

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Status Kebersihan Gigi Dan Mulut

Kebersihan gigi dan mulut memiliki peranan yang sangat penting dalam mencegah terbentuknya plak, yaitu lapisan tipis yang mengandung bakteri dan dapat menempel pada permukaan gigi. Jika plak tidak dibersihkan secara teratur, kondisi ini dapat berkembang menjadi karang gigi, gigi berlubang (karies), radang gusi (gingivitis), bahkan penyakit jaringan penyangga gigi. Upaya menjaga kebersihan gigi dan mulut tidak hanya dilakukan dengan menyikat gigi secara teratur minimal dua kali sehari menggunakan teknik yang benar, tetapi juga perlu disertai dengan penggunaan benang gigi untuk membersihkan sela-sela gigi. Selain itu, pemeriksaan rutin ke dokter gigi setiap enam bulan sekali sangat dianjurkan untuk mendeteksi dan menangani masalah sejak dini. Penerapan pola hidup sehat, seperti mengurangi konsumsi makanan dan minuman yang tinggi gula, memperbanyak asupan buah dan sayur, serta menjaga kebiasaan minum air putih yang cukup, juga berperan penting dalam mempertahankan kesehatan gigi dan mulut secara optimal (Makassar dkk, 2024). Kebersihan mulut yang baik akan membantu mencegah penyakit gigi dan mulut seperti karies, radang gusi, infeksi gusi, dan sariawan, serta masalah lain yang dapat mengganggu kenyamanan, kemampuan mengunyah, dan penampilan, serta mempengaruhi kesehatan umum tubuh (Riva dkk, 2023). Kebersihan gigi dan mulut pada anak sekolah dasar merupakan bagian dari kesehatan tubuh secara

keseluruhan dan berperan penting dalam mendukung proses tumbuh kembang, makan, berbicara, serta aktivitas belajar di sekolah (Alihashemi,2022). Usia sekolah dasar adalah periode penting dalam pembentukan kebiasaan karena saat ini anak-anak mulai mengembangkan kebiasaan untuk menjaga kebersihan gigi dan mulut, yang biasanya akan bertahan hingga dewasa. Kurangnya kebersihan gigi dan mulut pada anak usia sekolah sering menimbulkan masalah seperti gigi berlubang, yang dapat mengganggu kenyamanan, nafsu makan, dan konsentrasi belajar. Kebersihan gigi dan mulut anak sekolah dasar tidak hanya mencakup menyikat gigi, tetapi juga pengetahuan, sikap, dan kebiasaan hidup bersih yang dibentuk melalui pendidikan kesehatan gigi di sekolah dan dukungan orang tua di

ADDIN CSL_CITATION {"citationItems":[{"id":"ITEM-1","itemData":{"DOI":"10.29238/ohc.v7i1.339","ISSN":"2338-963X","abstract":"Dental and oral health issues are an important concern in health development, one of which is caused by vulnerable groups of school-aged children from dental health disorders. School age is age important in growth and physical development of the child. This period is also known as a critical period because at this time the children start developing habits that usually tend to settle into adulthood. One of them is the habit of maintaining oral hygiene. This research aims to find out the level of knowledge on oral health and the level of oral hygiene elementary school children. This research use analytic observational approach cross sectional (cut the latitude) is a design by doing observations at the same time. This research was carried out

in primary schools of the country Tuguran sub-district of Sleman Regency Limestone Daerah Istimewa Yogyakarta. Total sample of 60 children of class III, IV, and V were taken with purposive sampling method. Data collection using the questionnaire and examination of oral hygiene. Data analysis techniques using correlation analysis Pearson Product Moment test. The number of class III, IV, and V SD Negeri Tuguran have the level of knowledge on oral health good categories as many as 51.7% and level of oral hygiene medium category as much as 55%. The results of the calculation of statistical analysis with Pearson Product Moment test by using a confidence level of 95% ($\alpha = 0.05$) obtained results of $p\text{-value} = 0.000$, because $p\text{-value} < \alpha$ then the H_0 rejected and accepted H_a . There was a relationship of the level of knowledge on oral health with the level of oral hygiene in elementary school children.

