

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengetahuan

1. Definisi Pengetahuan

Pengetahuan yang dimiliki manusia berasal dari usaha yang dilakukan untuk mencari kebenaran atau menyelesaikan masalah yang dihadapi. Usaha ini merupakan bagian dari sifat dasar manusia, yang dikenal sebagai keinginan. Keinginan tersebut mendorong manusia untuk terus mencari dan memperoleh apa yang diinginkannya. Dorongan ini menjadi pendorong utama bagi manusia untuk mengupayakan pengetahuan, baik itu untuk memenuhi kebutuhan pribadi maupun untuk memberikan manfaat lebih besar. Keinginan untuk tahu dan memahami dunia sekitar menjadikan manusia terus berusaha, belajar, dan berkembang dalam berbagai bidang (Darsini dkk., 2019).

Pengetahuan sangat berkaitan erat dengan pendidikan, di mana diharapkan bahwa semakin tinggi pendidikan seseorang, maka pengetahuannya juga akan semakin luas. Namun, perlu ditekankan bahwa pada tingkat pendidikan yang rendah tidak serta merta berarti pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang juga rendah. Pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang mengenai suatu objek memiliki dua aspek, yaitu aspek positif dan aspek negatif. Kedua aspek ini akan mempengaruhi sikap seseorang, di mana semakin banyak aspek positif dan informasi yang diketahui

tentang objek tersebut, maka sikap positif terhadap objek tersebut akan lebih mudah terbentuk dan dipahami (Darsini dkk., 2019).

2. Faktor - Faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Pengetahuan yang dimiliki seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor. Secara umum, faktor - faktor yang mempengaruhi pengetahuan dapat dibagi menjadi dua kategori, yaitu Faktor yang memengaruhi pengetahuan dapat dibedakan menjadi dua, yaitu faktor internal (berasal dari dalam individu) dan faktor eksternal (berasal dari luar individu) (Darsini dkk., 2019).

a. Faktor Internal

1) Usia

Usia adalah salah satu faktor yang memengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Seiring bertambahnya usia, daya tangkap dan kemampuan berpikir seseorang pun berkembang, sehingga individu akan semakin mudah dalam menerima informasi dan memproses pengetahuan yang diperoleh.

2) Jenis Kelamin

Otak laki-laki 10% lebih besar daripada perempuan, namun bukan berarti laki-laki menjadi lebih pintar dibandingkan perempuan. Ukuran otak tidak mempengaruhi kecerdasan atau IQ seseorang.

b. Faktor Eksternal

1) Pendidikan

Pendidikan memiliki peran yang sangat penting dalam membantu seseorang memperoleh berbagai informasi, termasuk informasi kesehatan, yang dapat mendukung peningkatan kualitas hidup. Selain itu, pendidikan turut menentukan kontribusi individu dalam pembangunan. Umumnya, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin besar kemampuannya untuk menerima, memahami, dan mengolah informasi yang diperoleh.

2) Pekerjaan

Lingkungan kerja berperan dalam memberikan pengalaman dan pengetahuan kepada seseorang, baik melalui interaksi langsung maupun tidak langsung. Pekerjaan yang dijalani sering kali membuka peluang lebih besar bagi individu untuk memperoleh pengetahuan baru.

3) Pengalaman

Pengalaman merupakan salah satu sumber pengetahuan yang membantu seseorang menemukan kebenaran melalui penerapan kembali pengetahuan yang telah diperoleh sebelumnya dalam memecahkan masalah. Secara umum, semakin kaya pengalaman seseorang, semakin luas pula pengetahuan yang dimilikinya.

4) Sumber informasi

Salah satu faktor yang dapat memudahkan individu dalam memperoleh pengetahuan adalah dengan mengakses berbagai sumber informasi melalui berbagai media. Perkembangan teknologi saat ini sangat mendukung hal tersebut, karena memungkinkan seseorang untuk dengan mudah mengakses hampir semua informasi yang dibutuhkan, kapan saja dan di mana saja.

5) Minat

Minat menjadi pendorong bagi seseorang untuk mencoba atau memulai hal baru, yang pada akhirnya dapat memperluas pengetahuan yang dimilikinya dibandingkan sebelumnya.

6) Lingkungan

Lingkungan mencakup seluruh kondisi yang berada di sekitar manusia beserta pengaruhnya terhadap perkembangan serta perilaku individu maupun kelompok. Lingkungan juga berperan dalam memengaruhi proses penyampaian pengetahuan kepada seseorang yang berada di dalamnya.

