

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Edukasi

A.1 Pengertian edukasi

Edukasi adalah proses belajar yang bertujuan untuk mengembangkan potensi seseorang atau kelompok, serta meningkatkan kualitas berpikir dan pengetahuan mereka. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), edukasi adalah proses mengubah sikap dan perilaku seseorang atau kelompok, agar mereka tumbuh dewasa melalui pembelajaran dan pelatihan.

Edukasi atau pendidikan berarti memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada seseorang atau kelompok, sehingga mereka mampu melakukan apa yang diharapkan oleh pendidik. Mulai dari tidak tahu menjadi tahu, dan dari tidak mampu memelihara kesehatan sendiri menjadi mandiri.

A.2 Tujuan edukasi

Tujuan dari pendidikan kesehatan, menurut Undang-Undang Kesehatan No.23 tahun 1992 dan juga WHO, adalah untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan mereka secara fisik, mental, dan sosial. Hal ini bertujuan agar masyarakat bisa lebih produktif secara ekonomi dan sosial. Pendidikan kesehatan juga berperan penting dalam semua program kesehatan, seperti pemberantasan penyakit menular, sanitasi lingkungan, pangan yang sehat, pengembangan masyarakat, layanan kesehatan, serta program kesehatan lainnya. Dengan pendidikan kesehatan, masyarakat akan lebih mampu melakukan upaya-upaya untuk meningkatkan kesehatan mereka sendiri.

A.3 Manfaat edukasi

Edukasi dalam aktivitas atau kegiatan memiliki manfaat yaitu memberikan pengetahuan yang luas kepada manusia, membantu

mengembangkan kepribadiannya menjadi lebih baik, menanamkan nilai-nilai positif yang bermanfaat bagi hidupnya, serta membantu melatih manusia dalam mengembangkan bakat atau talenta yang dimilikinya untuk hal-hal yang bermanfaat.

A.4 Edukasi kesehatan gigi dan mulut

Banyaknya masalah gigi dan mulut terjadi karena kurangnya pemahaman masyarakat tentang cara merawatnya serta manfaat menjaga kesehatan gigi dan mulut. Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat adalah melalui penyuluhan. Oleh karena itu, program edukasi kesehatan ini dianggap sebagai bagian dari kegiatan pengabdian masyarakat yang sangat relevan dalam mendukung program pemerintah, yaitu peningkatan kesehatan secara promotif melalui penyuluhan, agar masyarakat lebih sadar akan pentingnya merawat gigi dan mulut.

Hal ini difokuskan pada aspek kognitif, sehingga diharapkan anak-anak usia sekolah dasar dapat memperoleh pengetahuan yang lebih baik mengenai kesehatan gigi.

B. Menyikat Gigi

B.1 Cara menyikat gigi yang baik dan benar

Menyikat gigi secara teratur saja masih kurang untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut. Secara umum, dokter merekomendasikan menyikat gigi setelah makan agar sisa makanan dan minuman tidak menumpuk. Namun, durasi menyikat gigi bervariasi bagi setiap orang. Ada yang menyikat dalam waktu satu menit, ada pula yang membutuhkan 2,5 menit. Hal ini disesuaikan dengan kondisi gigi dan mulut masing-masing individu. Oleh karena itu, disarankan untuk memeriksa gigi ke dokter setidaknya enam bulan sekali, agar bisa mendeteksi masalah yang mungkin terjadi sejak dini.

Takaran pasta gigi yang digunakan saat anak menyikat gigi sebaiknya sebesar biji kacang polong dengan diameter sekitar 6 mm.

Anak harus menyikat gigi dibawah pengawasan orang tua agar tidak menelan pasta gigi. Selain ukuran, rasa atau jenis pasta gigi juga penting di pertimbangkan. Pilih pasta gigi yang memiliki rasa yang membersihkan dan aman untuk gigi serta rongga mulut. Pastikan komposisi dan keamanan pasta gigi tersebut sudah teruji. Frekuensi menyikat gigi juga perlu diperhatikan. (Pagayang et al.,2023) Anak usia sekolah masih memerlukan bantuan dan pengawasan dari orang tua saat menyikat gigi. Orang tua harus mengawasi cara anak menggosok.

Gigi dan gusi harus di lap dengan sikat gigi yang di pegang dan di tempat kan tepat mengarah ke gigi serta gusi. Sikat gigi dimulai dari bagian belakang mulut, lalu berpindah ke bagian depan. Sikat gigi dengan cara lembut dan perlahan, menggunakan gerakan melingkar. Untuk membersihkan bagian belakang gigi, gunakan gerakan vertikal. Selain itu, jangan lupa untuk membersihkan pinggiran gusi dengan lembut dan perlahan. Jangan juga lupa menyikat pangkal lidah secara lembut dan perlahan agar membersihkan bakteri yang ada di lidah. Setelah itu, kumurlah untuk memastikan tidak ada sisa pasta gigi yang tertinggal di dalam mulut lalu bilas sikat gigi.