children.", "author": { "dropping-
particle": "", "family": "Yuniarly", "given": "Etty", "non-dropping-
particle": "", "parse-names": false, "suffix": "" }, { "dropping-
particle": "", "family": "Amalia", "given": "Rosa", "non-dropping-
particle": "", "parse-names": false, "suffix": "" }, { "dropping-
particle": "", "family": "Haryani", "given": "Wiworo", "non-dropping-
particle": "", "parse-names": false, "suffix": "" }], "container-title": "Journal of
Oral Health Care", "id": "ITEM-1", "issue": "1", "issued": { "date-
parts": [["2019"]] }, "page": "01-08", "title": "Hubungan tingkat pengetahuan
tentang kesehatan gigi dan mulut dengan tingkat kebersihan gigi dan mulut
anak sekolah dasar", "type": "article-

```

journal", "volume": "7"}, "uris": [{"http://www.mendeley.com/documents/?uuid
=bc0f94bb-e70f-49bd-9bcb-
51ed9a851c5e"}]], "mendeley": {"formattedCitation": "(Yuniarly et al,
2019)", "manualFormatting": "(Yuniarly dkk,
2019)", "plainTextFormattedCitation": "(Yuniarly et al,
2019)", "previouslyFormattedCitation": "(Yuniarly et al,
2019)"}, "properties": {"noteIndex": 0}, "schema": "https://github.com/citation-

```

Tindakan menjaga kebersihan gigi dan mulut yang bertujuan untuk membersihkan serta menyegarkan gigi dan rongga mulut. Perawatan kebersihan gigi dan mulut dapat membantu mencegah penularan penyakit melalui mulut, memperbaiki fungsi sistem pengunyahan, serta mencegah berbagai penyakit gigi dan gusi. Menjaga kebersihan gigi dan mulut termasuk salah satu bentuk personal hygiene yang sangat penting. Gigi dan mulut perlu dijaga kebersihannya karena melalui bagian ini berbagai kuman dapat masuk ke dalam tubuh dan berkembang, sehingga berpotensi menimbulkan berbagai penyakit yang merugikan kesehatan. Kebersihan mulut adalah upaya membersihkan rongga mulut, lidah, dan gigi dari sisa-sisa makanan, yang dilakukan dengan menyikat gigi minimal dua kali sehari agar mulut tetap sehat dan terhindar dari kerusakan gigi mulut serta penyakit (Aqidatunisa, 2022) Pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut yang optimal sangat menentukan tingkat kesehatan setiap individu. Perilaku yang kurang baik dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut perlu diperbaiki. Selain faktor

bawaan, lingkungan juga memiliki peran penting dalam membentuk perilaku seseorang. Menyikat gigi merupakan salah satu tindakan utama dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut. Pelaksanaan kegiatan ini memerlukan keterampilan motorik, sehingga peran orang tua sangat diperlukan dalam memberikan penjelasan, contoh, bimbingan, serta motivasi kepada anak agar memiliki kebiasaan yang baik dan sesuai harapan (Surosentiko,2019). Kesehatan gigi dan mulut memiliki peranan yang sangat penting karena kerusakan pada gigi dan gusi yang tidak dirawat dengan baik dapat menimbulkan rasa nyeri, gangguan dalam proses pengunyahan, serta berdampak pada kesehatan tubuh secara keseluruhan. Kondisi kesehatan gigi dan mulut yang optimal, diperlukan upaya perawatan yang dilakukan secara rutin dan berkelanjutan. Perawatan tersebut dapat dimulai dengan memperhatikan pola konsumsi makanan, khususnya dengan membatasi asupan makanan yang mengandung gula tinggi dan bersifat lengket (Yuniarly dkk, 2019).

B. Media Phantom

Media phantom merupakan alat peraga yang dapat,di pengang, dilihat dan dipraktekan secarah langsung sehingga memungkinkan para sasaran dapat menangkap materi yang disampaikan saat melakukan edukasi. Penggunaan alat bantu atau media menjadi sangat penting, terutama dalam kegiatan penyuluhan dan pendidikan kesehatan, karena media mampu menarik perhatian, meningkatkan minat belajar, serta mempermudah proses penerimaan informasi (Utami,2022).Phantom merupakan media pembelajaran

yang sederhana namun cukup jelas, karena mempermudah responden dalam memahami bagaimana cara menyikat gigi yang baik dan benar. Penyuluhan tentang cara menyikat gigi pada anak sekolah dasar sangat efektif karena usia sekolah dasar merupakan sasaran yang mudah dijangkau. Menggunakan media dalam penyuluhan cara menyikat gigi ini akan mempermudah penyuluhan untuk menyampaikan materi kepada responden, salah satu media tersebut adalah media phantom (Abral dkk, 2020).

