

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

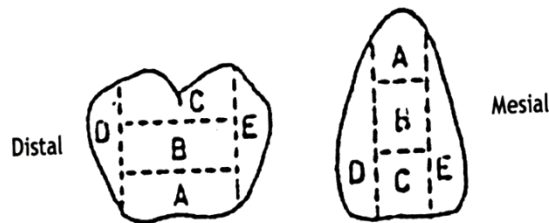
#### **A. Kebersihan Gigi dan Mulut**

##### **1. Pengertian Kebersihan gigi dan mulut**

Kebersihan gigi dan mulut sangat penting. Ada beberapa masalah yang bisa terjadi karena kurangnya dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut. Salah satu cara yang efektif dalam menjaga kesehatan gigi adalah dengan menyikat gigi 2 kali sehari yaitu pagi sesudah sarapan dan malam sebelum tidur agar dapat membersihkan sisa-sisa makanan yang menempel pada permukaan gigi agar gigi tetap dalam keadaan yang bersih( Muzana Syarifah Rahmiza ddk., 2022). Keadaan gigi dan mulut yang baik dan bersih akan membuat gigi dan jaringan sekitarnya tetap sehat. Sama seperti bagian-bagian tubuh lainnya gigi dan jaringan penyangga gigi juga mudah terkena penyakit, mereka harus mendapatkan perawatan yang baik. Personal hygiene performance modified (PHP-M) adalah suatu indeks yang sudah di lakukan modifikasi dari Patient Hygiene Performance Indeks (Indeks PHP). dari metode indeks PHP-M ini sering dipakai dalam pemeriksaan kebersihan gigi dan mulut pada masa gigi geligi campuran.

(Eldarita.,2017) Untuk memeriksa kebersihan gigi dengan metode PHP-M, gigi kita akan dibagi menjadi beberapa bagian yang lebih kecil. Pertama, kita akan membagi gigi menjadi tiga bagian dari ujung gigi ke gusi. Kemudian, bagian tengahnya akan dibagi lagi menjadi tiga bagian. Jadi, setiap permukaan gigi (depan atau belakang) akan terbagi menjadi lima

bagian. Setiap bagian ini akan diperiksa untuk melihat apakah ada plak atau tidak.



Gambar 1. Pembagian permukaan gigi dan penilaian pada skor plak  
Keterangan:

- a) Area sepertiga gingival dari area tengah.
- b) Area sepertiga tengah dari area tengah.
- c) Area sepertiga insisal atau oklusal dari area tengah.
- d) Area distal.
- e) Area mesial.

Beberapa kriteria skor sebagai berikut:

- a. Apabila terlihat ada plak di salah satu area, maka diberi skor 1, jika tidak ada plak diberi skor 0.
- b. Hasil penilaian plak yaitu dengan menjumlahkan setiap skor plak pada setiap permukaan gigi, sehingga skor plak untuk setiap gigi dapat berkisar antara 0-10.
- c. Skor plak untuk semua gigi dapat berkisar antara. Gigi yang diperiksa pada metode PHP-M adalah:
  1. Gigi paling posterior yang tumbuh di kuadran kanan atas.
  2. Gigi kaninus atas kanan desidui atau permanen, bila gigi ini tidak ada dapat digunakan gigi anterior lainnya.

3. Gigi molar satu atas kiri sulung atau premolar satu atas kiri.
4. Gigi paling posterior yang tumbuh di kuadran kiri bawah.
5. Gigi kaninus kiri bawah desidui atau permanen, bila gigi ini tidak ada dapat dipakai gigi anterior lainnya.
6. Gigi molar satu kanan bawah desidui atau premolar satu kanan bawah

1. Faktor Yang Mempengaruhi Kebersihan Gigi dan Mulut adalah:

a. Plak

Plak adalah suatu lapisan lengket yang merupakan kumpulan dari bakteri. Plak ini akan mengubah karbohidrat atau gula yang berasal dari makanan menjadi zat asam yang cukup kuat untuk merusak gigi. Plak biasanya mulai terbentuk pada sepertiga permukaan gingival dan pada permukaan gigi yang kasar.

b. Debris

Debris adalah istilah umum untuk menyebut semua jenis kotoran yang menempel pada gigi. Kotoran ini bisa berupa plak (lapisan lengket yang menjadi awal kerusakan gigi), sisa makanan yang tertinggal setelah makan, atau lendir yang dihasilkan oleh bakteri di mulut. Debris ini biasanya lunak dan mudah dibersihkan dengan menggosok gigi, menggunakan benang gigi, atau berkumur. (Arifian Ersadkk., 2022).

c. Stain

Noda gigi adalah bercak berwarna yang menempel pada permukaan gigi. Noda ini bisa disebabkan oleh berbagai hal, seperti makanan dan minuman

yang berwarna (misalnya kopi, teh, atau minuman bersoda), atau kebiasaan merokok. Zat dalam rokok yang bernama pyridine adalah salah satu penyebab utama gigi menjadi kuning.