7) Sosial budaya

Sosial budaya yang ada dapat mempengaruhi sikap dalam menerima informasi. Individu yang berasal dari lingkungan tertutup cenderung mengalami kesulitan dalam menerima informasi baru yang disampaikan.

B. Makanan yang menyehatkan gigi

Menurut Agung dan Farida (2017) Pertumbuhan dan perkembangan gigi dipengaruhi zat gizi. Pertumbuhan gigi yang sehat akan terjadi kalau semua unsur gizi tersedia dalam jumlah yang memadai. Terdapat dua vitamin yang paling penting dalam proses pertumbuhan gigi yaitu :

1. Vitamin A

Merupakan vitamin yang diperlukan untuk perkembangan enamel gigi

2. Vitamin D

Merupakan vitamin yang diperlukan untuk pertumbuhan lapisan dentin gigi.

Sejak dini memang dianjurkan menjaga kebersihan dan kesehatan gigi serta rongga mulut sejak dini untuk mendapatkan gigi yang sehat. Misalnya, menyikat gigi minimal dua kali sehari, sehabis makan dan sebelum tidur, sikat gigi minimal 2 - 5 menit. Selain menyikat gigi minimal dua kali sehari, sehabis makan dan sebelum tidur. Selain itu makan buah yang mengandung asam dan gula alami juga dianjurkan untuk melindungi gigi. Gigi manusia terbukti mampu melawan asam dan gula yang berasal dari buah, apalagi mengonsumsi banyak buah, dapat menambah volume air ludah. Kondisi ini berguna untuk melindungi gigi. Berikut 10 makanan bernutrisi untuk kesehatan gigi dan gusi, sebagai berikut :

1. Stroberi

Buah cantik berwarna merah ini biasa menghilangkan sedikit demi sedikit noda pada gigi, karena stroberi mengandung asam malat

yang berfungsi untuk menghilangkan noda pada gigi.

2. Brokoli

Sayuran berbentuk seperti bonsai dan berwarna hijau ini memiliki peran penting untuk gigi, karena brokoli bisa menguatkan enamel gigi dengan memberikan lapisan anti-asam.

3. Apel

Buah apel mengandung asam yang dapat memutihkan gigi.

4. Wortel dan Seledri

Bisa membantu membersihkan bakteri yang menyebabkan noda pada gigi. Dan dapat membantu menghasilkan air liur yang bisa menjadi cairan pembersih mulut alami.

5. Jeruk dan nanas

Mengandung asam, akan membantu untuk merangsang produksi air liur agar mulut bebas bakteri.

6. Biji wijen

Bisa menghilangkan plak dan membantu menguatkan enamel gigi. Biji wijen Kaya akan kalsium, berfungsi untuk memperkuat tulang gigi dan gusi.

7. Teh hijau

Mengandung catechin, bisa membunuh bakteri dengan cara mengubah gula menjadi plak di dalam mulut dan juga mampu menghilangkan bakteri penyebab bau pada mulut.

8. Keju keras

Mengandung karbohidrat yang rendah dan tinggi akan kalsium, fosfat, memberikan beberapa keuntungan untuk mulut dan gigi. Karena kandungan keju bisa menyeimbangkan pH yang akan mencegah pertumbuhan bakteri.

9. Kiwi

Kadar vitamin C pada buah kiwi yang lebih banyak dari buah lainnya bisa menjaga kesehatan gusi, karena menyehatkan jaringan kolagen pada gusi (Agung dkk., 2017).

C. Makanan yang merusak gigi

Makanan kariogenik merupakan makanan yang mengandung gula sukrosa, memiliki rasa manis dan beresiko membuat karies gigi. Kebiasaan anak adalah senang mengonsumsi makanan kariogenik, karena memiliki rasa yang manis dan enak. Selain rasanya yang manis dan enak, makanan kariogenik memiliki harga yang murah, mudah didapatkan, dan dijual dalam berbagai bentuk serta warna makanan yang bervariasi dan disukai anak-anak (Waty, 2021).

Mendur dkk (2017) jenis – jenis makanan kariogenik bersifat manis, lunak, dan mudah melekat pada gigi seperti : permen, coklat, es krim, biskuit dan kue. Makanan kariogenik mengandung karbohidrat yang dapat difermentasi oleh mikroorganisme. Makanan jenis ini memiliki karakteristik kaya monosakarida dan disakarida serta mudah larut dalam saliva. Makanan kariogenik ini kemudian akan menetap lebih lama di rongga mulut. Makanan

jenis ini dapat menurunkan pH saliva di bawah 5,5 dan memicu demineralisasi ketika kontak dengan gigi.