Dalam pelaksanaan kegiatan penyuluhan, materi yang disampaikan harus disesuaikan dengan karakteristik dan sasaran penerima. Materi pengetahuan yang diberikan dalam penyuluhan dapat dibedakan berdasarkan tingkat kelas atau usia peserta didik. Sebagai contoh, siswa kelas 1–2 Sekolah Dasar yang berusia sekitar 6–8 tahun masih memiliki pola berpikir konkret dan imajinatif, di mana fantasi sering dianggap sebagai kenyataan. Oleh karena itu, materi penyuluhan yang tepat untuk kelompok usia ini adalah dengan memanfaatkan alat peraga dalam proses penyampaian informasi agar lebih mudah dipahami (Diningsing, 2022). Kesehatan gigi dan mulut akan menjadi lebih efektif dan optimal apabila menggunakan media pembelajaran yang sesuai, salah satunya melalui pemanfaatan alat peraga berupa phantom gigi. Phantom gigi merupakan alat peraga berbentuk benda tiruan yang menyerupai struktur gigi dan rongga mulut manusia. Alat ini berfungsi sebagai sarana latihan dan demonstrasi dalam pengajaran klinis serta edukasi pemeliharaan kesehatan mulut. Model rahang gigi pada phantom umumnya terdiri dari gusi, gigi, lidah, dan langit-langit mulut, sehingga dapat

memperlihatkan secara jelas bentuk gigi, kondisi rongga mulut, serta teknik membersihkan gigi dan mulut yang benar, termasuk upaya perlindungan kesehatan mulut (Fedri, 2022). Penerapan metode demonstrasi dengan menggunakan media phantom gigi terbukti lebih efektif dan memiliki pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan keterampilan menggosok gigi. Teknik menyikat gigi perlu diberikan melalui contoh atau model yang tepat, disertai dengan langkah-langkah yang sederhana agar mudah dipahami dan diikuti. Penyampaian pendidikan kesehatan gigi dan mulut pada anak-anak sebaiknya dikemas secara menarik dan menyenangkan, misalnya melalui kegiatan penyuluhan yang atraktif tanpa mengurangi substansi materi pendidikan. Demonstrasi secara langsung menjadi salah satu metode yang efektif dalam menyampaikan materi tersebut. Pemilihan metode demonstrasi dalam penyuluhan kesehatan gigi dan mulut mampu meningkatkan pemahaman anak, karena peserta didik dapat mempraktikkan secara langsung cara menyikat gigi yang benar sesuai dengan contoh diberikan (Fedri, 2022).

Penyuluhan kesehatan gigi dan mulut merupakan suatu upaya atau kegiatan yang bertujuan untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan gigi kepada masyarakat, baik secara individu maupun kelompok, dengan harapan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang kesehatan gigi dan mulut. Penyuluhan sendiri merupakan proses komunikasi yang terjadi antara penyuluh sebagai pemberi pesan dan peserta penyuluhan sebagai penerima pesan. Agar pesan yang disampaikan dapat diterima dan dipahami dengan baik, diperlukan sarana pendukung yang mempermudah proses komunikasi,

yaitu media. Media memiliki peranan yang sangat penting dalam pelaksanaan promosi kesehatan, karena dapat membantu memperjelas informasi yang disampaikan serta meminimalkan terjadinya kesalahan persepsi. Kegiatan penyuluhan kesehatan gigi dan mulut, media yang digunakan antara lain adalah media phantom. Phantom gigi termasuk ke dalam alat peraga berupa benda tiruan yang menyerupai struktur gigi dan rongga mulut manusia. Phantom gigi berfungsi sebagai sarana latihan dan demonstrasi dalam pengajaran klinis serta edukasi perlindungan kesehatan mulut. Penggunaan phantom sebagai media pembelajaran dinilai tepat karena dapat membantu responden dalam mempelajari informasi baru secara lebih konkret, sehingga mampu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman mengenai kesehatan gigi dan mulut (Fedri, 2022).

C. Menyikat Gigi

Menyikat gigi dengan cara yang benar merupakan salah satu faktor utama dalam upaya menjaga kesehatan gigi dan mulut. Keberhasilan pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut sangat dipengaruhi oleh pola menyikat gigi yang dilakukan. Pola menyikat gigi mencakup teknik menyikat gigi, frekuensi, serta waktu menyikat gigi yang tepat. Usia sekolah dasar merupakan masa yang sangat ideal untuk melatih dan membentuk keterampilan motorik anak, termasuk keterampilan dalam menyikat gigi. Anak-anak pada usia ini, masih tergolong rentan terhadap berbagai masalah kesehatan gigi dan mulut, sehingga memerlukan perhatian khusus. Anak sekolah dasar dianjurkan untuk menyikat gigi sebanyak dua hingga tiga kali