#### d. Calculus

Calculus merupakan suatu masa yang mengalami klasifikasi yang terbentuk dan melekat erat pada permukaan gigi, dan objek solid lainnya didalam mulut, misalnya restorasi dan gigi geligi. Kalkulus adalah plak terkalsifikasi. kalkulus jarang ditemukan pada gigi susu dan tidak sering ditemukan pada gigi permanen anak usia muda

### **B. Menyikat Gigi**

Menyikat gigi adalah cara terbaik untuk menjaga kebersihan mulut. Saat kita makan, sisa makanan akan menempel pada gigi dan membentuk lapisan lengket yang disebut plak. Plak ini mengandung banyak bakteri yang bisa merusak gigi. Dengan menyikat gigi secara teratur, kita menghilangkan plak dan mencegah gigi berlubang atau sakit gusi.

#### 1. Frekuensi Menyikat Gigi

Menyikat gigi dua kali sehari, yaitu pagi dan sebelum tidur, sudah cukup untuk menjaga kebersihan gigi. Waktu terbaik untuk menyikat gigi adalah sebelum tidur karena saat kita tidur, produksi air liur berkurang dan bakteri lebih mudah berkembang biak. Meskipun begitu, menyikat gigi setelah makan besar juga sangat dianjurkan untuk menghilangkan sisa makanan yang bisa menyebabkan gigi berlubang.

## 2. Waktu menyikat gigi

Waktu yang dibutuhkan untuk menyikat gigi berbeda-beda untuk setiap orang. Ini tergantung pada seberapa banyak plak yang menempel di gigi, seberapa baik kita menyikat gigi, dan seberapa banyak air liur yang kita punya. Semakin lama kita menyikat gigi, semakin bersih gigi kita. Waktu yang ideal untuk menyikat gigi adalah antara 2-5 menit. ( Hermanto Vinda Laila Nurfarida ddk., 2021).

## 3. Teknik Menyikat Gigi

Cara kita menggosok gigi itu berpengaruh besar pada kebersihan gigi kita. Saat menggosok gigi, jangan terlalu kuat ya, karena bisa merusak gigi. Arahkan sikat gigi dari bagian belakang gigi paling ujung ke arah depan, lalu gosok semua permukaan gigi, termasuk bagian atasnya. Dengan cara ini, plak dan sisa makanan akan lebih mudah terangkat.

Kebiasaan menyikat gigi adalah tindakan yang kita lakukan berulang-ulang sampai menjadi otomatis. Sama seperti kita terbiasa bangun pagi atau makan nasi, kita juga bisa terbiasa menyikat gigi setiap hari. Dengan sering melakukannya, kita akan lebih mudah menjaga kesehatan gigi dan mulut.

### a. Teknik Vertikal

Cara menyikat gigi secara vertikal itu gampang. Tutup mulutmu, lalu gosok bagian luar gigi dengan gerakan ke atas dan ke bawah. Kalau mau gosok bagian dalam gigi, buka mulutmu sedikit lalu gosok dengan gerakan yang sama.

### b. Teknik Horizontal

Teknik menyikat gigi secara horizontal dilakukan dengan menggerakkan sikat gigi ke depan dan ke belakang. Untuk bagian luar dan dalam gigi, kamu bisa langsung gerakkan sikat giginya. Nah, kalau bagian atas gigi yang digunakan untuk mengunyah, kamu bisa gerakkan sikat gigi seperti lagi gosok sikat. Ulangi gerakan ini beberapa kali.

c. Teknik Roll

Teknik menyikat gigi ini sangat umum digunakan karena mudah dan efektif. Caranya, kamu posisikan ujung-ujung bulu sikat di dekat garis gusi, lalu gerakkan sikat gigi secara perlahan dari garis gusi menuju ujung gigi. Saat menggerakkan sikat gigi, pastikan bulu-bulu sikat mengenai seluruh permukaan gigi, termasuk bagian yang dekat dengan gusi. Ulangi gerakan ini beberapa kali di setiap gigi. Teknik ini selain membersihkan gigi, juga bermanfaat untuk memijat gusi dan membersihkan sisa makanan yang terjebak di sela-sela gigi

d. Teknik Bass

Teknik menyikat gigi ini sangat efektif untuk membersihkan plak dan sisa makanan yang menempel di sela-sela gigi serta memijat gusi. Posisikan ujung bulu sikat pada garis gusi dengan membentuk sudut 45 derajat. Kemudian, gerakkan sikat gigi dengan getaran kecil ke depan dan belakang. Ulangi gerakan ini selama kurang lebih 10-15 detik untuk setiap kelompok gigi yang terdiri dari 2-3 gigi. Untuk membersihkan bagian luar gigi, posisikan pegangan sikat gigi sejajar dengan gigi. Sedangkan untuk bagian dalam gigi, kamu bisa sedikit memiringkan pegangan sikat gigi.

e. Teknik Fones/Sirkuler

Teknik Fones itu cara menyikat gigi yang sering diajarkan ke anak-anak. Caranya, kamu letakkan sikat gigi tegak lurus pada gigi, lalu gerakkan sikat gigi secara melingkar. Dengan cara ini, gigi atas dan bawah bisa dibersihkan sekaligus. Teknik ini bagus untuk anak-anak usia 6-12 tahun.

f. Teknik Fisiologi

Teknik fisiologi itu mirip cara kita makan. Kita menggerakkan makanan dari gigi ke arah gusi, kan? Nah, menyikat gigi dengan teknik ini juga sama. Kamu gerakkan sikat gigi dari atas gigi ke bawah (atau sebaliknya), mengikuti arah makanan kita. Teknik ini bagus karena lembut dan mudah dilakukan.

