

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengetahuan

1. Konsep Pengetahuan

Pengetahuan merupakan informasi yang telah dipadukan dengan pemahaman dan kemampuan untuk membuat keputusan, yang kemudian tersimpan dalam pikiran seseorang. Secara umum, pengetahuan memiliki kemampuan untuk memprediksi suatu hal berdasarkan pemahaman terhadap pola tertentu. Seseorang memperoleh pengetahuan melalui indera mereka dengan cara mengamati objek tertentu. Pengetahuan muncul sebagai hasil dari rangsangan yang diterima oleh panca Indera (Darsini dkk., 2019)

Pengetahuan dapat diperoleh secara alami maupun melalui proses yang terencana, seperti dalam pendidikan. Pengetahuan adalah aspek yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Pengetahuan mencakup segala hal yang diketahui berdasarkan pengalaman individu. Secara dasar, pengetahuan akan terus berkembang dan beragam (Fitriani, 2017).

2. Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan, merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*over behavior*). Pengetahuan mempunyai enam tingkatan yakni (Syamsi dan Asmi, 2019) :

a. Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai suatu kemampuan untuk mengingat materi yang telah dipelajari sebelumnya. Yang termasuk dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) sesuatu yang spesifik dan seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima.

b. Memahami (*comprehension*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat memahami materi tersebut secara benar.

c. Penerapan (*application*)

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

d. 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.

e. Sintesis (*synthesis*)

Sintesis menunjuk kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru.

f. Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi atau objek.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Terdapat 2 faktor yang dapat mempengaruhi terbentuknya pengetahuan yakni faktor internal dan faktor eksternal (Hendrawan, 2019).

Berikut penjelasannya:

a. Faktor Internal

1) Pendidikan

Pendidikan merupakan proses pemberian bimbingan kepada individu agar mereka dapat memahami suatu hal. Pendidikan sangat penting untuk memperoleh informasi, seperti hal-hal yang mendukung kesehatan, guna meningkatkan kualitas hidup. Pendidikan memegang peran penting dalam membentuk perilaku dan gaya hidup seseorang, termasuk dalam mendorong keterlibatan aktif mereka dalam proses pembangunan. Secara umum, individu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung lebih mudah menyerap informasi, yang pada akhirnya berdampak pada meningkatnya pengetahuan yang dimiliki.

2) Pekerjaan

Pekerjaan adalah sesuatu yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarga. 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 dan psikologis. Perubahan pada fisik secara garis besar ada empat kategori pertumbuhan yaitu perubahan ukuran, perubahan proporsi, hilangnya ciri-ciri lama dan timbulnya ciri-ciri baru.

b. Faktor Eksternal

1) Faktor Lingkungan

Lingkungan merupakan seluruh kondisi yang ada disekitar manusia dan pengaruhnya dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang atau kelompok.

2) Faktor Budaya

Sistem sosial budaya yang ada pada masyarakat dapat mempengaruhi dari sikap dalam menerima informasi.

4. Cara mengukur pengetahuan

Menurut Arikunto (2006), pengukuran pengetahuan dapat diperoleh dari kuesioner atau angket yang menanyakan isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden. Kedalaman pengetahuan yang ingin kita ketahui atau kita ukur dapat juga disesuaikan dengan tingkat pengetahuan. Sedangkan kualitas pengetahuan pada masing-masing tingkat pengetahuan dapat dilakukan dengan scoring (Hendrawan, 2019).

Menurut Wawan A. dan Dewi M. (2011) pengukuran pengetahuan ini dengan menggunakan pengisian kuesioner untuk pertanyaan dengan dua macam kategori jawaban menggunakan skor sebagai berikut : Hasil pengisian kuesioner yang benar diberi nilai 1 pada jawaban yang salah diberi nilai 0, untuk selanjutnya dijumlahkan dan dipresentase dengan rumus:

$$P = \frac{x}{y} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Proporsi

x = Jumlah jawaban yang benar yang dipilih responden

y = Jumlah seluruh jawaban

B. Kesehatan Gigi

1. Pengertian tentang Kesehatan gigi

Menurut WHO, kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian dari kesehatan tubuh yang tidak dapat dipisahkan satu dan lainnya karena akan mempengaruhi kesehatan tubuh keseluruhan. Kesehatan mulut berarti terbebas kanker tenggorokan, infeksi

dan luka pada mulut, penyakit gusi, kerusakan gigi, kehilangan gigi, dan penyakit lainnya, sehingga terjadi gangguan yang membatasi dalam menggigit, mengunyah, tersenyum, berbicara, dan kesejahteraan (Samsul dkk., 2021).

