

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

1. Penyuluhan

Menurut Rahmawati (2022) Penyuluhan adalah proses perubahan perilaku masyarakat agar mereka tahu, mau dan mampu melakukan perubahan demi mencapai peningkatan produksi, pendapatan atau keuntungan dan perbaikan kesejahteraannya.

1.1. Pengertian Penyuluhan Kesehatan

Menurut Rahmawati (2022) Penyuluhan kesehatan merupakan gabungan berbagai kegiatan yang memiliki prinsip belajar untuk mencapai keadaan, dimana individu, keluarga, kelompok atau masyarakat tahu bagaimana yang harus dilakukan dan apa yang harus dicapai untuk kehidupan yang sehat.

1.2. Tujuan Penyuluhan

Menurut Rahmawati (2022) Tujuan penyuluhan yaitu merubah dan membentuk perilaku individu, keluarga dan masyarakat dalam meningkatkan kesehatan. Perencanaan dan pelaksanaan penyuluhan harus mencakup tujuan jangka pendek (tingkat pengetahuan, kecakapan dan kemampuan, sikap serta tindakan) dan tujuan jangka panjang yaitu mampu memelihara kesehatan dengan baik.

1.3. Sasaran Penyuluhan

Menurut Rahmawati (2022) Sasaran penyuluhan kesehatan mencakup individu dengan masalah kesehatan, keluarga dan kelompok khusus (ibu hamil, ibu yang memiliki anak balita, pasangan usia subur risiko tinggi dan masyarakat dengan rawan kesehatan).

Sasaran untuk penyuluhan secara umum dapat dibedakan menjadi:

- a) Masyarakat umum dengan orientasi masyarakat pedesaan sesuai dengan orientasi kebijakan pembangunan.
- b) Masyarakat sekolah, sebagai masyarakat yang mudah dicapai, meliputi sekolah umum, sekolah kejuruan terutama yang menghasilkan tenaga yang kelas bertugas dalam pembinaan masyarakat.

Kelompok masyarakat tertentu, misalnya kader kesehatan yang membantu menggerakkan dan menyebarkan informasi.

2. Pengetahuan

Pengetahuan adalah bagian yang hakiki dari keberadaan manusia, karena pengetahuan adalah buah dari pemikiran dan tindakan manusia (Octaviana & Ramadhan, 2021)

Pengetahuan merupakan hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terhadap objek terjadi melalui panca indra manusia yakni pengelihatn, pendengaran, penciuman, rasa dan raba dengan tersendiri. Pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian presepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. (Notoatmodjo, 2018).

2.1 Tingkat Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2018), secara garis besar tingkatan pengetahuan dapat dibagi menjadi 6, yaitu :

a. Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai penguasaan suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Untuk mengetahui atau mengukur bahwa orang tahu sesuatu dapat menggunakan pertanyaan-pertanyaan.

b. Memahami (*Komprehensif*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan menjelaskan secara benar objek yang diketahui dan dapat menginterpretasi materi tersebut secara benar.

c. Aplikasi (*Application*)

Aplikasi diartikan apabila orang yang telah memahami objek yang dimaksud dapat menggunakan atau mengaplikasikan prinsip yang diketahui tersebut pada situasi yang lain.

d. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih ada kaitannya satu sama lain.

e. Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis menunjukkan suatu kemampuan seseorang untuk merangkum atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru.

f. Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu objek tertentu.

3. Permainan

Permainan berasal dari kata “main” yang artinya berbuat sesuatu untuk menyenangkan hati dan pikiran. Menurut Tedjasaputra (dalam Ardini & Lestarinigrum, 2018) permainan merupakan bentuk dari kegiatan bermain yang memiliki aturan dan persyaratan yang disepakati bersama.

Menurut Caillois (dalam Jack, 2015), permainan adalah sebuah aktivitas yang dilakukan dengan tujuan untuk memperkaya diri sendiri, baik itu dalam hal pengetahuan, emosi, atau keterampilan. Selain itu, permainan juga memiliki unsur yang terdiri dari aturan-aturan dan batasan-batasan tertentu yang harus dipatuhi oleh pemain. Caillois juga

menekankan bahwa permainan memiliki unsur kesenangan dan kegembiraan yang tinggi.

Menurut Brian Sutton-Smith (dalam Jack, 2015), permainan adalah sebuah aktivitas yang memiliki unsur kesenangan, imajinasi, dan kreativitas. Selain itu, permainan juga menjadi sarana untuk mengembangkan keterampilan sosial dan kecerdasan emosional. Sutton-Smith mengatakan bahwa permainan juga dapat dijadikan sebagai media untuk mengajarkan nilai-nilai positif kepada anak-anak.