4. Alat Dan Bahan Yang Diperlukan Untuk Menyikat Gigi

a. Sikat Gigi

Sikat gigi yang ideal harus memiliki gagang yang nyaman dan tidak licin. Ukuran kepala sikat juga penting, jangan terlalu besar agar bisa menjangkau semua bagian gigi. Untuk anak-anak, ukurannya lebih kecil. Bulu sikat harus lembut dan tidak terlalu keras agar bisa membersihkan gigi tanpa merusak gusi.

b. Pasta Gigi

(Listriana., 2017) Pasta gigi itu seperti sabun untuk gigi. Selain membersihkan, pasta gigi juga bisa membuat mulut kita segar. Pilih pasta gigi yang mengandung fluoride karena fluoride bisa membuat gigi kita

lebih kuat. Saat menyikat gigi, jangan terburu-buru. Sikat gigi selama minimal 2 menit agar semua permukaan gigi bersih dari sisa makanan dan bakteri penyebab gigi berlubang

### **C. Anak Usia Sekolah**

Anak usia 6-12 tahun sedang mengalami masa pertumbuhan yang sangat pesat. Kemampuan berpikir dan kecerdasan mereka berkembang dengan sangat cepat. Karena keluarga tidak selalu bisa menyediakan semua yang dibutuhkan anak untuk belajar, maka anak perlu lingkungan sosial yang lebih luas, seperti sekolah. Di sekolah, anak-anak bisa belajar berbagai hal dan mengembangkan potensi yang mereka miliki. (Famela Intan Puspita., 2019)

Anak-anak usia 13-14 tahun mulai berpikir lebih logis dan rasional. Mereka mulai lebih tertarik pada hal-hal yang nyata dan bisa dibuktikan. Minat mereka untuk memahami dunia pun semakin besar. Perubahan ini menunjukkan bahwa anak-anak sedang memasuki tahap perkembangan intelektual yang baru (Abdurrahman., 2019).

Anak-anak sekolah dasar memiliki rasa ingin tahu yang sangat besar. Mereka selalu ingin memahami mengapa sesuatu terjadi dan bagaimana sesuatu bekerja. Kemampuan mengingat mereka juga sedang berkembang pesat. Pada usia 8-12 tahun, anak-anak bisa menghafal banyak informasi dan menyimpannya dalam ingatan dengan sangat baik. Ini adalah masa di mana daya ingat mereka mencapai puncaknya.

(Famela Intan Puspita., 2019) teori strain dalam menampilkan 4 stadium perkembangan pengamatan fungsi anak, yaitu:



Pada usia 0-8 tahun, pemahaman anak tentang dunia masih sangat terbatas. Mereka belum bisa melihat hubungan antara berbagai hal secara jelas. Namun, seiring bertambahnya usia, minat anak terhadap lingkungan sosial semakin meningkat. Pada usia 8-9 tahun, mereka mulai mengamati dengan seksama perilaku orang dewasa dan mencoba menirunya. Selanjutnya, pada usia 9-10 tahun, anak-anak mulai mengembangkan kemampuan berpikir abstrak. Mereka mulai memahami konsep waktu dan ruang, serta mampu menganalisis hubungan sebab-akibat dari berbagai peristiwa.

#### **D. Bimbingan Orang Tua**

Kebiasaan menyikat gigi sejak dini sangat penting untuk menjaga kesehatan gigi anak. Jika anak tidak dibiasakan menyikat gigi, mereka akan lebih mudah terkena penyakit gigi. Sayangnya, di Indonesia, banyak sekali anak-anak yang mengalami masalah gigi. Padahal, masalah gigi bisa mengganggu kesehatan tubuh secara keseluruhan, termasuk pertumbuhan dan perkembangan anak. (Gopdianto Randy., ddk 2014).

Kesehatan gigi anak-anak usia dini sangat penting. Orang tua, dokter, dan perawat harus sama-sama memperhatikan kesehatan gigi anak-anak. sebab karies gigi masih merupakan masalah utama kesehatan mulut di berbagai negara. Perawatan gigi yang kurang baik atau tidak adekuat menyebabkan masalah yang paling umum dari seluruh masalah kesehatan gigi pada masa kanak-kanak. Penyakit gigi masih sering diabaikan oleh banyak orang tua, mereka menganggap kerusakan gigi merupakan hal yang biasa terjadi pada anak. Rendahnya motivasi orang tua menyebabkan kegiatan menggosok gigi

pada anak menjadi kurang maksimal. Kurangnya motivasi yang diberikan membuat anak tidak memperhatikan ketika orang tua memberikan perintah untuk gosok gigi.(Astarani kili ddk., 2023)

### E. Kerangka Konsep