B.2 Waktu menyikat gigi

Waktu terbaik untuk menyikat gigi adalah setelah makan dan sebelum tidur. Menyikat gigi setelah makan bisa mengangkat sisa-sisa makanan yang masih melekat dipermukaan gigi atau di sela-sela gigi serta gusi. Sementara itu, menyikat gigi sebelum tidur membantu mencegah pertumbuhan bakteri di mulut, karena saat tidur produksi ludah yang biasanya membersihkan mulut secara alami berkurang. Saat bangun pagi, gigi masih terlihat relatif bersih, jadi menyikat gigi bisa dilakukan setelah sarapan.

B.3 Manfaat menyikat gigi

Manfaat menyikat gigi sebagai berikut :

1. Menjaga gigi lebih bersih dan sehat
2. Mencegah penyakit radang gusi
3. Memperbaiki masalah bau mulut
4. Menurunkan risiko sakit gigi
5. Mencegahan gigi berlubang
6. Menjaga kesehatan mulut yang optimal
7. Mencegah kerontokan gigi

B.4 Empat kesalahan (Umum) dalam menyikat gigi

Menurut drg.Dwi setia ningtyas SP.PM & drg.Agam Ferry Erwana Sp.PM. Berikut tempat kesalahan dasar yang sering dilakukan saat menyikat gigi.

1. Salah alat

Meskipun tampaknya sikat gigi itu satu ukuran untuk semua, nyatanya tidak demikian. Setiap orang memiliki kebutuhan penggunaan sikat gigi yang berbeda. Contohnya, sikat gigi tersedia dalam empat tingkat kelembutan, medium, soft, dan extrasoft. Setiap tingkat kelembutan ini cocok dengan kebutuhan spesifik seseorang. Bagi pasien yang mengalami pendarahan gusi secara spontan karena kondisi penyakit tertentu, disarankan untuk menghindari sikat dengan bulu yang keras.

2. Salah waktu

Salah waktu dalam menyikat gigi di bagi menjadi dua, yaitu menyikat terlalu sering dan menyikat terlalu lama. Menyikat gigi terlalu sering justru bisa merusak enamel dan mengiritasi gusi. Iritasi yang terus-menerus pada gusi dapat menyebabkan infeksi atau peradangan. Selain itu, hindari menyikat gigi terlalu lama. Ingat untuk mengganti sikat gigi setidaknya setiap tiga bulan sekali.

3. Salah cara

Cara menyikat gigi yang benar adalah dengan gerakan memutar atau gerakan naik turun, mulai dari bagian merah (gusi) ke bagian putih (gigi). Untuk gigi depan atas, gerakannya adalah dari atas ke bawah, sedangkan untuk gigi depan bawah, gerakannya dari bawah ke atas. Jangan menyikat gigi kesamping dengan kuat karena bisa merusak enamel dan membuat bentuk gusi yang runcing menjadi tumpul. *Menyikat gigi dengan sudut yang salah* Jangan menyikat gigi dengan sudut 90°, tapi menyikat lah dengan sudut 45°. Hal ini bisa menghindari resesi atau penurunan leher gusi.

4. Salah sasaran

Membersihkan lidah juga penting, setelah menyikat gigi dan sebelum berkumur, gunakan sisa pasta gigi yang masih ada di sikat, lalu gosokkan sikat perlahan ke lidah. Tujuannya adalah agar lidah tetap bersih dan tidak menjadi tempat berkumpulnya kuman yang bisa menyebabkan gigi berlubang.

B.5 Empat tanda kesalahan dalam menyikat gigi

Menurut Rachmat Hidayat, SKM.,M.Kes dan drg.Astrid Tandiar: Menyikat gigi mungkin terlihat sebagai hal yang mudah untuk dilakukan, namun tanpa disadari banyak kesalahan yang dilakukan selama menyikat gigi.

1. Karang gigi

Secara singkat, karang gigi adalah plak yang sudah mengeras karena proses mineralisasi. Jika karang muncul, berarti kita tidak menyikat bagian mahkota gigi secara efektif dan benar, sehingga plak tidak habis terangkat. Perhatikan cara menyikat gigi, terutama pada area bagian dalam (belakang) mahkota gigi.