3.1 Kelebihan Pengertian Permainan Menurut Para Ahli

Kelebihan permainan, menurut Jack (2015) adalah :

- a. Memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang permainan sebagai aktivitas manusia.
- b. Membantu dalam pengembangan keterampilan sosial, emosional, dan kreativitas.
- c. Menunjukkan bahwa permainan bukan hanya aktivitas fisik semata, melainkan juga dapat dilakukan secara mental.
- d. Menekankan pentingnya aturan dan batasan dalam bermain.
- e. Memberikan sudut pandang yang berbeda dalam melihat permainan.
- f. Membantu dalam mengembangkan nilai-nilai positif pada anak-anak.
- g. Menjelaskan bahwa permainan memiliki unsur kesenangan yang penting.

3.2 Kekurangan Pengertian Permainan Menurut Para Ahli

Kelebihan permainan menurut Jack (2015) adalah :

- a. Tidak ada pengertian yang mutlak dan setiap ahli memiliki pandangannya masing-masing.
- b. Pengertian yang terlalu kompleks dapat membuat orang sulit memahaminya.

- c. Tidak semua orang sepakat dengan pengertian permainan yang dipaparkan oleh para ahli.
- d. Kurangnya perhatian terhadap faktor sosial dan budaya pada pengertian permainan.
- e. Pengertian permainan yang terlalu kaku dapat mengurangi kreativitas dalam bermain.
- f. Tidak terlalu memperhatikan aspek pendidikan pada pengertian permainan.
- g. Pengertian yang terlalu luas dapat membingungkan dalam menentukan batasan permainan.

3.3 Manfaat Belajar Sambil Bermain Pada Anak Usia Dini

Belajar dengan permainan bukan hanya menyenangkan, tetapi juga bermanfaat. Berikut adalah sejumlah manfaat bermain sambil belajar yang bisa didapatkan anak usia dini (Utari, 2021):

- a. Meningkatkan dan mengembangkan keterampilan otak
- b. Membentuk pola hidup aktif
- c. Mengembangkan keterampilan sosial
- d. Meningkatkan kemampuan komunikasi
- e. Mengembangkan keterampilan sosial

4. Permainan Tebak Gambar

Menurut Izatusholihah, dkk. (2021), pada permainan tebak gambar tidak hanya bermain tetapi anak juga dapat belajar mengenai berbagai gambar yang anak temukan pada kartu tebak gambar. Permainan tebak gambar ini mempengaruhi aspek perkembangan kognitif, bahasa, dan psikomotorik anak usia dini.

4.1. Kelebihan Permainan Tebak Gambar

Kelebihan dari permainan tebak gambar menurut Lestari, dkk. (2021) yaitu:

- a. Sifatnya konkrit

- b. Mengatasi keterbatasan ruang dan waktu
- c. Murah harganya
- d. Dapat memperjelas suatu masalah
- e. Siswa dapat mudah memahami

4.2. Kekurangan Permainan Tebak Gambar

Adapun kekurangan dari permainan tebak gambar menurut Lestari, dkk. (2021), yaitu :

- a. Tebak gambar hanya memfokuskan penglihatan pada mata.
- b. Tebak gambar benda yang terlalu kompleks karena kurang efektif digunakan pada kegiatan pembelajaran.
- c. Ukurannya sangat kecil jika digunakan untuk kelompok besar.

5. Makanan Yang Menyehatkan Gigi

Menurut Agung & Farida (2017), pertumbuhan dan perkembangan gigi dipengaruhi oleh zat gizi. Gigi dapat tumbuh dengan sehat jika semua gizi terdapat dalam jumlah yang cukup. Terdapat dua vitamin penting dalam proses pertumbuhan gigi sehat yaitu :

- 1) Vitamin A Yang penting untuk perkembangan enamel gigi.
- 2) Vitamin D Yang penting untuk pertumbuhan lapisan dentin gigi.

Untuk memperoleh gigi yang sehat, diharuskan untuk menjaga kebersihan dan kesehatan gigi serta rongga mulut. Seperti, menyikat gigi 2x sehari, pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur. Mengonsumsi buah yang mengandung asam dan gula juga dapat melindungi gigi. Gigi manusia dapat melawan asam dan gula yang terdapat pada buah, apalagi mengonsumsi buah dapat menambah volume air liur di dalam mulut. Kondisi ini juga sangat berguna untuk melindungi gigi dari terjadinya karies. Berikut adalah makanan-makanan yang mengandung nutrisi untuk melindungi gigi dan gusi, sebagai berikut :

- 1) Apel, mengandung asam untuk memutihkan gigi.