Pemahaman masyarakat tentang cara merawat kebersihan gigi dan mulut akan mempengaruhi kondisi kebersihannya. Namun, memiliki pengetahuan yang luas tidaklah cukup untuk menjamin kebersihan gigi dan mulut yang optimal, jika pengetahuan tersebut belum diterapkan dalam kehidupan sehari-hari (Sutrisno dan Sinanto, 2022)

2. Tujuan Pendidikan Kesehatan gigi

Mengubah perilaku seseorang bukanlah hal yang sederhana, karena membutuhkan keterampilan khusus dan selalu melibatkan aspek mental. Perubahan dapat terjadi secara alami, dipengaruhi oleh masyarakat atau lingkungan sekitar. Sedangkan, perubahan yang terjadi melalui pendidikan merupakan perubahan yang direncanakan dan dilaksanakan secara sistematis. Tujuan pendidikan kesehatan gigi menurut Herijulianti, Indriani, dan Artini yaitu:

- a. Memperkenalkan tentang kesehatan gigi
- b. Mengingatkan tentang pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut
- c. Menjelaskan akibat yang akan timbul dari kelalaian menjaga kebersihan gigi dan mulut
- d. Menanamkan perilaku sehat sejak dini melalui kunjungan ke sekolah
- e. Mengurangi penyakit gigi dan mulut serta gangguan lainnya

3. Sumber Pengetahuan Kesehatan Gigi dan Mulut

Pengetahuan tentang kesehatan gigi dan mulut dapat diperoleh melalui penyuluhan dan pelatihan. Tujuan dari penyuluhan dan pelatihan ini adalah untuk memberikan informasi dan meningkatkan kesadaran pada anak-anak, sehingga dapat

membentuk perilaku yang baik dalam menjaga Kesehatan gigi dan mulut. Pengetahuan yang memadai mengenai kesehatan gigi dan mulut dapat mendorong individu untuk menjaga kebersihan gigi dan mulut dengan lebih baik (Kartini dkk., 2023).

4. Pengertian Penyuluhan

Penyuluhan adalah organisasi yang terdiri dari pengetahuan dan pengembangan ilmu. Ilmu penyuluhan dapat menjelaskan secara ilmiah perubahan perilaku manusia dengan menggunakan pendekatan Pendidikan orang dewasa, komunikasi dan sesuai dengan structural social, ekonomi, budaya dan lingkungan fisiknya (Seni, 2023).

5. Macam-macam metode penyuluhan

Penyuluhan didefinisikan sebagai proses merubah perilaku masyarakat dengan menggunakan metode edukatif untuk memberi mereka pemahaman, keinginan, dan kemampuan untuk melakukan perubahan untuk mencapai peningkatan kesejahteraan. Penyuluhan perseorangan (individu), penyuluhan kelompok, dan penyuluhan massa adalah tiga kategori metode penyuluhan berdasarkan tujuan yang ingin dicapai (Khasanah, 2023).

a. Metode individual

Dalam promosi kesehatan, pendekatan individual digunakan untuk mendorong perilaku baru atau mendorong seseorang untuk melakukan perubahan atau inovasi.

b. Metode penyuluhan kelompok

Penyuluhan kelompok harus mempertimbangkan seberapa besar kelompok sasaran dan seberapa tinggi rata-rata tingkat pendidikannya. Metode yang digunakan dalam penyuluhan kelompok yaitu ceramah dan seminar.

c. Metode penyuluhan massa

Metode penyuluhan massa digunakan untuk menyampaikan informasi kepada massa atau publik.