dalam sehari, selama sekitar dua hingga tiga menit setiap kali menyikat gigi, dengan menggunakan pasta gigi yang mengandung fluoride. Penerapan teknik menyikat gigi yang benar sangat penting sebagai upaya pencegahan terjadinya gigi berlubang serta untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut secara optimal (Aqidatunisa, 2022). Tujuan menyikat gigi adalah untuk menghambat pembentukan plak serta membersihkan sisa-sisa makanan yang menempel pada permukaan gigi setelah mengonsumsi makanan atau minuman. Upaya pemeliharaan dan pembinaan kesehatan gigi dan mulut perlu mendapatkan perhatian sejak usia dini, mengingat pada masa tersebut anak berada dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan. *Dental Health Education* (DHE) atau yang dikenal sebagai Pendidikan Kesehatan Gigi (PKG) merupakan suatu upaya yang dirancang secara sistematis dan terarah melalui pendidikan nonformal yang dilakukan secara berkesinambungan (Siwi dkk, 2025)

Menggosok gigi pada waktu yang tepat sebaiknya dilakukan setelah sarapan di pagi hari dan pada malam hari sebelum tidur. Menyikat gigi setelah makan pagi bertujuan untuk menghilangkan sisa-sisa makanan yang masih menempel, sedangkan menyikat gigi sebelum tidur berfungsi untuk membersihkan sisa makanan setelah makan malam, hal ini dilakukan sebagai upaya dalam menjaga dan memelihara kesehatan gigi dan mulut (Aini, 2022).

Syarat-syarat menyikat gigi yang baik dan benar (Putri, 2024).

1. Bulu Sikat

Sikat gigi dengan bulu halus umumnya menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam menurunkan akumulasi plak, di mana bulu halus lebih efektif dalam membersihkan permukaan gigi.

2. Desain Bulu dan Kepala Sikat

Sikat gigi yang memiliki ujung bulu membulat (*end-round*) serta desain kepala yang ergonomis terbukti lebih efektif dalam mengurangi pembentukan plak dan menurunkan tingkat inflamasi jaringan gingiva bila dibandingkan dengan sikat gigi yang memiliki desain kurang optimal.

3. Ukuran Kepala dan Pegangan

Ukuran kepala sikat tidak terlalu besar sehingga mampu menjangkau area sempit di antara gigi serta bagian posterior seperti gigi geraham. Selain itu, pegangan sikat gigi sebaiknya dirancang ergonomis agar mudah dan nyaman digenggam, sehingga memudahkan kontrol saat menyikat gigi.

Tiga hal penting untuk sikat gigi :

1. Ganti sikat gigi setiap tiga bulan sekali.
2. Jaga sikat gigi agar selalu kering.
3. Lindungi kepala sikat gigi dengan helm atau pelindung sikat gigi.

Metode menyikat gigi teknik menyikat gigi sebagai berikut :

1. Metode vertikal

Teknik vertikal dilakukan dengan gerakan menyikat gigi dari atas ke bawah, pada permukaan gigi yang menghadap ke pipi (bukal/labial)

dengan posisi rahang atas dan bawah tertutup, sedangkan pada permukaan gigi yang menghadap ke langit-langit dan lidah (palatal/lingual) dilakukan dengan posisi mulut terbuka. Teknik ini memiliki kelemahan karena apabila dilakukan tidak benar dapat menyebabkan resesi gingiva. Sementara itu, teknik horizontal memiliki kelebihan berupa gerakan yang sederhana dan efisien sehingga mampu menjangkau seluruh bagian rongga mulut. Untuk memperoleh kebersihan gigi dan mulut yang optimal, dapat diterapkan teknik kombinasi yang menggabungkan kedua metode tersebut agar saling melengkapi dan memberikan hasil pembersihan yang maksimal(Yuzar dkk, 2023).

2. Teknik Horizontal

Metode horizontal merupakan salah satu teknik menyikat gigi yang efektif dalam mengurangi plak. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Enisah dkk, 2020), metode horizontal terbukti lebih efektif dalam menurunkan plak dibandingkan dengan metode vertikal dan roll. Teknik ini dilakukan dengan menempatkan bulu sikat secara tegak lurus pada permukaan gigi, kemudian menggerakkannya secara maju dan mundur (Pratiwi, 2019).