Bahan makanan dalam bentuk karbohidrat dapat memicu terjadinya karies gigi dan memerlukan kontak dengan permukaan gigi dalam waktu yang cukup lama. Karbohidrat ini apabila terdapat dalam jumlah cukup besar, terutama jenis yang lengket atau melekat pada permukaan gigi, akan memicu terjadinya karies yang cukup tinggi. Gula pasir (sukrosa) dalam makanan merupakan penyebab utama gigi berlubang. Makanan manis dan penambahan gula ke dalam susu atau minuman lainnya bukan merupakan satu-satunya sumber sukrosa dalam diet anak. Karena semakin seringnya konsumsi makanan manis maka semakin meningkat kecenderungan karies gigi, dibandingkan konsumsi makanan yang berserat (Agung dkk., 2017).

D. Permainan

1. Pengertian Permainan

Menurut KBBI permainan merupakan sesuatu yang digunakan untuk bermain, baik berupa barang ataupun sesuatu yang dapat digunakan untuk bermain. Istilah permainan berasal dari kata main yang berarti melakukan sesuatu untuk menyenangkan hati. Bermain merupakan aktivitas yang menyenangkan, tidak hanya bagi anak usia dini tetapi juga bagi orang dewasa. Namun, pada umumnya bermain lebih sering dikaitkan dengan anak-anak. Bagi anak, bermain adalah bagian dari keseharian mereka, sebab bagi mereka bermain adalah hidup dan hidup itu sendiri adalah bermain. Anak usia dini tidak memisahkan antara

kegiatan bermain, belajar, maupun bekerja. Permainan dan bermain merupakan istilah yang sering ditemui maupun dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Namun, masih ada yang rancu dalam membedakan makna dari kata permainan, bermain, dan mainan. Secara sederhana, bermain adalah aktivitas bermain itu sendiri, mainan adalah alat atau benda yang digunakan untuk bermain, sedangkan permainan merupakan aktivitas yang melibatkan bermain dan mainan. Sebagai contoh, dalam permainan sepak bola, aktivitasnya disebut bermain, sementara bolanya merupakan mainan atau alat yang digunakan (Yuliantini., 2019).

2. Manfaat Permainan

Manfaat permainan yaitu :

a. Menambah wawasan

Permainan edukatif memberikan pengetahuan baru yang tidak selalu diajarkan di kelas, seperti informasi umum.

b. Mengembangkan kemampuan problem solving

Kemampuan memecahkan masalah penting dimiliki setiap individu, termasuk anak. Dengan keterampilan ini, seseorang dapat menemukan solusi secara cepat dan tepat, menyusun strategi, menganalisis hambatan, memahami sebab-akibat, serta berpikir kreatif dan kritis.

c. Mengembangkan jiwa kepemimpinan

Kepemimpinan adalah kemampuan memengaruhi orang lain untuk mencapai tujuan tertentu. Keterampilan ini juga penting bagi diri sendiri, seperti dalam mengambil keputusan, mengendalikan diri, bersikap empati, tidak egois, dan memiliki kepedulian, sehingga perlu dikembangkan sejak dini.

d. Meningkatkan rasa percaya diri

Anak yang aktif bersosialisasi, diterima dalam kelompok, memiliki banyak teman, serta berhasil dalam kegiatan akan memiliki rasa percaya diri yang lebih tinggi. Bermain bersama teman yang menghargai pendapat dan memberi ruang untuk berekspresi juga dapat memperkuat rasa percaya diri (Yuliantini., 2019).

3. Pengertian Tebak Gambar

Permainan tebak gambar merupakan suatu aktivitas yang memungkinkan peserta menyalurkan energi melalui serangkaian aturan yang harus dipatuhi. Permainan ini tidak hanya berfungsi sebagai hiburan, tetapi juga memberikan kesempatan bagi anak-anak untuk belajar sambil bermain. (Aprilia dkk., 2023). Selain itu kemampuan berpikir, kemampuan berkomunikasi, kemampuan berimajinasi anak juga dapat dilatih dengan metode bermain sambil belajar ini. Bermain adalah metode belajar yang efektif. Anak- anak didik belajar dari segala kegiatan yang mereka lakukan. Permainan yang edukatif adalah permainan yang dapat

merangsang daya pikir anak didik. Termasuk diantaranya meningkatkan kemampuan berkonsentrasi dan memecahkan masalah (Aulia dkk., 2023).