6. Media penyuluhan

Media penyuluhan merupakan sarana bantu yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan, berfungsi sebagai penghubung yang dapat diandalkan antara penyuluh dan sasaran agar pesan atau informasi yang disampaikan menjadi lebih mudah dipahami dan terlihat nyata. Contoh media penyuluhan mencakup berbagai bentuk, seperti benda nyata (misalnya model tiruan), bahan cetak (seperti brosur, poster, foto, dan leaflet), gambar yang diproyeksikan (seperti slide, video, film strip, dan film), serta simbol grafis (misalnya diagram batang, garis, dan lainnya). Dalam konteks kesehatan, media penyuluhan juga berperan sebagai alat bantu dalam proses pendidikan kesehatan—sering disebut juga sebagai media pendidikan Kesehatan karena membantu sasaran penyuluhan memahami dan menyerap informasi kesehatan yang disampaikan dengan lebih efektif. (Saraswati dkk., 2024) Menurut Kenre (2022), alat penyalur pesan-pesan kesehatan berdasarkan fungsinya dibagi menjadi tiga, yaitu media cetak, media elektronik, dan media papan.

a. Media cetak adalah alat bantu menyampaikan pesan-pesan kesehatan dengan berbagai bentuk, seperti:

- 1) Booklet, adalah suatu media untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan dalam bentuk buku, baik tulisan maupun gambar.
- 2) Leaflet, adalah bentuk penyampaian informasi atau pesan-pesan kesehatan dalam bentuk lembaran yang dilipat, dimana isi dapat berupa kalimat, gambar, atau kombinasi keduanya.
- 3) Flyer (selebaran), bentuknya seperti leaflet, tapi tidak dilipat.

- 4) Flip chart (lembar balik) merupakan salah satu media yang dapat dimanfaatkan untuk menyampaikan informasi kesehatan atau sebagai alat bantu dalam komunikasi.
 - 5) Rubrik atau tulisan dalam majalah atau surat kabar tentang masalah kesehatan atau hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan.
 - 6) Poster, yaitu jenis media cetak yang berisi informasi dan pesan kesehatan yang biasanya ditempelkan di tembok atau di tempat umum atau di kendaraan umum.
 - 7) Foto-foto yang mengungkapkan informasi kesehatan.
- b. Media Elektronik, sebagai sumber informasi untuk pesan kesehatan seperti, televisi, radio, video, slide, dan film strip.
- c. Media Papan (Billboard), biasanya dipasang di tempat-tempat umum dapat diisi dengan pesan-pesan atau informasi-informasi kesehatan.

Pada dasarnya, poster merupakan media yang mengandalkan kekuatan pesan, tampilan visual, dan perpaduan warna untuk memengaruhi sikap serta perilaku seseorang dalam mengambil tindakan. Dalam konteks pendidikan, poster pada umumnya merupakan representasi dari suatu ide atau gagasan yang divisualisasikan melalui ilustrasi objek yang telah disederhanakan, dan disajikan dalam ukuran besar (Astuti dkk.). Tujuan utamanya adalah untuk menarik perhatian, membujuk, memberi motivasi, atau menyampaikan peringatan terkait suatu gagasan inti, fakta, atau peristiwa tertentu.

- a. Fungsi dan manfaat dari media poster, diantaranya :
 - 1) Sebagai penggerak perhatian;
 - 2) Sebagai petunjuk;

3) Sebagai peringatan, pengalaman kreatif.

b. Kegunaan poster

Secara umum poster memiliki kegunaan, yaitu sebagai berikut:

- 1) Memotivasi siswa, poster dalam pembelajaran sebagai pendorong atau memotivasi belajar siswa;
- 2) Peringatan, berisi tentang peringatan-peringatan terhadap suatu pelaksanaan aturan hukum, sekolah, atau sosial, kesehatan bahkan keagamaan;
- 3) Pengalaman kreatif, melalui poster kegiatan menjadi lebih kreatif untuk membuat ide, cerita, karangan dari sebuah poster yang dipajang.

c. Syarat-syarat yang perlu diperhatikan :

- 1) Dibuat dalam tata letak yang menarik, misal besarnya huruf, gambar warna yang, mencolok
- 2) Dapat dibaca (eye catcher)
- 3) Kata-kata tidak lebih dari tujuh kata
- 4) Menggunakan kata yang provokatif, sehingga menarik perhatian
- 5) Dapat dibaca dari jarak enam meter
- 6) Harus dapat menggugah emosi, misal dengan menggunakan faktor iri, bangga, dan lain-lain
- 7) Ukuran yang besar (50X70) cm, kecil (35X50) cm

d. Kelebihan Dan Kekurangan Poster

1) Kelebihan poster sebagai media pembelajaran:

- a) Harganya terjangkau
- b) Mempermudah guru untuk menyajikan materi dan memudahkan peserta didik dalam belajar
- c) Lebih menarik perhatian murid
- d) Praktis dan mudah dalam penggunaan
- e) Tahan Lama
- f) Dapat dipakai sebagai media untuk mempengaruhi tingkah laku.

