

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Penyuluhan

2.1.1 Pengertian Penyuluhan

Penyuluhan merupakan kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan seseorang melalui teknik pembelajaran instruksi yang dirancang untuk mengubah perilaku seseorang. Penyuluhan kesehatan merupakan perpaduan berbagai kegiatan dan kesempatan berdasarkan prinsip pembelajaran, sehingga diharapkan penyuluhan kesehatan dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya pola hidup sehat. (Prasetya dkk, 2018)

2.1.2. Tujuan Penyuluhan

Menurut (Prasetya dkk, 2018), Tujuan penyuluhan kesehatan adalah untuk mencapai tujuan hidup sehat dengan cara mempengaruhi perilaku masyarakat, baik secara individu maupun kelompok melalui penyampaian pesan atau materi tentang penyuluhan kesehatan, bahasa yang digunakan biasanya bahasa yang mudah dipahami oleh sasaran penyuluhan kesehatan.

Adapun target penyuluhan dibagi menjadi tiga, yaitu :

1) **Jangka Pendek**

Hasil yang diharapkan adalah perubahan pengetahuan masyarakat

2) **Jangka Menengah**

Hasil yang diharapkan adalah peningkatan pemahaman, sikap, dan keterampilan yang mengubah perilaku masyarakat ke arah perilaku sehat.

3) **Jangka Panjang**

Hasil yang diharapkan adalah masyarakat dapat menerapkan perilaku sehat dalam kehidupan sehari – sehari.

2.1.3. Sasaran Penyuluhan

Sasaran penyuluhan kesehatan mencakup individu, keluarga, kelompok dan masyarakat.

2.2. Permainan

Menurut Ratna (2019 : 42), Bermain adalah suatu kegiatan yang memberikan kesenangan, pengetahuan, bahkan imajinasi tentang sesuatu. Bermain merupakan sarana belajar yang utama, dengan bermain anak belajar tentang dirinya dan lingkungannya sebagai stimulus yang berkembang seiring dengan pengalaman dan bertambahnya usia. Permainan ini bersifat spontan sesuai dengan imajinasi anak, karena anak merasa bebas dan menikmati kegiatan tersebut.

Alat permainan yang digunakan anak saat bermain biasanya berbentuk nyata yang tentunya dapat merangsang tumbuh kembang anak, seperti mengenal warna, bentuk, ukuran, ringan, berat, besar, kecil, halus, kasar dan lainnya. Anak bermain dengan cara mengeksplorasi lingkungan sekitar untuk mendapatkan sesuatu dan memenuhi rasa ingin tahu akan ilmu pengetahuan serta meningkatkan kreativitas anak, hal ini berdampak pada perkembangan otak kanan dan kiri. (Ramani dkk, 2019).

2.2.1. Manfaat Permainan

Menurut (Ardini & Anik 2018), kegiatan bermain memiliki manfaat antara lain :

- 1) Memanfaatkan kelebihan energi anak
- 2) Mengembalikan energi yang dikeluarkan anak setelah latihan
- 3) Melatih beberapa keterampilan
- 4) Mengembangkan seluruh aspek perkembangan anak
- 5) Membantu anak mengeksplorasi lingkungan dan membimbing anak mengenali potensi yang ada di dalam diri
- 6) Memberi kesempatan anak berinteraksi untuk memperkaya pengetahuan dan mendapat pengetahuan

2.3. Permainan Tebak Gambar

Permainan tebak gambar bertujuan tidak hanya untuk meningkatkan kemampuan berpikir, tetapi juga untuk meningkatkan gerak dan kerjasama anak dengan orang lain, serta merangsang kemampuan berpikir anak, termasuk konsentrasi dan pemecahan masalah yang berkaitan dengan perubahan pengetahuan dan aktivitas. Permainan tebak gambar merupakan suatu kegiatan dimana anak suka menggunakan bahan gambar berupa tiruan benda (manusia, hewan, tumbuhan, dan lainnya) yang ditulis di atas kertas dengan cara menebak. (Harsantik dan Nursalim, 2019).