- 2) Kiwi, kadar vitamin C pada buah kiwi lebih banyak dari buah lainnya, selain itu juga bisa menjaga kesehatan gusi karena menyehatkan jaringan kolagen pada gusi.
- 3) Keju, mengandung karbohidrat rendah dan tinggi kalsium, fosfat, dan juga memberikan keuntungan untuk mulut dan gigi. Karena kandungan dari keju dapat menyeimbangkan pH yang dapat mencegah tumbuhnya bakteri.
- 4) Stroberi, dapat menghilangkan sedikit noda yang ada pada gigi karena mengandung asam malat.
- 5) Wortel dan seledri, dapat membantu membersihkan bakteri yang menyebabkan plak pada gigi serta membantu menghasilkan air liur yang dapat menjadi pembersih mulut alami.
- 6) Brokoli, sayuran ini dapat menguatkan enamel gigi dengan memberikan lapisan anti asam.
- 7) Teh hijau, mengandung catechin, yang dapat membunuh bakteri dengan mengubah gula menjadi plak di dalam mulut dan juga menghilangkan bakteri penyebab bau mulut.
- 8) Biji wijen, dapat menghilangkan plak dan dapat menguatkan enamel gigi. Biji wijen kaya akan kalsium sehingga dapat menguatkan tulang gigi dan gusi.
- 9) Jeruk dan nanas, mengandung asam yang akan membantu merangsang produksi air liur agar mulut terbebas dari bakteri. Dengan menggosokkan gigi secara langsung pada kulit jeruk dapat membuat gigi menjadi lebih putih.

6. Makanan Yang Merusak Gigi

Jenis makanan yang dapat membentuk terjadinya karies gigi adalah jenis makanan yang mengandung kariogenik. Seperti coklat, permen, kue dan makanan manis yang membuat anak-anak rentan terjadi karies gigi. Salah satu penyebab adalah terdapat berbagai jenis jajanan anak di lingkungan sekolah yang pada umumnya memiliki sifat manis,

lunak, dan menempel pada gigi sehingga merusak gigi. Jika anak kurang menjaga kebersihan gigi dan mulut maka dapat menyebabkan gigi rentan terhadap penyakit gigi dan mulut terutama karies (Kusmana, 2022).

Jenis – jenis makanan yang bisa merusak gigi adalah, makanan yang memiliki sifat manis, lunak, dan mudah menempel pada gigi seperti (Mendur, dkk, 2017):

- a. Coklat
- b. Permen
- c. Soda
- d. Es krim
- e. Biskuit
- f. Dodol
- g. Donat
- h. Wafer

Seringnya mengonsumsi makanan diatas dapat menyebabkan gigi menjadi rusak.

7. Kerangka Konsep

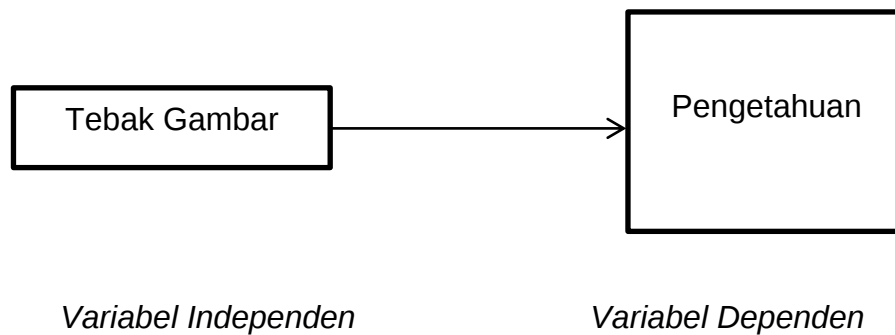
Kerangka konsep merupakan suatu hubungan atau kaitan antara konsep-konsep atau variabel-variabel yang diamati (diukur) melalui penelitian yang dilakukan. Variabel dibedakan menjadi dua yaitu:

7.1 Variabel Bebas (Independen)

Variabel bebas yaitu variabel yang sifatnya mempengaruhi atau sebab terpengaruhi. Yang menjadi variable independen adalah tebak gambar.

7.2 Variabel Terikat (Dependen)

Variabel terikat yaitu variabel yang sifatnya tergantung akibat atau terpengaruhi. Yang menjadi variable dependen adalah pengetahuan.



Gambar 8.1 Kerangka Konsep

8 Definisi Operasional

- a. Tebak gambar adalah permainan menebak gambar tentang makanan yang menyehatkan dan merusak gigi agar siswa-siswi lebih mudah mengamati dan memahami.
- b. Pengetahuan adalah pemahaman siswa-siswi tentang pemilihan makanan yang menyehatkan dan merusak gigi.