2) Kekurangan poster sebagai media pembelajaran :

- a) Informasi yang dimuat terbatas.
- b) Karena poster berdimensi dua, sehingga sukar untuk melukiskan sebenarnya.
- c) Tidak semua materi mudah divisualisasikan melalui Poster
- d) Sangat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan orang yang melihat
- e) Bila poster dipasang terlalu lama, maka akan membosankan.

e. Pelaksanaan Penyuluhan Menggunakan Media Poster

1) Penentuan Tujuan dan Sasaran Penyuluhan

Tentukan tujuan penyuluhan yang ingin dicapai, seperti meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya

kesehatan, kebersihan lingkungan, atau bahaya narkoba.

Identifikasi audiens yang menjadi sasaran penyuluhan, seperti siswa, orang tua, atau masyarakat luas.

2) Penyusunan Materi Penyuluhan

Siapkan informasi yang akan disampaikan dalam bentuk yang jelas, padat, dan mudah dipahami. Materi harus relevan dengan kebutuhan audiens dan sesuai dengan tujuan penyuluhan.

3) Desain Poster

a) Visual yang Menarik: Gunakan gambar, ilustrasi, atau infografis yang dapat menarik perhatian audiens dan mempermudah pemahaman.

b) Teks yang Jelas dan Ringkas: Pastikan teks yang digunakan singkat, padat, dan mudah dibaca. Gunakan huruf yang besar dan jelas.

c) Warna dan Tata Letak: Pilih warna yang kontras agar informasi lebih mudah dibaca, serta tata letak yang teratur agar audiens tidak kebingungan.

4) Penyebaran Poster

Pasang poster di tempat-tempat yang strategis dan mudah diakses oleh sasaran audiens, seperti sekolah, pusat perbelanjaan, puskesmas, atau tempat umum lainnya. Pastikan poster terpasang dengan baik agar mudah dilihat dan tidak rusak.

5) Monitoring dan Evaluasi

Lakukan pemantauan untuk memastikan poster sudah dilihat oleh audiens yang dituju dan informasi yang disampaikan diterima dengan baik.

Evaluasi efektivitas poster dalam menyampaikan pesan, apakah ada perubahan pemahaman atau tindakan dari audiens setelah melihat poster tersebut

f. Judul-judul Poster yang Digunakan

1) Poster Karies Gigi (Gigi Berlubang)

Karies gigi adalah penyakit jaringan keras gigi akibat aktivitas bakteri sehingga terjadi pelunakan jaringan keras gigi yang diikuti terbentuknya kavitas atau rongga (Almujadi dan Taadi, 2017).

a). Penyebab gigi berlubang

Plak yang menumpuk dan tidak segera dibersihkan merupakan penyebab utama terjadinya gigi berlubang. Kondisi ini akan semakin parah apabila seseorang memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan manis secara berlebihan, jarang menyikat gigi, atau menyikat gigi dengan teknik yang keliru. Kebiasaan-kebiasaan tersebut mendukung pertumbuhan bakteri di dalam mulut. Bakteri ini akan memecah sisa-sisa makanan yang menempel di permukaan gigi dan menghasilkan asam. Ketika kadar keasaman dalam mulut meningkat, air liur yang bercampur dengan asam dan sisa makanan menciptakan lingkungan ideal bagi terbentuknya plak. Jika plak terus dibiarkan menumpuk, lapisan pelindung gigi akan terkikis secara perlahan dan akhirnya menyebabkan kerusakan gigi

b). Komplikasi dari karies (gigi berlubang)

- Gusi Bengkak

Gusi bengkak merupakan kondisi ketika jaringan gusi terlihat menonjol, berwarna kemerahan, terasa nyeri, dan mudah mengalami pendarahan. Umumnya, pembengkakan ini disebabkan oleh gangguan pada gigi atau gusi, meskipun dalam beberapa kasus bisa juga dipicu oleh kondisi kesehatan lainnya.