2.3.1. Kelebihan Permainan Tebak Gambar

Kelebihan permainan tebak gambar yaitu :

- 1) Bersifat nyata
- 2) Dapat mengatasi keterbatasan ruang dan waktu
- 3) Harganya terjangkau

2.3.2. Kekurangan Permainan Tebak Gambar

Kekurangan permainan tebak gambar yaitu :

- 1) Hanya medium biasa
- 2) Ukurannya terbatas, untuk kelompok besar memerlukan kejelian guru untuk mendampingi

2.3.3. Cara Permainan Tebak Gambar

1. Peneliti menjelaskan tentang peraturan permainan tebak gambar kepada siswa/i.
2. Peneliti langsung membagi 2 kelompok yang terdiri dari 15 orang setiap 1 kelompok.
3. Peneliti membagikan styrofoam serta soal dan lembaran tebak gambar.

4. Kemudian siswa/i diberikan lembaran pernyataan oleh peneliti, lalu siswa/i mencari lembaran gambar yang sesuai dengan pernyataan tersebut dengan waktu bermain selama 60 menit.
5. Kemudian setelah siswa/i menemukan lembaran gambar yang sesuai dengan pernyataan yang diberikan, lalu siswa/i menempelkan lembaran tersebut ke styrofoam menggunakan pin yang akan diberikan oleh peneliti.
6. Setelah permainan selesai, maka siswa/i dan peneliti melakukan diskusi untuk membahas tentang soal dan tebak gambar yang ada pada styrofoam.

2.4. Pengetahuan

Menurut (Notoatmodjo, 2018), pengetahuan merupakan hasil persepsi seseorang atau kenyataan bahwa seseorang mengetahui suatu objek dengan inderanya (penglihatan, pendengaran, penciuman, pengecapan dan perabaan secara individu) dan pengetahuan dapat diukur melalui wawancara atau kuisioner yang menanyakan tentang materi dari subjek penelitian.

2.4.1. Tingkat Pengetahuan

Menurut (Notoatmodjo, 2018) yang tercakup dalam tingkatan pengetahuan mempunyai 6 tingkatan yaitu :

- 1) Tahu (Know)

Tahu diartikan sebagai mengingat materi yang telah dipelajari sebelumnya. Tingkat pengetahuan ini melibatkan beberapa hafalan spesifik dari setiap materi yang dipelajari atau rangsangan yang diterima.

- 2) Memahami (Comprehension)

Memahami diartikan sebagai kemampuan untuk menjelaskan objek yang diketahui dengan benar serta mampu menafsirkan materi

tersebut dengan benar. Orang yang telah memahami objek atau materi harus mampu menjelaskan, memberi contoh, menyimpulkan, memperkirakan, dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.

3) Aplikasi (Application)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan menggunakan materi yang dipelajari dalam situasi nyata, disini aplikasi dapat diartikan sebagai penerapan atau penggunaan hukum, rumus, metode, prinsip dan sebagainya dalam konteks atau situasi lain.

4) Analisis (Analysis)

Analisis adalah suatu kemampuan menguraikan suatu materi atau objek ke dalam komponen-komponennya, namun masih dalam struktur organisasi dan masih saling berhubungan. Kemampuan menganalisis ini terlihat pada penggunaan kata kerja; mampu mendeskripsikan, memisahkan, membedakan, mengelompokkan, dan sebagainya.

5) Sintesis (Synthesis)

Sintesis adalah kemampuan untuk menempatkan atau menggabungkan bagian-bagian menjadi bentuk umum yang baru, dengan kata lain sintesis adalah kemampuan mengembangkan formulasi baru dari formulasi yang sudah ada.

6) Evaluasi (Evaluation)

Evaluasi mengacu pada kemampuan untuk membenarkan atau mengevaluasi suatu materi atau objek. Penilaian ini didasarkan pada kriteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria yang sudah ada.

2.5. Pemeliharaan Kesehatan Gigi Dan Mulut

Menurut (Ida Ayu dan Windha, 2019), menjaga kebersihan gigi dan mulut merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan kesehatan. Mulut bukan hanya sekedar pintu untuk makan dan minum, namun fungsi mulut

lebih dari itu, dan hanya sedikit orang yang memahami betapa besarnya peran mulut terhadap kesehatan dan kesejahteraan manusia. Oleh karena itu, kesehatan gigi dan mulut memegang peranan yang sangat penting dalam menunjang kesehatan manusia. Kebersihan mulut adalah upaya membersihkan rongga mulut, lidah, dan gigi dari segala sisa makanan dengan cara menyikat gigi dua kali sehari. Hal ini dilakukan untuk menjaga kesehatan mulut terbebas dari penyakit dan kerusakan gigi.

