan

Metode adalah cara teratur/sistematis yang digunakan untuk melaksanakan suatu pekerjaan agar tercapai tujuan sesuai dengan yang dikehendaki. Adapun metode penyuluhan dibagi dua yakni :

1. Kelompok besar : ceramah, seminar, cerita boneka
2. Kelompok kecil : Diskusi kelompok, demonstrasi, permainan simulasi *(Simulation Game)*

Suatu proses promosi kesehatan yang menuju tercapainya tujuan pendidikan kesehatan yakni perubahan perilaku dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya yaitu metode dan penggunaan media (Susilowati, 2016).

C.4. Media Penyuluhan

1. Pengertian

Media atau alat peraga dalam promosi kesehatan dapat diartikan sebagai alat bantu untuk promosi kesehatan yang dapat dilihat, didengar, diraba, dirasa atau dicium, untuk memperlancar komunikasi dan penyebar-luasan informasi kesehatan.

2. Tujuan Media dalam Promosi Kesehatan

Media atau alat peraga dalam kegiatan promosi kesehatan sangat dibutuhkan. Karena, media dapat menjadi sarana untuk mempertegas dan memperjelas pesan atau informasi yang disampaikan. Tujuan media dalam promosi kesehatan:

a. Media dapat mempermudah penyampaian informasi.
b. Media dapat menghindari kesalahan persepsi.
c. Dapat memperjelas informasi.
d. Media dapat mempermudah pengertian.
e. Mengurangi komunikasi yang verbalistik.
f. Dapat menampilkan obyek yang tidak bisa ditangkap dengan mampu mata.
g. Memperlancar komunikasi.

3. Macam-macam Media atau Alat Peraga Promosi Kesehatan

Macam-macam media atau alat peraga promosi kesehatan dapat di golongkan berdasarkan beberapa aspek, yaitu:

a. Berdasarkan sumber diperoleh

Media atau alat peraga promosi kesehatan digolongkan berdasarkan sumber dapat dibagi menjadi dua kelompok, yaitu alami yang memang sudah disediakan oleh alam, dan buatan yang dibuat berdasarkan situasi dan kondisi sesuai kebutuhan.

b. Berdasarkan cara penginderaan

Berdasarkan cara penginderaan, media atau alat peraga promosi kesehatan dibagi menjadi tiga (3), yaitu:

1. Audio

   Merupakan alat peraga yang peruntukkannya hanya dapat diindera melalui pendengaran. Alat peraga jenis ini contohnya: radio, kaset, CD (Compact Disc), MP3.

2. Visual

   Merupakan alat peraga yang peruntukkannya hanya dapat diindera melalui penglihatan. Alat peraga jenis ini contohnya: poster, flip chart, booklet, transparan, slide, majalah, koran, leaflet, pamflet, spanduk, bulletin, dan sebagainya.

3. Audio visual (kombinasi)

   Merupakan alat peraga modern yang dikembangkan melalui perpaduan antara alat peraga audio dan visual.

c. Berdasarkan bentuk umum penggunaannya

   Berdasarkan penggunaannya media promosi kesehatan dibagi menjadi dua, yaitu:

   1. Bahan bacaan: modul, buku rujukan/bacaan, leaflet, majalah, buletin, tabloid, koran, booklet, dan sebagainya.
   2. Bahan peragaan: poster tunggal, poster seri, flip chart, transparansi, slide, film, dan sebagainya.

d. Berdasarkan cara produksinya

   Berdasarkan cara produksinya, media atau alat peraga promosi kesehatan dibagi menjadi tiga, yaitu:

   1. Media cetak

      Media cetak yaitu suatu media statis dan mengutamakan pesan-pesan visual. Pada umumnya terdiri atas gambaran sejumlah kata, gambar, atau foto dalam tata warna.

   2. Media elektronik

      Media elektronik yaitu suatu media promosi kesehatan dibuat dari alat-alat elektronika.

3. Media luar ruang

   Media luar ruang yaitu suatu media yang penyampaian pesannya di luar ruangan secara umum melalui media cetak dan elektronik secara statis (Asmuji & Faridah, 2018).

C.5. Media Leaflet

Leaflet ialah bentuk penyampaian informasi atau pesan-pesan kesehatan melalui lembaran yang dilipat. Isi informasi dapat dalam bentuk kalimat maupun gambar atau kombinasi. Pada umumnya penyampaian pendidikan kesehatan yang menggunakan metode ceramah akan dibarengi dengan pemberian leaflet, dimana leaflet tersebut berisi pesan-pesan yang diberikan saat pendidikan kesehatan menggunakan ceramah. Ukuran leaflet biasanya 20 x 30 cm yang berisi tulisan 200-400 kata dan disajikan secara berlipat. Isi yang ada didalam leaflet harus dapat dibaca sekali pandang.