2. Radang gusi

Gusi yang meradang biasanya tampak berwarna merah tua, bengkak, dan nyeri, serta bisa mengalirkan darah, baik secara mendadak atau akibat terkena sesuatu seperti sikat gigi, tekanan, makanan, dan lainnya. Hal ini bisa terjadi karena menyikat gigi dengan tekanan berlebihan di area gusi. Juga bisa disebabkan oleh plak yang menumpuk diantara gusi dan gigi yang tidak di bersihkan dengan baik. Kurangi tekanan berlebihan saat menyikat gigi atau periksa kembali teknik menyikat yang digunakan agar lebih efektif.

3. Gigi sensitif

Sebenarnya tidak ada penyakit gigi sensitif, tapi istilah itu digunakan untuk menggambarkan rasa sakit yang muncul digigi ketika terkena suhu terlalu dingin atau terlalu panas. Rasa sakit itu biasanya terjadi karena menyikat gigi terlalu keras. Menggosok gigi dengan cara yang terlalu kasar atau seperti menggosok lantai kamar mandi bisa merusak lapisan gigi. Sebenarnya, lebih baik tidak menyikat gigi terlalu keras. Lebih baik lagi jika menyikat gigi dengan lembut dan hati-hati.

4. Nafas bau

Beberapa bau napas terjadi karena proses membersihkan mulut tidak dilakukan dengan baik, bukan hanya membersihkan gigi saja. Meski begitu, cara menyikat gigi yang kurang tepat atau tidak cukup kuat juga bisa menyisakan bau napas. Sisa makanan yang tertinggal disela-sela gigi dan lubang gigi yang tidak terjangkau saat menyikat bisa menyebabkan bau napas.

C. Pengetahuan

C.1 Pengertian pengetahuan

Pengetahuan yang dimiliki manusia berasal dari usaha mereka dalam mencari kebenaran atau mengatasi masalah yang dihadapi. Upaya tersebut sering disebut sebagai keinginan. Dalam arti yang lebih sempit,

pengetahuan bisa dimiliki oleh manusia. Namun, beberapa ahli mengatakan bahwa binatang juga memiliki pengetahuan, meskipun dasarnya adalah insting yang mereka miliki.

C.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu umur, tingkat pendidikan, pekerjaan, pengalaman dan paparan informasi.

Menurut Noto atmodjo faktor faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan yaitu:

1. Tingkat pendidikan

Pendidikan adalah cara untuk memberikan pengetahuan agar terjadi perubahan perilaku yang baik dan meningkat. Pendidikan seseorang juga bisa memengaruhi kemampuan dalam memahami dan memiliki pengetahuan.

2. Informasi

Orang yang tahu lebih banyak informasi akan memiliki pengetahuan yang lebih luas. informasi bisa di dapat dari orangtua, saudara , teman, media, buku, atau petugas kesehatan.

3. Pengalaman

Tidak selalu muncul dari hal yang pernah dialami seseorang, tetapi bisa muncul dari mendengar atau melihat. Pengalaman yang didapat seseorang membantu meningkatkan pemahaman tentang sesuatu yang bersifat informal.

4. Budaya

Tingkah laku manusia atau kelompok manusia didalam memenuhi kebutuhannya meliputi sikap dan kepercayaan.

5. Sosial ekonomi

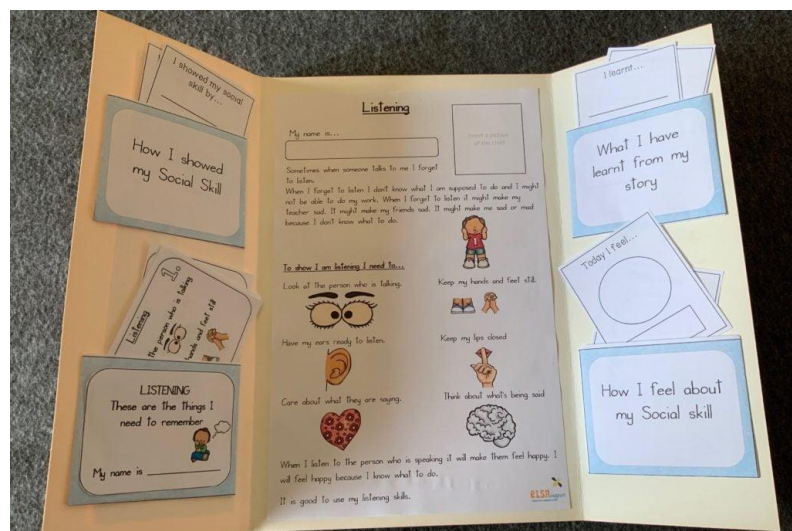
Jika seseorang memiliki kemampuan yang lebih, maka dalam memenuhi kebutuhan hidupnya, individu tersebut cenderung mengalokasikan sebagian dari uangnya untuk memperoleh

informasi yang bermanfaat guna meningkatkan pengetahuan dan wawasannya.