Kebersihan gigi dan mulut merupakan tindakan yang bertujuan untuk membersihkan serta menyegarkan gigi dan mulut. Peningkatan kesehatan gigi dan mulut anak tidak lepas dari pentingnya peran media yang digunakan, karena media yang digunakan dapat mendukung proses pembelajaran. Pesan yang disampaikan melalui media lebih menarik dan mudah dipahami.

2.5.1. Faktor – faktor yang mempengaruhi kesehatan gigi dan mulut

1) Plak

Plak merupakan lapisan tipis tidak berwarna yang mengandung kelompok bakteri yang menempel pada permukaan gigi dan selalu terbentuk di dalam mulut, serta membentuk asam pada makanan bila dicampur dengan gula. Plak akan terlihat selama satu sampai dua hari apabila tidak ada tindakan pembersihan mulut.

2) Debris

Menurut (Anggreni dan Erwin, 2020), debris merupakan sisa makanan yang tertinggal di permukaan gigi, diantara gigi dan gusi. Debris mempunyai karakteristik yang terbentuk pada permukaan gigi setelah mengkonsumsi makanan yang berupa lapisan tipis berwarna putih, debris tidak memiliki daya lekat yang kuat dan mudah dibersihkan dengan menyikat gigi.

3) Kalkulus

Kalkulus atau karang gigi adalah kumpulan plak dan debris yang menempel kuat pada permukaan gigi sehingga gigi menjadi kasar dan terasa tebal.

Menurut (Pranata, 2019), kalkulus atau karang gigi terbagi menjadi dua, yaitu sebagai berikut :

1. Kalkulus Supragingival

Kalkulus Supragingival memiliki warna putih kekuningan yang terletak pada bagian koronal gingiva margin sehingga mudah terlihat dalam rongga mulut. Konsistensinya seperti tanah liat, keras dan mudah dihilangkan dari permukaan gigi, tetapi sangat mudah terbentuk kembali.

2. Kalkulus Subgingival

Kalkulus Subgingival memiliki warna coklat tua atau hitam kecoklatan yang terletak di bawah puncak marginal gingiva, sehingga tidak mudah terlihat dan seringkali baru diketahui pada saat gigi dicabut. Konsistensinya keras, padat, dan melekat kuat pada permukaan gigi.

2.5.2. Akibat tidak memelihara kesehatan gigi dan mulut

1) Bau Mulut

Bau mulut merupakan suatu kondisi yang tidak menyenangkan ketika sedang berbicara dengan orang lain, timbul bau tidak sedap akibat sisa-sisa makanan yang membusuk didalamnya.

2) Karang Gigi

Karang gigi terjadi karena adanya plak dan sisa-sisa makanan sehingga lama kelamaan terbentuk karang gigi. Ciri-ciri karang gigi yaitu, permukaannya keras dan kasar, warnanya putih kekuningan sampai coklat kehitaman. Akibat dari karang gigi adalah gusi

mudah berdarah, gusi berwarna merah, bau mulut dan gigi mudah goyang, jika tidak ditangani dapat mengakibatkan gigi tanggal.

3) Gusi Berdarah

Gusi berdarah disebabkan oleh kebersihan gigi dan mulut yang buruk sehingga menyebabkan terbentuknya plak pada permukaan gigi dan gusi. Bakteri plak menghasilkan racun yang dapat memicu gusi berdarah sehingga menyebabkan radang gusi.

4) Gigi Berlubang

Pada awal mula gigi berlubang biasanya tidak menimbulkan gejala apapun, namun seiring bertambahnya ukuran gigi berlubang maka akan muncul gejala seperti nyeri pada gigi tanpa sebab yang jelas atau sakit gigi secara spontan, gigi terasa lebih sensitif jika makan atau minum yang manis, panas, atau dingin. Gigi berlubang disebabkan oleh bakteri, faktor genetik atau keturunan, plak, sikat gigi yang salah, dan sering memakan makanan manis.

2.5.3. Cara memelihara kesehatan gigi dan mulut

1) Menyikat Gigi

Menyikat gigi merupakan cara paling efektif untuk menghilangkan penyebab berbagai masalah gigi jika dilakukan dengan benar. Menyikat gigi dapat menghilangkan sisa makanan yang menempel pada gigi sehingga tidak menyebabkan penumpukan sisa makanan. Menyikat gigi adalah rutinitas yang penting dalam menjaga dan memelihara kesehatan gigi dari bakteri dan sisa makanan yang melekat dengan menggunakan sikat gigi. Tujuan menyikat gigi adalah untuk menjaga gigi tetap bersih dan sehat.

