

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengetahuan

1. Pengertian Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2003), pengetahuan adalah hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terhadap objek terjadi melalui panca indra manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba dengan sendiri. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga.

Menurut Sardiman (1996), Pengetahuan mengacu kepada kemampuan untuk memahami arti atau bahan yang dipelajari. Pengetahuan atau comprehension memiliki arti yang sangat penting dan mendasar bagi seseorang karena dengan pengetahuan yang dimiliki seseorang akan mampu meletakkan sesuatu bagian pada proporsinya

Menurut Cambridge, pengetahuan adalah pemahaman atau informasi tentang subjek yang didapatkan melalui pengalaman maupun studi yang diketahui baik satu orang atau oleh orang-orang pada umumnya (I Ketut Swarjana, 2022)

2. Tingkat Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2003), pengetahuan mempunyai 6 tingkatan yakni:

a. Tahu (Know)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk kedalam tingkatan ini adalah mengingat kembali (recall) terhadap suatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima.

b. Memahami (Comprehention)

Memahami artinya sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dimana dapat menginterpretasikan secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi terus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan dan sebagainya terhadap suatu objek yang dipelajari.

c. Aplikasi (Aplication)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi ataupun kondisi rill (sebenarnya). Aplikasi disini dapat diartikan aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

d. Analisis (Analysis)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menyatakan materi atau suatu objek kedalam komponen-komponen tetapi masih didalam struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu sama lain.

e. Sintesis (Synthesis)

Sintesis menunjukkan pada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian didalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis itu suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada.

f. Evaluasi (Evaluation)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

1) Faktor Internal

a. Pendidikan

Menurut Budiman dan Riyanto, pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan di mana diharapkan seseorang dengan pendidikan tinggi, orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Namun, perlu ditekankan bahwa seorang yang berpendidikan rendah tidak berarti mutlak berpengetahuan rendah pula. Peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh di pendidikan formal, akan tetapi juga dapat diperoleh pada pendidikan nonformal (Retnaningsih, 2016).

b. Pekerjaan

Pekerjaan adalah kebutuhan yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarganya (Menurut Thomas 2007 dalam Nursalam 2011).

Dengan bekerja seseorang dapat berbuat yang bernilai, bermanfaat dan memperoleh berbagai pengalaman. Selain itu pekerjaan juga dapat mempengaruhi daya beli seseorang, sehingga dapat memperoleh sumber informasi yang lebih banyak untuk menambah wawasan dan pengetahuan (Mubarak dkk, 2008).

c. Umur

Menurut Budiman dan Riyanto Usia memengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik (Retnaningsih, 2016). Selain itu semakin bertambahnya usia seseorang maka makin bertambah pula tingkat pengetahuan seseorang, seiring dengan pengalaman hidup, emosi, pengetahuan, dan keyakinan yang lebih matang. Akan tetapi pada usia tertentu bertambahnya proses perkembangan mental

ini tidak secepat seperti ketika berusia belasan tahun (Notoatmodjo, 2010).

2) Faktor Eksternal

a. Faktor Lingkungan

Menurut Ann. Mariner yang dikutip dari Nursalam, lingkungan merupakan seluruh kondisi yang ada disekitar manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang atau kelompok. Menurut Budiman dan Riyanto, faktor lingkungan dapat mempengaruhi proses masuknya pengetahuan kedalam individu karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak yang akan direspons sebagai pengetahuan oleh individu. Lingkungan yang baik akan pengetahuan yang didapatkan akan baik tapi jika lingkungan kurang baik maka pengetahuan yang didapat juga akan kurang baik (Retnaningsih, 2016).

b. Sosial Budaya

System sosial budaya yang ada pada masyarakat dapat mempengaruhi dari sikap dalam menerima informasi. Menurut Budiman dan Riyanto, tradisi atau budaya seseorang yang dilakukan tanpa penalaran apakah yang dilakukan baik atau buruk akan menambah pengetahuannya walaupun tidak melakukan. Seseorang yang memiliki sosial budaya yang baik maka pengetahuannya akan baik tapi jika sosial budayanya kurang baik maka pengetahuannya akan kurang baik (Retnaningsih, 2016).

3) Pengukuran Pengetahuan

Untuk menentukan kriteria penilaian pengetahuan dapat diketahui dengan rumus (Arikunto, 2021), yaitu:

$$\text{Rumus : } P = F/n \times 100\%$$

Keterangan:

P = besaran Persentase

F = frekuensi jawaban

n = jumlah total responden

4) **Kategori Tingkat Pengetahuan**

Menurut Bloom membagi tingkat pengetahuan menjadi tiga yaitu, pengetahuan baik atau tinggi, pengetahuan cukup atau sedang dan pengetahuan rendah atau kurang. Untuk mengklasifikasikannya, kita dapat menggunakan skor yang telah dikonversi ke persen seperti berikut ini (I Ketut Swarjana, 2022):

- a. Baik: Hasil presentase 80%-100%
- b. Cukup: Hasil presentase 60%-79%
- c. Kurang: Hasil presentase < 60%.