- Gigi Goyang

Gigi goyang adalah kondisi di mana gigi menjadi tidak stabil dan mudah bergerak, terutama saat disentuh dengan lidah atau jari. Hal ini biasanya terjadi karena akar gigi mulai terlepas dari jaringan gusi dan tulang rahang yang menyangga gigi. Gigi goyang paling sering dialami oleh anak-anak sebagai bagian dari proses pergantian gigi.

- Bau Mulut

Bau mulut, atau halitosis, adalah kondisi di mana napas mengeluarkan aroma tidak sedap. Masalah ini sering kali disebabkan oleh kebersihan mulut yang kurang baik, seperti adanya gigi berlubang. Selain itu, bau mulut dapat disertai gejala lain seperti mulut kering, rasa tidak nyaman di mulut, serta munculnya lapisan putih pada lidah. Siapa pun dapat mengalami kondisi ini.

- Penampilan buruk

c). Pencegahan gigi berlubang

- Menyikat gigi 2 kali sehari, yaitu pagi setelah makan dan malam sebelum tidur
- Hindari makanan dan minuman manis
- Rutin periksa ke dokter gigi
- Konsumsi sayur dan buah
- Pakai obat kumur
- Gunakan benang gigi

d). Gambar poster



2). Poster Karang Gigi

Karang gigi adalah Karang gigi adalah masa padat yang berasal dari plak dari debris yang mengalami kalsifikasi yang terbentuk

dan melekat erat pada permukaan gigi yang warnanya berwarna kekuning-kuningan sampai coklat kehijauan (Tonglo dan Maramis, 2021).

a). Penyebab Karang Gigi

Penyebab pembentukan kalkulus gigi adalah keberadaan plak gigi. Plak dapat terbentuk dari sisa makanan, kotoran, dan bakteri yang dibiarkan terus menumpuk dan mengendap pada permukaan gigi. Jika dibiarkan dalam waktu yang lama, plak lama-kelamaan akan mengeras. Plak yang mengeras inilah yang disebut dengan karang gigi.

b). Akibat lanjut dari karang gigi

Beberapa akibat lanjut dari karang gigi antara lain:

- Penyakit Gusi (Gingivitis)

Penumpukan karang gigi dapat mengiritasi gusi, sehingga menyebabkan peradangan, pembengkakan, dan perdarahan, terutama saat menyikat gigi atau menggunakan benang gigi (flossing).

- Periodontitis

Jika gingivitis tidak segera ditangani, kondisi ini bisa berkembang menjadi periodontitis, yaitu infeksi gusi yang lebih parah. Periodontitis dapat merusak jaringan penyangga gigi, yang pada akhirnya membuat gigi menjadi goyang atau bahkan tanggal.

- Karies Gigi

Karang gigi dapat menjebak bakteri dan sisa makanan di sela-sela gigi, yang kemudian memicu proses pembusukan. Hal ini bisa menyebabkan terbentuknya lubang atau kerusakan gigi (karies).

- Napas Tidak Segar (Halitosis)

Karang gigi yang menumpuk meningkatkan jumlah bakteri di dalam mulut, yang dapat menghasilkan bau tidak sedap atau bau mulut kronis (halitosis).

- Perubahan Warna Gigi (Staining)

Karang gigi juga dapat menyebabkan perubahan warna pada permukaan gigi, membuatnya tampak kekuningan atau kecoklatan, sehingga mengganggu penampilan.

- Infeksi Gusi

Jika infeksi gusi akibat karang gigi dibiarkan tanpa pengobatan, bisa timbul abses atau kantung nanah di gusi yang menimbulkan rasa sakit dan ketidaknyamanan.

c). Jenis-jenis Karang Gigi

1. Supragingiva Kalkulus

Kalkulus yang letaknya diatas gingiva dan berwarna kekuningan

2. Subgingiva Kalkulus

Kalkulus yang terletak didalam atau dibawah gusi

d). Pencegahan Karang Gigi

1. Menyikat gigi minimal 2 kali sehari, pagi setelah makan dan malam sebelum tidur
2. Menggunakan benang gigi
3. konsumsi makanan berserat dan berair
4. perbanyak minum air putih
5. periksa kesehatan gigi ke dokter gigi minimal 3 bulan sekali untuk anak dan 6 bulan sekali untuk orang dewasa

e). Gambar Poster

Kemenkes Poltekkes Kupang

KARANG GIGI

Karang gigi adalah lapisan keras yang menempel pada permukaan gigi

AKIBAT DARI KARANG GIGI

1. Radang gusi
2. Gigi goyang
3. Bau mulut
4. Penampilan atau estetika buruk

PROSES TERJADINYA KARANG GIGI : Berawal dari sisa2 makanan, jika tidak segera dibersihkan akan membentuk lapisan lunak atau plak. Plak ini akan bercampur dengan zat kapur didalam saliva sehingga lama kelamaan akan mengeras dan terbentuklah karang gigi