2) Waktu Menyikat Gigi

Waktu menyikat gigi dilakukan sebanyak dua kali sehari, yaitu setiap setelah sarapan pagi dan malam sebelum tidur. Menyikat gigi dianjurkan dua menit dengan delapan kali gerakan setiap

permukaan dengan cara sistimatis supaya tidak ada gigi yang terlampaui yaitu dari posterior ke anterior dan berakhir pada posterior sisi lain.

3) Teknik Menyikat Gigi

a. Teknik Vertikal

Teknik vertikal adalah teknik menyikat gigi dengan gerakan atas ke bawah untuk gigi bagian depan.

b. Teknik Fones

Teknik fones adalah teknik menyikat gigi dengan cara memutar untuk gigi belakang.

c. Teknik Horizontal

d. Teknik horizontal adalah teknik menyikat gigi dengan cara maju mundur untuk gigi yang digunakan untuk mengunyah.

e. Teknik Mencongkel

Teknik ini dilakukan untuk gigi bagian dalam permukaan gigi, untuk rahang bawah yang menghadap lidah dan rahang atas yang menghadap langit-langit menggunakan gerakan mencongkel kearah luar.

4) Jenis Sikat Gigi

Menyikat gigi yang benar membutuhkan sikat gigi ideal untuk memudahkan menyikat gigi. Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam memilih sikat gigi yang tepat yaitu memilih bulu sikat yang lembut, karena semakin keras bulu sikat maka semakin besar pula kemungkinan sikat tersebut menyebabkan gusi turun, kepala sikat gigi yang kecil karena dapat menjangkau seluruh bagian gigi sampai gigi yang paling belakang, sikat gigi yang pas dengan rongga mulut serta terasa nyaman saat digunakan, gagang sikat tidak licin agar sikat gigi tetap bisa digunakan dengan baik walaupun dalam keadaan basah.

5) Pasta Gigi

Pasta gigi yang digunakan berukuran sebesar kacang polong. Pasta gigi biasanya digunakan bersamaan dengan sikat gigi untuk membersihkan dan menghaluskan permukaan gigi, serta memberikan rasa nyaman pada rongga mulut, karena aroma yang terkandung pada pasta tersebut dapat menyegarkan. Pasta gigi biasanya mengandung bahan abrasif, pembersih, penambah rasa dan warna, pengawet, dan fluoride. Pasta gigi yang baik digunakan yaitu pasta gigi yang mengandung fluoride. (Chalimah, 2020).

5. Kontrol Plak

Kontrol plak dapat dilakukan dengan menyikat gigi secara teratur, penggunaan dental floss, dan penggunaan obat kumur. Kontrol plak secara alami, dengan cara mengunyah makanan yang berserat dan berair, yaitu dengan buah-buahan yang segar mempunyai efek kontrol plak yang baik. Besar tekanan pengunyahan dan cara mengunyah buah yaitu dengan menggunakan dua sisi yaitu sisi rahang secara bersamaan dan bergantian sisi kanan dan kiri dan jumlah kunyah sebanyak 32 kali dapat mempengaruhi penurunan skor plak gigi.

6. Jenis Makanan

Kesehatan gigi dan mulut serta makanan yang mengandung serat merupakan faktor penting dalam pencegahan penyakit gigi dan mulut. Makanan berserat adalah pembersih gigi yang baik, seperti nanas, pir, apel, stroberi, pepaya, semangka, dan bengkuang yang banyak mengandung air. Jenis makanan tinggi serat ini juga memiliki fungsi menguatkan gigi. Kebersihan gigi dan mulut seseorang dapat dinilai dari jenis makanan yang dimakan seseorang. Hasil kebersihan gigi dan mulut yang tinggi pada seseorang dapat ditingkatkan dengan mengkonsumsi makanan yang kaya serat dan air. (Ngatemi dkk, 2020).

2) Kesehatan gigi dan mulut adalah keadaan rongga mulut yang sehat sehingga tidak adanya rasa sakit pada gigi.

3) Pengetahuan pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut adalah pengetahuan mengenai jenis makanan yang sehat atau tidak sehat untuk gigi, cara menyikat gigi, dan kunjungan rutin pemeriksaan gigi dan mulut.