4. Kelebihan Dan Kekurangan Permainan Tebak Gambar

Menurut (Lestari dkk., 2021) Kelebihan dan kekurangan permainan tebak gambar, yaitu:

a. Kelebihan :

1. Sifatnya konkrit.
2. Dapat mengatasi ruang dan waktu.
3. Dapat mengatasi keterbatasan pengamatan kita.
4. Dapat memperjelas suatu masalah.
5. Siswa mudah memahaminya.
6. Bisa digunakan didalam kelas, dirumah, diperjalanan

b. Kekurangan :

1. Tebak gambar hanya menekankan persepsi indera mata.
2. Tebak gambar benda yang terlalu kompleks kurang efektif digunakan pada kegiatan pembelajaran.
3. Ukurannya sangat terbatas untuk kelompok besar
4. Tebak gambar sulit untuk dicari karena sejarah mempelajari masa lalu, dan kejadian masa lalu sulit untuk diabadikan.

E. Anak Sekolah Dasar

1. Pengertian Pendidikan

Pendidikan merupakan salah satu faktor yang dapat meningkatkan kecerdasan, baik pada orang dewasa maupun anak-anak. Pendidikan

mempunyai asal kata *Pedagogi* yang berasal dari 2 kata yaitu *Paid* (anak) dan *Agagos* (membimbing). Pendidikan dalam bahasa romawi dikenal dengan kata *Educate* yang memiliki arti mengeluarkan sesuatu yang berada didalam dan dalam bahasa inggris to *educate* memiliki arti memperbaiki moral dan melatih intelektual (Aminah dkk., 2022).

2. Perkembangan Anak Sekolah Dasar

Perkembangan merupakan suatu yang berhubungan dengan keperibadian dan terintegrasi. Anak usia Perkembangan merupakan suatu yang berhubungan dengan keperibadian dan terintegrasi (Aminah dkk., 2022). Anak usia SD (6-12 tahun) disebut sebagai masa anak-anak (*midle childhood*). Pada masa inilah disebut sebagai usia matang bagi anak-anak untuk belajar (Sabani, 2019). Perkembangan anak dapat berjalan optimal ketika perkembangannya berlangsung sesuai dengan tahapan atau fase dan tugas perkembangannya secara semestinya. Dalam kelompok usia inilah, proses perkembangan yang dialami oleh seorang individu akan berlangsung sangat cepat. Pola perkembangan setiap anak bervariasi dan memiliki karakteristik tersendiri, yang dipengaruhi oleh berbagai aspek yang dimilikinya, di antaranya ialah perkembangan kognitif, fisik, emosi, bahasa, sosial, agama, juga moral (Syahrani, 2024).

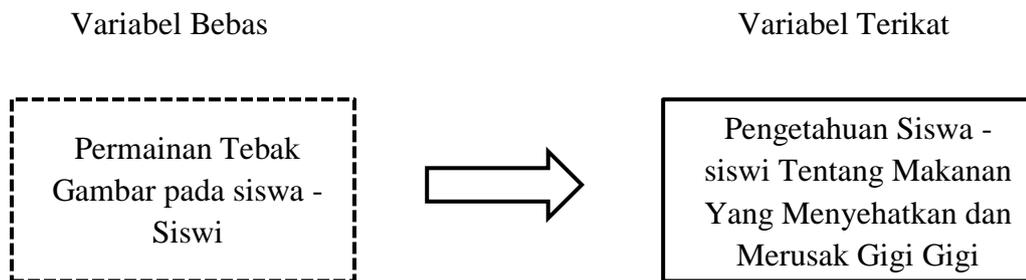
3. Karakteristik Anak Sekolah Dasar

Menurut Aminah dkk.,(2022) Setiap orang mempunyai ciri khas masing-masing. Seseorang mempunyai karakteristik yang didapatkan

dari faktor bawaan atau faktor keturunan dan juga karakteristik yang dibentuk yang merupakan pengaruh lingkungan. Anak usia sekolah dasar memiliki karakteristik yang cukup menarik. Karakteristiknya sebagai berikut:

1. Senang bermain.
2. Senang Bergerak.
3. Anak Senang Bekerja dalam Kelompok.
4. Senang merasakan atau melakukan / memperagakan sesuatu secara langsung.

F. Kerangka Konsep



Keterangan :

= Variabel yang diteliti

= Variabel yang tidak diteliti