PENCEGAHAN KARIES GIGI

1. Menyikat gigi minimal 2 kali sehari
2. menggunakan benang gigi
3. konsumsi makanan berserat dan berair
4. perbanyak minum air putih
5. periksa kesehatan gigi ke dokter gigi minimal 3 bulan sekali untuk anak dan 6 bulan sekali untuk orang dewasa

JENIS-JENIS KARANG GIGI

1. Supragingiva Kalkulus
kalkulus yang letaknya diatas gingiva dan berwarna kekuningan
2. Subgingiva Kalkulus
kalkulus yang terletak didalam atau dibawah gusi

REDEMPTA D. JELALU
3A

3). Poster Plak Gigi

Plak gigi adalah lapisan lunak yang melekat pada gigi dan mengandung bakteri.

a). Penyebab Plak Gigi

Penyebab utama plak gigi adalah malas membersihkan gigi atau gosok gigi. plak gigi yang tidak dibersihkan akan menjadi sumber makanan bagi bakteri yang ada didalam rongga mulut.

b). Akibat Lanjut dari plak gigi

- Gigi Berlubang (Karies Gigi): Plak yang menumpuk mengandung bakteri yang memproduksi asam, yang dapat merusak enamel gigi dan menyebabkan gigi berlubang.
- Gingivitis (Peradangan Gusi): Plak yang tidak dibersihkan dapat menyebabkan peradangan pada gusi, yang dikenal sebagai gingivitis. Ini dapat menyebabkan gusi merah, bengkak, dan mudah berdarah.
- Periodontitis (Penyakit Gusi Lanjut): Jika gingivitis tidak diobati, dapat berkembang menjadi periodontitis, yaitu infeksi gusi yang lebih serius yang dapat merusak jaringan penyangga gigi dan bahkan menyebabkan gigi goyang atau tanggal.

- Bau Mulut (Halitosis): Plak yang mengandung bakteri dapat menyebabkan bau mulut yang tidak sedap.
- Karang Gigi: Jika plak berkembang menjadi kalkulus (karang gigi), tartar hanya dapat dihilangkan oleh profesional kesehatan gigi. Kalkulus ini akan memperburuk kondisi gigi dan gusi jika tidak dibersihkan secara profesional.

c). Pencegahan Plak Gigi

- Menyikat gigi 2 kali sehari
- Hindari makanan dan manis dan lengket
- Konsumsi sayur dan buah
- Pakai obat kumur
- Lakukan Flossing (menggunakan benang gigi)

d). Gambar Poster



C. Pemeliharaan Kesehatan Gigi

Upaya memelihara kesehatan gigi yang utama harus ditujukan untuk mengendalikan pertumbuhan bakteri di dalam rongga mulut karena pertumbuhan bakteri mulut yang tidak terkontrol merupakan penyebab utama terjadinya permasalahan gigi dan mulut (Nugroho dkk., 2022)

1) Upaya Pencegahan Masalah Kesehatan Gigi dan Mulut

a. Menyikat Gigi

1. Menyikat gigi sebaiknya dilakukan minimal dua kali sehari, yaitu pada pagi hari setelah sarapan dan malam hari sebelum tidur, menggunakan pasta gigi yang mengandung fluoride untuk membantu melindungi gigi dari kerusakan.
2. Pastikan menyikat gigi dengan teknik yang tepat, yaitu menjangkau seluruh permukaan gigi dengan arah gerakan dari gusi ke gigi untuk hasil yang maksimal.