B. Pelihara diri

1. Pengertian pelihara diri

Pelihara diri dalam kesehatan adalah serangkaian tindakan yang dijalankan oleh individu untuk memelihara kesehatannya agar tidak sakit dan usaha untuk menyembuhkan apabila sakit. Tindakan ini meliputi tindakan untuk meningkatkan kesehatan, mencegah penyakit, pengobatan penyakit secara sederhana, mengatur pola makan dengan menu seimbang dan pemanfaatan fasilitas pelayanan kesehatan (Notoatmodjo, 2014).

Pelihara diri adalah menjaga kesehatan agar tidak sakit dan usaha untuk penyembuhan bilamana sakit. Pelihara diri (self care) dalam kesehatan yakni serangkaian tindakan yang dianjurkan oleh seseorang untuk memelihara kesehatan gigi dan mulut dengan meningkatkan kesehatan (Sarinarsih Endang, 2012).

2. Pelihara diri kesehatan gigi dan mulut

Pelihar diri kesehatan gigi dan mulut yaitu suatu tindakan yang dilakukan untuk memelihara agar gigi dan mulut tetap sehat, terhindar dari penyakit gigi dan mulut, sehingga gigi dan mulut dapat berfungsi dengan baik. Pelihara kesehatan gigi dan mulut adalah kemampuan dan kebiasaan untuk memelihara kebersihan gigi dan mulut, mencegah terjadinya penyakit gigi dan jaringan lainnya dari mulut dan mengenal adanya penyakit dalam mulut sedini mungkin kemudian mencari sarana pengobatan yang tepat (Kemenkes RI, 2012)

Pengetahuan pelihara kesehatan gigi dan mulut yang baik akan sangat berperan dalam menentukan derajat kesehatan dari masing-masing individu. Oleh karena itu perilaku pelihara kesehatan gigi dan mulut yang kurang baik harus diubah. Di sini peran orang tua dan guru sangat menentukan dalam melakukan perubahan perilaku dalam pelihara kesehatan gigi dan mulut anak. Pengetahuan dan pendidikan yang diberikan orang tua dan guru sangat membantu pembentukan perilaku anak (Sutjipto, et al, 2013).

3. Upaya pelihara diri kesehatan gigi dan mulut

Herijulianti, Indriani, dan Artini, (2001) mengemukakan bahwa pelihara diri kesehatan gigi dan mulut meliputi :

a. Pelaksanaan hygiene mulut

Pelaksanaan hygiene mulut adalah tindakan untuk membersihkan rongga mulut dari semua kotoran atau sisa makanan. Pelaksanaan hygiene mulut dapat dilakukan dengan menyikat gigi. Menyikat gigi adalah cara yang umum dianjurkan untuk membersihkan berbagai kotoran yang melekat pada permukaan gigi dan gusi. (Hani, 2019). Tujuan menyikat gigi adalah untuk memberihkan sisa-sisa makananan dan memelihara kebersihan kesehatan mulut terutama gigi dan jaringan gusi sehingga karies dapat dicegah (Senjaya, 2013).

Hal- hal yang harus diperhatikan dalam menyikat gigi antara lain :

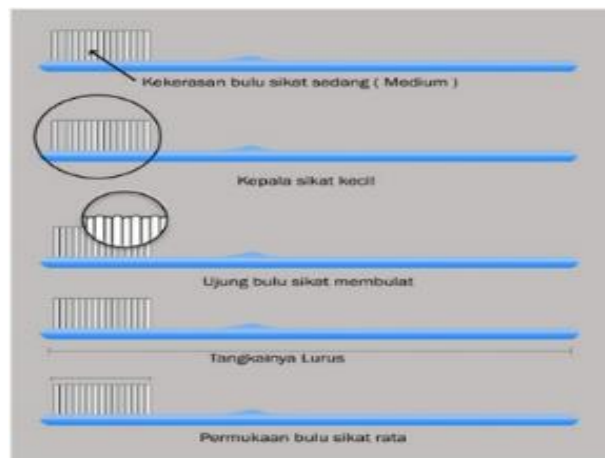
1) Waktu menyikat gigi

Cara merawat kesehatan gigi dan mulut yang paling sederhana adalah dengan menyikat gigi secara rutin dan teratur minimal 2 kali sehari, waktu terbaik untuk menyikat gigi adalah setelah makan pagi dan malam sebelum tidur. Menyikat gigi setelah makan bertujuan mengangkat sisa – sisa makanan yang menempel di permukaan atau pun di sela- sela gigi dan gusi. Sedangkan menyikat gigi sebelum tidur, berguna untuk menahan perkembangan bakteri dalam mulut karena dalam tidur tidak diproduksi ludah yang berfungsi membersihkan gigi dan mulut (Hidayat, R dkk, 2016).

2) Jenis sikat gigi

Sikat gigi menyesuaikan usia, jika anak-anak memakainya sikat gigi yang anak-anak. Menurut Ramadhan AG, (2016:36), jenis sikat gigi sesuai kriteria sikat gigi yang baik yaitu:

- a) Tangkai sikat lurus dan mudah dipegang, karena untuk memudahkan gerakan menyikat gigi dan mudah digenggam.
- b) Kepala sikat kecil dan membulat supaya dapat menjangkau seluruh permukaan gigi
- c) Bulu sikat yang lembut agar tidak melukai gusi dan mudah masuk ke sela-sela gigi.