3. Teknik Roll

Teknik menyikat gigi dengan metode roll merupakan teknik menyikat gigi yang dilakukan dengan meletakkan ujung bulu sikat mengarah ke permukaan gusi atau akar gigi, sehingga sebagian bulu sikat

menekan jaringan gusi. Posisi bulu sikat menghadap ke margin gingiva untuk membersihkan sisa plak yang berada di sekitar gusi. Selanjutnya, bulu sikat digerakkan secara perlahan dengan gerakan memutar dan perlahan ke arah permukaan gigi. Metode roll ini bulu sikat di tempatkan sejajar dengan permukaan gigi atau gusi (Haryanti, 2014).

4. Teknik Bass

Berbeda dengan metode lain, metode Bass memiliki variasi gerakan untuk gigi depan dan belakang. Untuk gigi belakang, ujung sikat ditempatkan sedemikian rupa sehingga bulu sikat membentuk sudut 45 derajat terhadap sumbu gigi, dengan arah ujung bulu menuju leher gusi. Selanjutnya, bulu sikat ditekan ringan ke arah gusi dan digerakkan dengan gerakan memutar kecil agar bulu sikat dapat menjangkau leher gusi dan masuk di antara gigi. Setelah itu, sikat digerakkan maju-mundur untuk membersihkan plak secara menyeluruh (Pamewa, 2024).

5. Teknik Fone's

Teknik Fones adalah metode menyikat gigi yang dilakukan dengan gerakan melingkar dari arah gusi menuju permukaan gigi. Teknik ini dinilai efektif diterapkan pada anak-anak dan pasien dengan disabilitas karena mudah dilakukan. Selain itu, metode Fones tidak menimbulkan abrasi pada gigi maupun iritasi pada gingiva, sehingga aman dan sesuai dengan kondisi rongga mulut pengunyahannya.

Teknik Fone's memiliki keunggulan karena mudah dilakukan, yaitu dengan menggunakan gerakan melingkar yang besar sehingga gigi dan

gusi pada rahang atas dan rahang bawah dapat dibersihkan secara bersamaan. Namun, kelemahan dari teknik ini adalah sulit diterapkan pada permukaan gigi bagian dalam, khususnya area lingual dan palatal (Yuzar ddk,2023)

Langkah–langkah Metode Fone’s (Sari a, 2023).

- a. Aplikasikan pasta gigi yang mengandung fluoride tapi tidak boleh banyak-banyak cukup sebesar biji jagung.
- b. Selanjutnya kita mulai sikat gigi dari bagian belakang gigi depan untuk menyikat gigi depan kita lakukan gerakan memutar begitu juga dengan sisi kiri dan kanan.
- c. Jika semua bagian sudah tersikat bersih lanjut menyikat bagian dalam gigi baik rahang bawah maupun rahang atas.
- d. Untuk bagian dalam gerakannya sama namun putarnya lebih kecil.
- e. Selanjutnya untuk gigi depan bagian dalam baik rahang atas maupun rahang bawah kita dapat menyikat dengan gerakan lurus satu arah, gigi yang dipakai untuk mengunyah juga harus disikat dengan gerakan maju mundur.
- f. Setelah itu jangan lupa untuk menyikat lidah pelan-pelan saja jangan kasar, selanjutnya berkumur dengan air bersih.

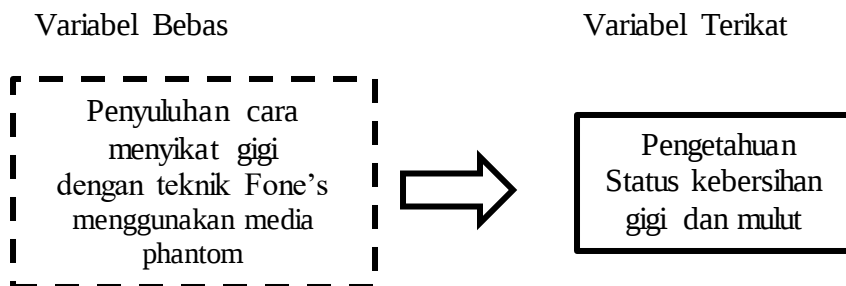
Keunggulan Metode Fone’s.

- a. Mudah dilakukan, terutama untuk anak-anak.
- b. Membersihkan seluruh permukaan gigi secara efektif.
- c. Mengurangi risiko cedera gusi akibat tekanan berlebih.

Kekurangan Metode Fone's

- a. Kurang efektif membersihkan areah interdental (antara gigi)
- b. Tidak direkomendasikan untuk orang dewasa karena kurang maksimal dalam pembersihan plak di sekitar gusi.

D. Kerangka Konsep



Gambar 1. Kerangka Konsep Penelitian

Keterangan :



= Variabel yang teliti