Berikut adalah langkah-langkah penting dalam menyikat gigi yang benar:

- a) siapkan sikat dan pasta gigi. Pegang sikat gigi dengan posisi yang nyaman bagi Anda.
- b) Langkah pertama adalah menyikat permukaan luar gigi yang mengarah ke pipi dan bibir dengan gerakan perlahan ke atas dan ke bawah. Mulailah dari gigi pada rahang atas, lalu lanjutkan ke gigi pada rahang bawah.
- c) Bersihkan permukaan kunyah gigi geraham kanan dan kiri dengan gerakan maju mundur sebanyak 10–20 kali. Lakukan secara bertahap,

mulai dari rahang atas lalu ke rahang bawah. Posisikan bulu sikat tegak lurus terhadap permukaan kunyah gigi.

d) Bersihkan bagian dalam gigi yang menghadap ke arah lidah dan langit-langit menggunakan teknik modifikasi bass, dimulai dari sisi kanan dan kiri lengkung gigi. Untuk bagian depan, pegang sikat gigi secara vertical dan gunakan ujung sikat untuk menyikat dari arah gusi ke ujung mahkota gigi. Lakukan pada rahang atas terlebih dahulu, kemudian lanjutkan ke rahang bawah.

e) Jangan lupa menyikat lidah menggunakan sikat gigi atau sikat khusus lidah untuk mengangkat bakteri yang menempel dan menjaga napas tetap segar. Setelah semua bagian dibersihkan, berkumurlah untuk menghilangkan sisa-sisa kotoran dan bakteri dari mulut.

3. Jika diperlukan, gunakan benang gigi (dental floss) untuk membersihkan sisa makanan yang terselip di sela-sela gigi yang sulit dijangkau oleh sikat gigi.

4. Berkumurlah setelah makan atau setelah menyikat gigi menggunakan obat kumur yang aman dan tidak menyebabkan iritasi pada mulut untuk membantu membunuh bakteri dan menjaga kebersihan mulut secara menyeluruh.

b. Scalling

Proses scalling adalah untuk menghilangkan plak dan kalkulus dari permukaan gigi. Tujuan utama dari scalling dan root planning adalah untuk mengembalikan kesehatan gigi dengan menghilangkan semua komponen

yang menyebabkan radang gusi, seperti plak, kalkulus, dan endotoksin, dari permukaan gigi.

1) Upaya pengobatan (curative)

Upaya pengobatan (curative) Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia (Permenkes RI, 2018) Nomor 20 tahun 2016, upaya curative yang dapat dilakukan untuk memelihara kesehatan gigi dan mulut adalah sebagai berikut :

- a. Pencabutan gigi sulung dan gigi tetap satu akar dengan anestesi lokal.
- b. Penambalan gigi satu atau dua gigi dengan glassionomer atau bahan lainnya.
- c. Perawatan setelah tindakan

2) Akibat tidak memelihara Kesehatan gigi dan mulut

Akibat yang terjadi jika tidak memelihara Kesehatan gigi dan mulut, menurut Tarigan, yaitu :

a. Bau mulut

Bau mulut adalah kondisi yang tidak menyenangkan ketika mengeluarkan bau makanan yang tidak sedap dari mulut saat berbicara dengan orang lain.

b. Karang gigi

Karang gigi adalah jaringan keras yang terdiri dari mineral yang melekat erat pada gigi. Karang gigi dapat mengiritasi gusi dan menyebabkan peradangan.

c. Gusi berdarah

Penyebab gusi berdarah adalah kurangnya kebersihan mulut dan gigi, yang menyebabkan plak terbentuk di permukaan gusi dan gigi. Bakteri pada plak ini menghasilkan racun yang merangsang gusi, yang menyebabkan gusi menjadi sakit dan mudah berdarah

d. Gigi berlubang

Sakit gigi umumnya disebabkan oleh gigi berlubang. Lubang pada gigi terbentuk akibat aktivitas bakteri di dalam mulut yang memproduksi asam laktat dari karbohidrat, terutama glukosa dan sukrosa. Anak-anak merupakan kelompok yang paling rentan mengalami gigi berlubang. Hal ini disebabkan karena mereka masih memiliki gigi susu dan belum memiliki kesadaran penuh untuk merawat kesehatan gigi secara mandiri. Oleh karena itu, peran orang tua sangat penting dalam membentuk kebiasaan menjaga kebersihan gigi sejak dini melalui edukasi dan pendampingan rutin.(Nugroho dkk., 2022)

D. Hipotesis

Berdasarkan teori yang di uraikan maka dapat di rumuskan Hipotesa bahwa “Adanya Peningkatan Tingkat Pengetahuan Tentang Kesehatan Gigi dan Mulut Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Menggunakan Metode Poster Pada Anak usia 9-10 tahun di SD Negeri Manefu”