Gambar 1. jenis sikat gigi

(Sumber: rsgm.maranatha.edu)

3) Rutin mengganti sikat gigi

Pergantian sikat gigi setiap 3 bulan hingga 4 bulan sekali. Namun, bila bulu sikat sudah mekar atau rusak maka langsung segera diganti karena sikat gigi tersebut akan kehilangan kemampuan untuk membersihkan gigi dengan baik (Ramadhan AG, 2010:25).



Gambar 2. Sikat gigi rusak

(Sumber: id.m.wikipedia.org)

4) Cara menyikat gigi

Menurut Ramadhan, AG (2010:20-23), cara menyikat gigi yang baik dan benar adalah:

- a) Bersihkan permukaan gigi bagian depan yang menghadap bibir dan pipi dengan gerakan membulat dilakukan sebanyak 8 kali dan dilanjutkan pada bagian kanan dan kiri
- b) Bersihkan permukaan kunyah gigi sebelah kanan dan kiri bagian atas dan bawah dengan gerakan maju dan mundur sebanyak 8 kali
- c) Bersihkan permukaan gigi yang menghadap ke lidah dan langit-langit sebelah kanan dan kiri bagian atas dan bawah dengan gerakan mencungkil sebanyak 8 kali
- d) Sikat lidah secara perlahan untuk membebaskan bakteri atau kuman yang ada di permukaan lidah.



Gambar 3. Cara menyikat gigi

(Sumber: epanrita.net)

b. Kebiasaan dalam mengkonsumsi makanan yang tepat

- a. Menurut Ramadhan, AG (2010:37) mengkonsumsi buah dan sayuran berserat dan berair seperti pir, apel, semangka, dan wortel, bayam, brokoli sangat baik untuk gigi dan tubuh. Makanan berserat tinggi sebenarnya dapat berfungsi sebagai sikat gigi secara alami karena akan membersihkan gigi. Selain itu, minum air juga penting, Air merupakan minuman terbaik untuk kesehatan secara keseluruhan, termasuk bagi kesehatan mulut karena aktivitas minum dapat membantu membersihkan beberapa efek negatif dari makanan dan minuman yang menempel pada gigi (Dinkes,2019).



Gambar 4. Contoh makanan baik untuk gigi dan mulut

(Sumber: www.alamy.com)

c. Menghindari kebiasaan – kebiasaan yang tidak baik untuk kesehatan gigi dan mulut.

1) Mengurangi makanan manis dan melekat

Menurut Ramadhan AG (2010:35), Makanan manis dan lengket seperti permen, coklat, donat, dodol dan masih banyak lagi merupakan makanan yang dapat menyebabkan gigi berlubang jika dikonsumsi secara berlebihan dan tidak langsung dibersihkan dengan menyikat gigi atau berkumur-kumur.



Gambar 5. Contoh makanan manis dan melekat

(Sumber: www.istockphoto.com)

2) Banyak minum soda

Minuman soda berkarbonasi, mengandung asam fosfat dan gula yang dapat merusak gigi yang terdapat dalam mulut terutama enamel gigi karena enamel gigi merupakan lapisan paling luar dari gigi. (Lestari,Suryatmojo,Sembiring, 2019).



Gambar 6. Contoh minuman soda

(Sumber: www.ikalubis.com)

3) Menyikat gigi terlalu keras

Menyikat gigi terlalu keras, gesekannya dapat merusak gusi dan mengikis enamel gigi yang relatif tipis. Akibatnya, gigi jadi lebih sensitif. (Kemenkes, 2023)



Gambar 7. Contoh menyikat gigi terlalu keras

(Sumber: bobo.grid.id)

4) Merokok

Merokok tidak baik bagi kesehatan tubuh. Selain itu juga dapat menyebabkan bibir menghitam dan pewarnaan pada permukaan gigi (stain). Stain adalah bercak-bercak pada gigi yang berwarna coklat kehitaman (Widariyani, 2019)



Gambar 8. Contoh merokok

(Sumber: www.floresnews.id)

d. Menggunakan flour yang dianjurkan

Flourida merupakan pertahanan utama terhadap kerusakan gigi yang bekerja dengan memerangi kuman yang dapat menyebabkan kerusakan, serta menyediakan perlindungan alami untuk gigi kita. Oleh karena itu, gunakanlah pasta gigi yang mengandung flourida (Kemenkes, 2023). Pasta

gigi yang beredar dipasaran pada umumnya mengandung flour, penggunaan pasta gigi berflour setiap hari efektif untuk tindakan pencegahan karies.



Gambar 9. Pasta gigi berflouride

(Sumber: globalestetik.com)

e. Pemeriksaan diri sendiri dan mencari pengobatan yang tepat

Menurut (Ramadhan, 2010) pemeriksaan rutin ke klinik gigi setiap 6 bulan sekali adalah tindakan sebagai pencegahan, mencegah kerusakan gigi dan mulut. Walaupun selalu rajin menjaga kesehatan rongga mulut, kunjungan rutin ke dokter gigi merupakan keharusan supaya bisa mengetahui masalah- masalah di dalam rongga mulut yang tidak terlihat, misalnya masalah perdangan periodental. Tidak semua orang yang dijadwalkan untuk rutin ke klinik gigi setiap 6 bulan sekali, ada juga yang datang lebih sering atau setahun sekali.



Gambar 10. Periksa gigi di klinik gigi

(Sumber: syaf.co.id)

f. Mematuhi nasehat- nasehat dari tenaga profesional

Mematuhi nasehat yang diberikan oleh tenaga kesehatan yang penting untuk dilaksanakan, dengan tujuan dari pemberian nasehat itu adalah untuk meningkatkan derajat kesehatan gigi dan mulut. Nasehat tenaga profesional yaitu antara lain: menyikat gigi 2 kali sehari yaitu pagi

setelah sarapan dan malam sebelum tidur dan sikat gigi milik sendiri, mengkonsumsi makanan yang menyehatkan seperti buah dan sayuran, mengurangi makanan yang manis dan lengket, dan periksa ke dokter gigi setiap 6 bulan sekali (Pratiwi, 2010).

4. Akibat dari tidak melakukanelihara diri kesehatan gigi dan mulut

Kesehatan gigi dan mulut bagian dari kesehatan tubuh secara keseluruhan, kesehatan gigi dan mulut dapat mempengaruhi kesehatan tubuh secara keseluruhan; misalnya terjadinya kekurangan nutrisi dan beberapa gejala penyakit lain di tubuh.

Menurut FDI (Fédération Dentaire Internationale) World Dental Federation, permasalahan yang umum terjadi pada gigi dan mulut adalah

a. Kerusakan Gigi (Karies Gigi)

Karies merupakan penyakit paling umum dan paling banyak dialami oleh orang di seluruh dunia. Karies disebabkan karena konsumsi gula berlebihan, kurangnya perawatan kesehatan gigi, dan sulitnya akses terhadap pelayanan kesehatan gigi yang sesuai standar.

b. Gangguan pada gusi (Periodontal)

Periodontal merupakan penyebab utama kehilangan gigi pada orang dewasa. Gangguan ini diawali dengan gingivitis (pembengkakan pada gusi akibat plak) yang jika tidak diobati akan menjadi periodontitis (infeksi yang dapat menghancurkan gigi dan jaringan sekitarnya). Periodontal dapat berdampak serius dalam kehidupan sehari-hari seperti kesulitan dalam mengunyah, berbicara, dan kehilangan gigi.

c. Kanker mulut

Kanker mulut merupakan salah satu dari sepuluh jenis kanker yang paling banyak menyerang manusia. Kanker mulut menyerang bagian mulut secara signifikan, Kanker seperti bibir, gusi, lidah, kerongkongan, bagian dalam pipi, langit-langit mulut, dan bagian bawah mulut. Kanker mulut dapat mengancam nyawa jika tidak segera ditangani. Penyebab utama dari kanker ini umumnya adalah konsumsi rokok dan alkohol (Kemenkes, 2018).

C. Kesehatan gigi dan mulut

1. Pengertian kesehatan gigi dan mulut

Kesehatan gigi dan mulut adalah hal yang sering diabaikan oleh seseorang, padahal gigi dan mulut merupakan pintu masuk bagi bakteri dan kuman yang dapat mengganggu organ tubuh lainnya. Kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian integral yang tidak dapat dipisahkan oleh kesehatan secara umum (Nurjannah, 2016).

Kesehatan gigi dan mulut adalah keadaan sehat dari jaringan keras dan jaringan lunak gigi serta unsur – unsur yang berhubungan dalam rongga mulut yang memungkinkan individu makan, berbicara dan berinteraksi sosial tanpa disfungsi, gangguan estetik, dan ketidaknyamanan karena adanya penyakit, penyimpanan oklusi dan kehilangan gigi sehingga mampu hidup produktif secara sosial dan ekonomi . Kesehatan gigi merupakan salah satu aspek dari seluruh kesehatan yang merupakan hasil dari interaksi antara kondisi fisik, mental dan sosial. Aspek fisik yaitu keadaan kebersihan gigi dan mulut (Herijulianti, Indriani, dan Artini, 2001)

2. Cara menjaga kesehatan gigi dan mulut

Menurut (Dinkes, 2019) cara menjaga kesehatan gigi dan mulut yaitu:

a. Jangan sikat gigi terlalu keras

Salah satu tujuan sikat gigi adalah menghilangkan plak gigi. Namun, jika menyikat gigi terlalu keras, gesekannya dapat merobek gusi dan mengikis enamel gigi yang relatif tipis. Akibatnya, gigi jadi lebih sensitif. Selain itu, cara sikat gigi yang tidak benar dapat menyebabkan plak gigi malah menumpuk dan mengeras yang dapat berakibat pada gingivitis (peradangan gusi). Menyikat gigi haruslah dilakukan secara lembut dengan gerakan memutar dan memijat gigi. Biasanya, lama durasi yang efektif untuk sikat gigi adalah sekitar dua menit.

b. Sikat gigi sebelum tidur

Sikat gigi sebelum tidur ternyata dapat menghilangkan kuman dan plak pada gigi Anda yang menumpuk lama sepanjang hari. Selain menyikat gigi, juga

di anjurkan untuk menyikat lidah demi menghilangkan kuman atau plak yang menempel pada lidah.

c. Gunakan pasta gigi berfluorida

Fluorida adalah unsur alami yang dapat ditemukan di banyak hal, seperti air minum dan makanan yang kita konsumsi. Fluorida diserap tubuh untuk digunakan oleh sel-sel yang membangun gigi untuk menguatkan enamel gigi. Fluorida juga merupakan pertahanan utama terhadap kerusakan gigi yang bekerja dengan memerangi kuman yang dapat menyebabkan kerusakan, serta menyediakan perlindungan alami untuk gigi. Oleh karena itu, gunakanlah pasta gigi yang mengandung fluorida.

d. Jangan merokok

Tembakau dapat menyebabkan gigi menguning dan bibir menghitam. Merokok juga melipatgandakan risiko terhadap penyakit gusi dan kanker mulut. Oleh karena itu, berhenti merokok sekarang juga.

e. Minum lebih banyak air

Air merupakan minuman terbaik untuk kesehatan secara keseluruhan, termasuk bagi kesehatan mulut karena aktivitas minum dapat membantu membersihkan beberapa efek negatif dari makanan dan minuman yang menempel pada gigi.

f. Batasi konsumsi makanan yang manis dan asam

Makanan manis dan asam akan diubah menjadi asam oleh bakteri di mulut yang kemudian dapat menggerogoti enamel gigi. Asam inilah yang menyebabkan gigi Anda cepat berlubang. Tidak perlu menghentikan konsumsi gula sama sekali untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut, hanya perlu membatasi konsumsinya.

g. Makan makanan yang bergizi

Sama halnya dengan air, makan makanan yang bergizi juga baik untuk kesehatan gigi dan mulut. Makan makanan yang bergizi termasuk biji-bijian, kacang-kacangan, buah-buahan dan sayuran, dan produk susu dapat memberikan semua nutrisi yang dibutuhkan. Bahkan, sebuah studi menemukan bahwa omega-3 lemak jenis lemak sehat dalam makanan

laut dapat dapat mengurangi risiko peradangan, sehingga dapat menurunkan risiko penyakit gusi.

3. Kenapa kesehatan gigi dan mulut harus dijaga

Menurut (Elvina,2023) kesehatan gigi dan mulut adalah hal yang sangat penting karena gigi dan gusi yang rusak dan tidak dirawat akan menyebabkan rasa sakit, gangguan pengunyahan dan dapat mengganggu kesehatan tubuh lainnya. Bila tidak dibersihkan dengan baik maka sisa makanan yang tertinggal digigi akan membentuk koloni bersama bakteri yang disebut plak. Plak pada gigi selain dapat menyebabkan gigi berlubang juga bisa menyebabkan peradangan pada gusi yang disebut gingivitis dan bila dibiarkan akan bertambah parah menyebabkan penyakit periodontal yang akibat terburuknya bisa menyebabkan kehilangan gigi.

Permasalahan yang sering timbul dari kebersihan gigi dan mulut yang kurang baik biasanya pasien akan mengeluhkan bau mulut yang tidak segar. Bau mulut yang tidak segar atau halitosis penyebabnya cukup beragam. Tetapi penyebab bau mulut sebagian besar penyebabnya karena masalah pada kesehatan gigi dan gusi seperti gigi berlubang atau masalah pada gusi. Oleh sebab itu menjaga kesehatan gigi dan gusi menjadi hal yang penting. Menjaga kesehatan gigi secara rutin dengan melakukan kunjungan ke dokter gigi enam bulan sekali dapat memberikan beberapa keuntungan.

Banyak upaya yang dapat dilakukan untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut, yaitu :

- a. Mendeteksi masalah gigi dan gusi sejak awal Melakukan pemeriksaan gigi secara rutin memungkinkan pendeteksian masalah gigi dan gusi dalam tahap awal yang memungkinkan dokter melakukan perawatan pada gigi seperti menambal lubang yang masih kecil sebelum gigi pasien mengalami kerusakan yang lebih parah. Penanganan dini justru akan menghemat biaya pengobatan dibandingkan pada saat kondisi gigi sudah parah.
- b. Mengetahui kondisi kesehatan umum Pada saat pemeriksaan dokter gigi dapat memberikan informasi tentang kemungkinan adanya penyakit yang di derita oleh pasien, karena dari kondisi gigi dan jaringan pendukung

gigi dapat memberikan informasi dari tanda-tanda penyakit yang mungkin di alami oleh pasien.

4. Akibat tidak menjaga kesehatan gigi dan mulut

Menurut (Putri MW, 2018) Gigi dan mulut adalah anggota tubuh yang sering dimanfaatkan oleh bakteri jahat untuk menyebabkan berbagai gangguan kesehatan. Meski demikian, tak sedikit orang yang masih mengabaikan pentingnya menjaga kebersihan anggota tubuh tersebut. Ini karena kebersihan mulut yang tidak terjaga dengan baik dapat menyebabkan berbagai gangguan kesehatan berikut ini:

a. Radang Gusi

Dalam istilah kedokteran gigi, radang gusi disebut gingivitis. Ini adalah suatu kondisi ketika gusi terlihat bengkak dan memiliki warna yang lebih merah dari biasanya. Gingivitis ditandai dengan keluarnya darah pada saat menyikat gigi. Kondisi ini bisa timbul akibat adanya plak serta karang gigi yang menempel dan menumpuk di tepian gusi. Gingivitis akan menjadi lebih buruk bila tidak segera ditangani dengan tepat. Kondisi tersebut bisa mengarah pada komplikasi yang lebih parah, yaitu periodontitis—peradangan gusi serius yang menyebabkan rusaknya jaringan lunak dan tulang pendukung gigi.

b. Karies Gigi

Karies adalah munculnya lubang pada gigi yang disebabkan oleh bakteri. Penyakit ini adalah gangguan rongga mulut yang paling umum terjadi di kalangan masyarakat. Karies gigi perlu segera diatasi, dengan penambalan atau cabut gigi, tergantung dari kondisi. Bila tidak, lama-kelamaan lubang yang timbul akan semakin luas dan dalam, sehingga dapat merusak gigi dan menyebabkan infeksi pada saluran akar gigi.

c. Gigi Sensitif

Gigi sensitif disebabkan oleh adanya penurunan posisi gusi. Keadaan ini bisa terjadi akibat kebiasaan sikat gigi yang tidak tepat, karies gigi yang tidak diatasi dengan baik, gigi patah, dan efek samping proses *bleaching* gigi yang salah. Gigi sensitif dapat menyebabkan

keluhan gigi ngilu, linu, atau terasa nyeri, khususnya saat terpapar makanan atau minuman dingin.

d. **Bau Mulut**

Bau mulut atau halitosis umumnya berasal dari kesehatan rongga mulut yang tidak terjaga dengan baik. Kondisi ini juga bisa terjadi sebagai akibat dari gigi berlubang, penumpukan karang gigi, atau pemakaian gigi tiruan yang tidak dibersihkan secara rutin. Sedangkan, jika Anda adalah tipikal orang yang sangat menjaga kebersihan dan kesehatan rongga mulut namun masih mengalami bau mulut, bisa jadi kondisi tersebut disebabkan penyakit sistemik yang menyebabkan gangguan pada sistem pernapasan atau pencernaan.

e. **Sariawan**

Sariawan disebabkan oleh daya tahan tubuh yang menurun, cedera mulut akibat tidak sengaja tergigit, pemakaian gigi palsu yang tidak tepat, maupun kekurangan pasokan vitamin B 12. Sariawan umumnya bisa hilang dengan sendirinya dalam waktu 2–3 minggu. Jika sering terjadi berulang atau tidak sembuh dalam waktu lebih dari sebulan, sebaiknya segera memeriksakan diri ke dokter.

D. Anak usia sekolah

1. Pengertian Anak usia sekolah

Menurut definisi WHO (World Health Organization) Anak Usia Sekolah yaitu golongan anak yang berusia antara 7-15 tahun. Sedangkan di Indonesia lazimnya anak yang berusia 6-12 tahun (Kemenkes, 2008). Masa usia sekolah sering disebut sebagai masa intelektual. Pada tahap perkembangan usia anak sekolah dasar 6-12 tahun dan pada masa anak ini secara relatif lebih mudah dididik dari pada masa sebelum dan sesudahnya (Yusuf, 2008).

Anak sekolah dasar yaitu anak yang berusia 6-12 tahun, memiliki fisik lebih kuat yang mempunyai sifat individual serta aktif dan tidak bergantung dengan orang tua. Anak usia sekolah ini merupakan masa dimana terjadi perubahan yang bervariasi pada pertumbuhan dan

perkembangan anak yang akan mempengaruhi pembentukan karakteristik dan kepribadian anak. Periode usia sekolah ini menjadi pengalaman inti anak yang dianggap mulai bertanggung jawab atas perilakunya sendiri dalam hubungan dengan teman sebaya, orang tua dan lainnya. Selain itu usia sekolah merupakan masa dimana anak memperoleh dasar-dasar pengetahuan dalam menentukan keberhasilan untuk menyesuaikan diri pada kehidupan dewasa dan memperoleh keterampilan tertentu (Diyantini, et al. 2015).

2. Anak usia 8-9 tahun

Anak usia 8 – 9 tahun mengalami pertumbuhan dan perkembangan terjadi pada aspek kognitif, kemampuan motorik, kemampuan sosial, kemampuan bahasa. maka pada periode ini daya pikir anak sudah berkembang kearah yang lebih kongkrit, rasional dan objektif. Daya ingat sangat kuat, sehingga benar-benar berada pada stadium belajar (Cole, 2005) dalam (Ni Made 2016).

Anak usia 8-9 tahun memiliki perkembangan motorik yang mulai terkoordinasi dengan baik. Setiap gerakan yang sudah selaras dengan kebutuhan atau minat, namun belum memiliki keseimbangan statis yang baik (Budiman, 2010). Oleh karena itu anak pada usia ini memiliki pengetahuan kebiasaan yang kurang mendukung terhadap kesehatan gigi dan mulut seperti kebiasaan memakan makanan manis dan lengket yang tidak diimbangi dengan menggosok gigi yang benar (Nainggolan, 2019).

E. Penelitian Terkait

1. Hubungan Pengetahuan Pelihara Diri Kesehatan Gigi Dan Mulut Dengan Jumlah Karies Gigi Pada Anak Sdi Bhagaroga Aimere Nusa Tenggara Timur

Berdasarkan hasil penelitian Elisabeth E.P , Susilarti dan Sutrisno (2019) bahwa jenis penelitian tersebut yaitu Penelitian survey analitik dengan rancangan cross sectional, dengan sampel kelas V/a dan V/b data pengetahuan pelihara diri kesehatan gigi dan mulut di ambil menggunakan

kuisisioner dan data jumlah karies dengan pemeriksaan dengan menggunakan alat diagnostik dan format pencatatan. Analisis data menggunakan kendall tau untuk mengetahui hubungan dua variabel. Hasil Penelitian menunjukkan Pengetahuan pelihara diri kesehatan gigi dan mulut siswa sebagian besar termasuk dalam kategori sedang (72.3%), jumlah karies gigi dalam kategori sedang (74.5%).

2. Tingkat Pengetahuan Tentang Cara Memelihara Kebersihan Gigi Dan Mulut Pada Siswa Kelas Iv Dan V Sdn 1 Batubulan Kangin

Berdasarkan hasil penelitian Nialita N.P (2018) menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswa SD Negeri 1 Batubulan Kangin dengan kriteria sangat baik yaitu sebanyak 17,10% (20 orang). Tingkat pengetahuan siswa yang berada pada kriteria baik yaitu sebanyak 33,33% (39 orang), Tingkat pengetahuan siswa yang berada pada kriteria cukup yaitu sebanyak 34,19% (40 orang) Tingkat pengetahuan siswa yang berada pada kriteria kurang yaitu sebanyak 10,25% (12 orang), Tingkat pengetahuan siswa yang berada pada kriteria gagal 5,13% (6 orang), Rata- rata tingkat pengetahuan tentang cara memelihara kebersihan gigi dan mulut pada siswa SD Negeri 1 Batubulan Kangin yaitu 64,96 dengan kriteria cukup. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh kurang adanya informasi-informasi tentang kebersihan gigi dan mulut untuk memperluas pengetahuan tentang kebersihan gigi dan mulut.

3. Gambaran Pengetahuan Tentang Pemeliharaan Kesehatan Gigi Dan Mulut Pada Siswa Kelas V Sdn 5 Kerta Kecamatan Payangan Kabupaten Gianyar Tahun 2022

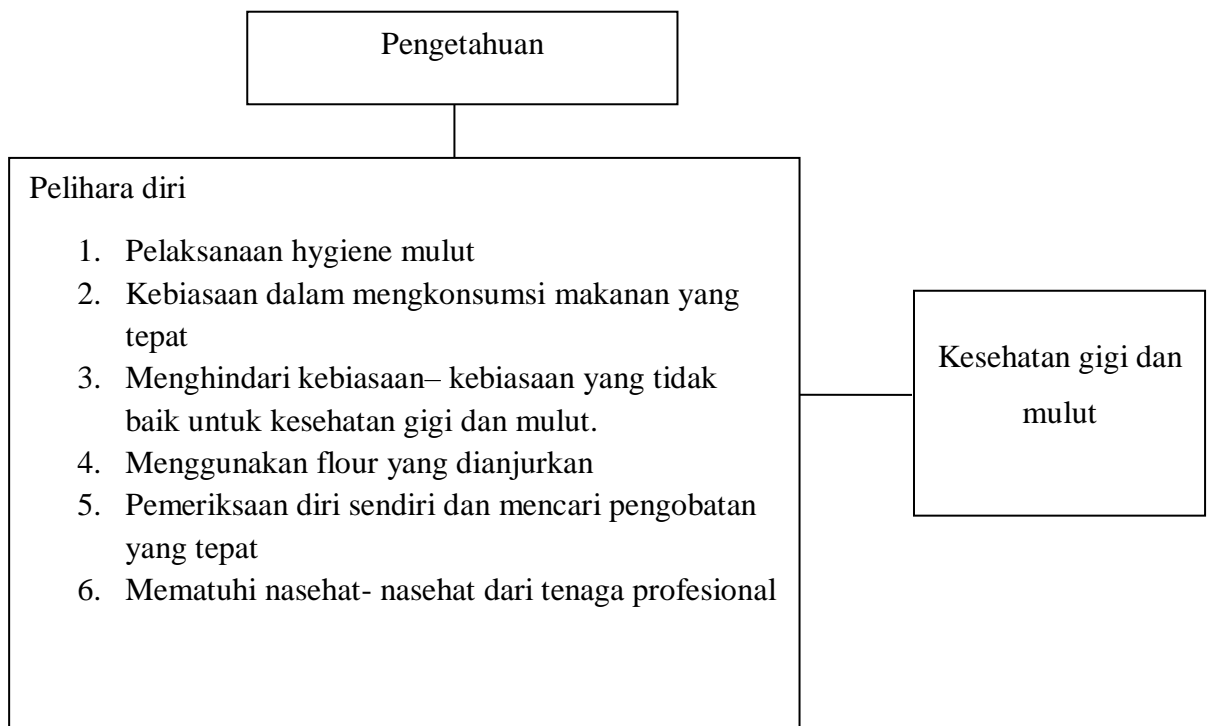
Berdasarkan hasil penelitian Artami, Ni Wayan (2022) Penelitian yang dilakukan adalah penelitian deskriptif dengan jumlah responden sebanyak 30 siswa. Hasil penelitian dan analisis data terhadap 30 siswa, sebagian besar siswa memiliki tingkat pengetahuan tentang pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut dengan kriteria baik yaitu sebesar 43,33% dan rata-rata tingkat pengetahuan tentang pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut pada siswa yaitu sebesar 71,67 dengan kriteria sedang.

4. Perilaku Anak Sekolah Dasar Daerah Tertinggal Tentang Pemeliharaan Kesehatan Gigi

Berdasarkan hasil penelitian Rama, S., Suwargiani, A. A., & Susilawati, S. (2017) metode penelitian ini yaitu Penelitian potong lintang dilakukan pada sub populasi di daerah tertinggal, dengan pengambilan sampling total. Data diambil dari 76 anak sekolah dasar SDN Mekarjaya Kabupaten Bandung dengan menggunakan kuesioner terkalibrasi Hasil penelitian menunjukkan. Perilaku anak terbentuk dari tiga komponen yaitu pengetahuan, sikap dan tindakan tentang pemeliharaan kesehatan gigi. Dari keseluruhan total responden, 52,63% memiliki pengetahuan kurang, 72,37% memiliki sikap yang kurang dan 72,37% memiliki tindakan yang kurang. Dan pada pengetahuan menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan tentang pemeliharaan kesehatan gigi di SDN Mekaraja didapatkan hasil terbanyak yaitu dengan kategori pengetahuan kurang sebanyak 40 anak 52,63%, kategori cukup 12 anak 15,79% dan kategori baik 24 anak 31,58%.

F. Kerangka Teori

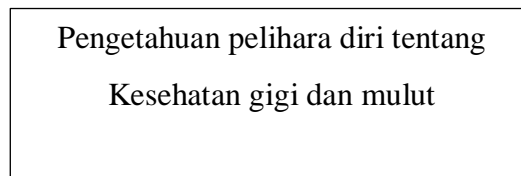
Kerangka teori adalah salah satu pendukung sebuah penelitian, hal ini karena kerangka teoritis adalah wadah dimana akan dijelaskan teori-teori yang berhubungan dengan variabel-variabel yang diteliti. Arikunto (2006: 107) mengatakan, “Kerangka teori merupakan wadah yang menerangkan variabel atau pokok permasalahan yang terkandung dalam penelitian.” Teori-teori tersebut digunakan sebagai bahan acuan untuk pembahasan selanjutnya. Dengan demikian, kerangka teoretis disusun agar penelitian diyakini kebenarannya.



Gambar 11. Kerangka Teori

G. Kerangka Konsep

Menurut notoatmodjo (2014) kerangka konsep adalah suatu abstraksi yang dibentuk dengan menggeneralisasikan suatu pengertian . Oleh sebab itu, konsep tidak dapat diukur dan diamati secara langsung. Agar dapat diamati dan dapat diukur, maka konsep tersebut harus dijabarkan ke dalam variabel. Dari variabel itulah konsep dapat diamati dan diukur. Kerangka konsep penelitian pada dasarnya adalah kerangka hubungan antar konsep- konsep yang ingin diamati dan diukur melalui penelitian – penelitian yang akan diteliti.



Gambar 12. Kerangka Konsep

H. Definisi Operasional Penelitian

Tabel 1
Definisi Operasional

Variabel	Definisi oprasional	Cara ukur	Alat ukur	Skala ukur	Hasil ukur
Pengetahuan pelihara diri tentang kesehatan gigi dan mulut	<p>Pengetahuan Menurut Cambridge, pengetahuan adalah pemahaman atau informasi tentang subjek yang didapatkan melalui pengalaman maupun studi yang diketahui baik satu orang atau oleh orang- orang pada umumnya (I Ketut Swarjana, 2022)</p> <p>Pelihara diri kesehatan gigi dan mulut:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pelaksanaan hygiene mulut 2. Kebiasaan dalam mengkonsumsi makanan yang tepat 3. Menghindari kebiasaan-kebiasaan yang tidak baik untuk kesehatan gigi dan mulut. 4. Menggunakan flour yang dianjurkan 5. Pemeriksaan diri sendiri dan mencari pengobatan yang tepat 6. Mematuhi nasehat- nasehat dari tenaga profesional. (Herijulianti, Indriani, dan Artini, (2001) 	Cara mengisi kuisisioner	Kuisisioner	Ordinal	<p>1. Pengetahuan Baik = skor 80% -100%</p> <p>2. Pengetahuan Cukup = skor 60% -79%</p> <p>3. Pengetahuan Kurang = skor <60%. (I Ketut Swarjana, 2022)</p>