Gambar 2. 1 Media Leaflet

Leaflet memiliki kelebihan dan kekurangan dibandingkan dengan media promosi kesehatan lainnya yaitu :

1. Kelebihan leaflet sebagai media promosi kesehatan adalah sederhana dan murah, klien dapat menyesuaikan dan belajar mandiri, pengguna dapat melihat isinya pada saat santai, informasi dapat dibagikan dengan keluarga dan teman. Media leaflet dapat mempermudah

masyarakat untuk mengingat kembali tentang hal-hal yang telah diajarkan atau dikomunikasikan.

2. Kelemahan leaflet sebagai media promosi kesehatan ialah bila cetakannya tidak menarik, orang enggan menyimpannya, kebanyakan orang enggan membacanya apabila bila huruf yang terlalu kecil dan susunan tidak menarik (Adventus *et al.*, 2019).

C.6. Media Bermain Ular Tangga

1. Pengertian

Permainan ular tangga merupakan permainan tradisional yang biasa dimainkan oleh anak-anak, tidak ada sumber yang jelas sejak kapan permainan ular tangga ditemukan. Konsep permainan ular tangga yaitu permainan dimainkan 2 anak atau lebih dengan melempar dadu, yang terdiri dari beberapa kotak yang didalamnya ada gambar, dalam permainan ada gambar ular dan tangga, apabila dalam permainan mendapatkan tangga berarti naik sesuai dengan tangga tersebut, dan apabila mendapatkan ular maka dalam permainan tersebut peserta harus turun sesuai jalan ular tersebut. peserta dinyatakan menang apabila peserta sampai pada finis yang pertama, Media bermain ular tangga termasuk dalam metode permainan simulasi yang menggabungkan antara metode *roleplay* dengan diskusi kelompok.

Gambar 2. 2 Media Permainan Ular Tangga

2. Tujuan Media Permainan Ular Tangga

Media pembelajaran permainan ular tangga merupakan media pembelajaran yang dikembangkan berdasarkan permainan tradisional, permainan ular tangga disesuaikan dengan karakteristik siswa dengan tujuan untuk mencapai tujuan pembelajaran sebagai pengantar informasi bagi siswa.

3. Kelebihan Media Permainan Ular Tangga

Kelebihan media pembelajaran permainan ular tangga yaitu:

1. Siswa belajar sambil bermain.
2. Siswa tidak belajar sendiri, melainkan harus berkelompok.
3. Memudahkan siswa belajar karena dibantu dengan gambar yang ada dalam permainan ular tangga.
4. Tidak memerlukan biaya mahal dalam membuat media pembelajaran permainan ular tangga (Afandi, 2015).

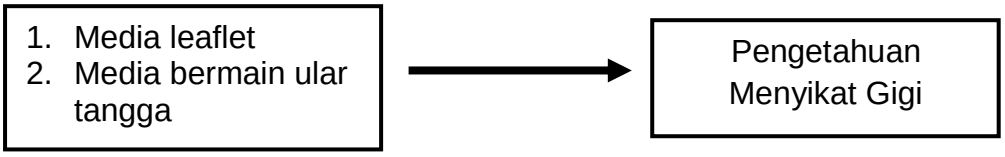
D. Kerangka Konsep

Kerangka konsep merupakan suatu hubungan atau kaitan antara konsep-konsep atau variabel-variabel yang diamati (diukur) melalui penelitian yang dilakukan. Variablel dibedakan menjadi dua yaitu :

1. Variabel Independen (variabel bebas)

   Varibel independen merupakan variabel bebas yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel dependen (variabel terikat).
2. Varibel Dependen (variabel terikat)

   Variabel dependen merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas (Setiawan, 2015).



Variabel independen **aVariabel dependen**

E. Defenisi Operasional

1. Media leaflet merupakan media visual yang berisi gambar, warna dan tulisan pada kertas yang dilipat 2-3 halaman dan berisi informasi tentang suatu pengetahuan tentang menyikat gigi.
2. Media bermain ular tangga merupakan permainan berbentuk papan yang menyampaikan informasi tentang menyikat gigi dalam setiap kotak yang telah didesain dan dimaikan oleh 2 orang atau lebih.
3. Pengetahuan cara menyikat gigi adalah pemahaman seseorang tentang cara menyikat gigi yang baik dan benar.