D. Media Lapbook

D.1 Pengertian *Lapbook*

Lapbook adalah sebuah portofolio sederhana atau koleksi buku mini, flap, dan bahan kertas lipat yang menawarkan ruang interaktif untuk menggambar, menceritakan, membuat grafik, garis waktu, diagram, dan karya tulis terkait topik tertentu. Semua materi ini ditampilkan secara kreatif dalam folder karton berukuran standar berwarna (Kurnita Yeni ningsih et al., 2021). Dalam penelitian ini, *lapbook* merujuk pada jenis media pembelajaran yang terbuat dari kertas konstruk berukuran 21x27cm, berbentuk buku kecil seperti jendela, dimana setiap halamannya berisi potongan gambar mini yang dirancang untuk membantu anak memahami dan mencegah kesalahan dalam menyimpulkan materi.



Gambar 2. 1 Lap Book

D.2 Penggunaan dalam edukasi

Bagi anak-anak yang lebih sensitif terhadap hal-hal visual dan spasial, kegiatan belajar menggunakan media Lapbook sangat menyenangkan karena mengajarkan mereka bagaimana memanfaatkan keterampilan, foto, serta pengalaman langsung dalam memahami topik

yang mereka pelajari. Selain itu, media bisa digunakan sebagai alat portofolio yang membantu dalam menilai sejauh mana pengetahuan anak tercapai. Menurut Antosa dan Kiram, media merupakan salah satu bahan pembelajaran visual yang terdiri dari gambar, teks, dan lembar kegiatan dengan desain menarik, kreatif, serta dapat dilipat, dibuka, atau ditutup. Menurut Antosa dan Kiran, penggunaan dapat meningkatkan keterlibatan siswa dan memudahkan anak-anak dalam mengerti dan memahami materi.

D.3 Manfaat *Lapbook*

Manfaat penggunaan media pembelajaran meliputi :

1. Siswa dapat belajar dengan kecepatan sesuai kemampuan mereka sendiri, serta membagi tugas belajar yang besar menjadi bagian-bagian kecil yang tidak terasa memberatkan atau melelahkan.
2. Pembelajaran berfokus pada hasil yang diperoleh, melalui proses membuat lapbook.
3. Buku catatan ini juga berguna untuk mencatat aktivitas belajar siswa dan sebagai sarana pameran (showcase) yang bisa dilihat oleh orang tua, keluarga, serta pihak pengawas pendidikan, sehingga menjadi alat yang praktis dan efisien.

D.4 Kelebihan *Lapbook* dalam edukasi

Menurut Susilana dan Riyana media memiliki beberapa kelebihan di antaranya yaitu:

1. Dapat menyajikan materi pembelajaran dalam bentuk kata-kata, kalimat dan gambar
2. Dapat dilengkapi dengan warna-warna sehingga lebih menarik perhatian siswa
3. Pembuatannya mudah dan harganya murah, mudah dibawa kemana-mana

4. Dapat meningkatkan aktivitas belajar siswa
5. Dapat membantu meningkatkan penguasaan siswa terhadap hal-hal abstrak atau peristiwa yang tidak bisa dihadirkan dalam kelas.

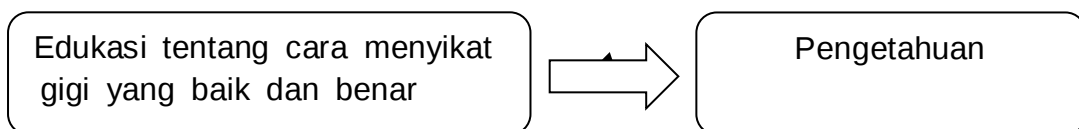
D.5 Cara membuat *Lapbook*

Lapbook ini dibuat melalui beberapa langkah, yaitu perencanaan, pengumpulan materi, persiapan alat dan bahan, serta tahap pembuatan itu sendiri. Proses perencanaan dimulai dengan memilih tema lapbook, menentukan ukuran, jenis bahan, sertasi yang akan dimasukkan. Selanjutnya adalah persiapan alat dan bahan yang diperlukan untuk membuat lapbook. Tahap terakhir adalah cara membuat lapbook. Mulai dari membuat cover buku, membuat pop-up untuk materi, menulis materi, dan menempel pop-up tersebut ke dalam cover buku. Dengan demikian, menjadi media pembelajaran visual yang bisa di buat dengan mudah namun tetap menarik bagi siswa.

E. Kerangka Konsep

Variabel Independen

Variabel Dependen



Gambar 2. 2 Kerangka Konsep

F. Definisi Operasional

1. Edukasi merupakan kegiatan memberikan pesan tentang cara menggosok gigi yang baik dan benar menggunakan media lapbook
2. Pengetahuan merupakan hasil pemahaman yang terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu