

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kebersihan Gigi dan Mulut

Kebersihan gigi dan mulut merupakan salah satu aspek penting dalam menjaga kesehatan tubuh secara keseluruhan. Upaya ini tidak hanya terbatas pada membersihkan gigi dari sisa makanan atau plak, tetapi juga mencakup pemeliharaan gusi, lidah, bibir, dan mukosa mulut agar tetap sehat. Dengan menjaga kebersihan gigi dan mulut, kita dapat mencegah terjadinya infeksi, bau mulut, serta berbagai penyakit yang berhubungan dengan rongga mulut. Selain itu, kebersihan mulut yang baik juga berperan dalam mempertahankan kelembapan jaringan mulut dan bibir, sehingga fungsi mulut dalam berbicara, mengunyah, dan menelan dapat berjalan dengan optimal. Oleh karena itu, menjaga kebersihan gigi dan mulut tidak hanya bermanfaat untuk kesehatan lokal, tetapi juga memberikan dampak positif terhadap kesehatan umum dan kualitas hidup seseorang. (Manurung, 2017)

1. Faktor-faktor Kebersihan Gigi dan Mulut

Faktor-faktor yang mempengaruhi kebersihan gigi dan mulut yaitu: Menyikat gigi, frekuensi menyikat gigi, cara menyikat gigi dan jenis makanan.

2. Cara Mengukur Kebersihan Gigi dan Mulut

Menjaga kesehatan gigi sangat penting, karena gigi merupakan bagian dari alat pengunyahan pada sistem pencernaan dalam tubuh manusia. Status kebersihan gigi dan mulut merupakan keadaan yang menggambarkan

kebersihan gigi dan mulut seseorang. Penilaiannya dengan menggunakan suatu indeks kebersihan gigi dan mulut atau Oral Hygiene Index Simplified (OHI-S) yang merupakan indeks gabungan antara debris indeks dengan kalkulus indeks. Untuk mengukur kebersihan gigi dan mulut, dapat diukur dengan menggunakan Oral Hygiene Index Simplified (OHI-S) dari Green dan Vermillion.(Sidabutar et al., 2022)

3. Kriteria Debris Indeks

Kontrol debris adalah pembersihan dan pengangkatan debris untuk mencegah terjadinya akumulasi debris pada permukaan gigi dan gingiva. Kontrol debris secara mekanis merupakan cara terbaik untuk menghilangkan debris seperti penggunaan sikat gigi, dental floss dan tusuk gigi. Selain itu, pembersihan debris secara mekanis disebut dengan oral fisioterapi. Oral fisioterapi adalah membersihkan gigi dan gingiva dari sisa makanan, material alba, debris, dan melakukan pemijatan gingiva.(Tuhuteru et al., 2014)

Tabel 2.1. Kriteria Debris Indeks

Kriteria	Nilai
Tidak ada debris atau stain	0
Debris lunak menutupi kurang dari 1/3 permukaan gigi	1
Debris lunak menutupi lebih dari 1/3 permukaan gigi, tetapi kurang dari 2/3 permukaan gigi	2
Debris lunak menutupi 2/3 permukaan gigi	3

$$\text{Debris Indeks} = \frac{\text{Jumlah nilai debris}}{\text{Jumlah gigi yang diperiksa}}$$

4. Kriteria Calculus Indeks

Calculus Index adalah suatu skor atau nilai yang digunakan untuk menilai adanya endapan keras pada permukaan gigi. Endapan ini terbentuk akibat pengendapan garam-garam anorganik, terutama kalsium karbonat dan kalsium fosfat. Selain itu, endapan juga bercampur dengan sisa makanan (debris), mikroorganisme, serta sel-sel epitel mulut yang terlepas.(Makassar, 2021)

Tabel 2.2. Kriteria Calculus Indeks

Kriteria	Nilai
Tidak ada calculus	0
Calculus supra gingival menutupi tidak lebih dari 1/3 permukaan servikal gigi yang diperiksa	1
Calculus supra gingival menutupi tidak lebih dari 1/3 tetapi kurang dari 2/3 permukaan yang diperiksa, atau ada bercak- bercak calculus sub gingival di sekeliling servikal gigi.	2
Calculus supra gingival menutupi lebih dari 2/3 permukaan atau ada calculus sub gingival di sekeliling servikal gigi.	3

$$\text{Kalkulus Indeks} = \frac{\text{Jumlah nilai Calculus}}{\text{Jumlah gigi yang diperiksa}}$$

5. Cara Melakukan Penilaian Debris Indeks dan Calculus Indeks

Kriteria penilaian Menurut Green dan Vermillion (Makassar, 2021)
kriteria penilaian Debris Index dan Calculus Index pada pemeriksaan

kesehatan gigi dan mulut sama, yaitu dengan mengikuti ketentuan sebagai berikut:

- a. Baik : Jika nilainya antara 0-0,6
- b. Sedang : Jika nilainya antara 0,7-1,8
- c. Buruk : Jika nilainya antara 1,9-3,0

Skor OHI-S adalah jumlah skor debris index dan skor calculus index sehingga pada perhitungan skor OHI-S didapat sebagai berikut:

- a. Baik : Jika nilainya antara 0-1,2
- b. Sedang : Jika nilainya antara 1,3-3,0
- c. Buruk : Jika nilainya antara 3,1-6,0

B. Kebiasaan Menyikat Gigi

1. Pengertian Kebiasaan

Kebiasaan merupakan suatu pekerjaan atau hal yang dapat dilakukan secara teratur dan berulang-ulang sehingga membentuk suatu kebiasaan. Kebiasaan juga merupakan cara bertindak yang diperoleh melalui belajar secara berulang-ulang, yang pada akhirnya menjadi menetap dan bersifat otomatis. (Azis & Sembiring, 2020)

2. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kebiasaan

Menurut (Ratu Balqis, 2021) setidaknya ada beberapa faktor yang mempengaruhi kebiasaan:

- a. Kondisi fisik

Kondisi fisik berpengaruh kuat terhadap proses penyesuaian diri seorang anak. Karena jika kondisi fisik anak tersebut tidak memiliki

fungsi yang sama dengan lainnya, maka anak tersebut akan merasa terkucilkan dan menutup diri sehingga anak tersebut akan mengalami hambatan dalam perkembangan perilaku adaptifnya.

b. Kepribadian

Unsur-unsur kepribadian yang penting pengaruhnya terhadap penyesuaian diri adalah Kemauan dan kemampuan untuk berubah, Pengaturan diri, Realisasi diri dan Intelegensi.

c. Pendidikan

Pendidikan baik yang berlangsung secara formal di madrasah atau di sekolah maupun yang berlangsung secara informal dilingkungan keluarga memiliki peranan penting dalam mengembangkan psikososial.

d. Lingkungan

Faktor lingkungan atau tempat tinggal (misalnya rumah) mempengaruhi kita dalam beraktivitas yang akhirnya membentuk suatu kebiasaan.

e. Agama serta budaya

Agama berkaitan erat dengan faktor budaya. Agama memberikan sumbangan nilai-nilai, keyakinan, praktik-praktik yang memberi makna sampai mendalam, tujuan, keseimbangan dan kestabilan dalam hidup individu. Faktor agama memiliki sumbangan yang berarti

terhadap perkembangan penyesuaian diri individu. Selain agama budaya juga merupakan faktor yang sangat berpengaruh terhadap kehidupan individu hal ini terlihat jika dilihat dari adanya karakteristik yang diwariskan kepada individu melalui berbagai media satu diantaranya lingkungan sekolah.

C. Menyikat Gigi

1. Pengertian Menyikat Gigi

Menyikat gigi adalah teknik dasar untuk melakukan pengontrolan dan pencegahan infeksi bakteri di mulut. Menyikat gigi adalah proses pembuangan kotoran dan bau mulut secara mekanis dari mulut dengan memakai pasta gigi dan odol dan dikumur dengan air bersih. Perilaku hidup bersih dan sehat yang sederhana seperti menggosok gigi merupakan salah satu meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pemeliharaan kesehatan pribadi dan pentingnya berperilaku hidup bersih dan sehat.(Putri & Suri, 2022)

2. Tujuan Menyikat Gigi

Menyikat gigi merupakan suatu prosedur yang menjadikan keharusan karena sikat gigi adalah alat untuk membersihkan gigi dari sisa makanan dan plak yang melekat pada permukaan gigi. Plak yang tidak terbersihkan akan bertambah tebal apabila terkalsifikasi akan menjadi karang gigi, pemeliharaan kesehatan gigi yang kurang tepat yang dapat mengakibatkan masalah bagi kesehatan gigi dan mulut.(Hikmah et al., 2020)

3. Frekuensi Menyikat Gigi

Teori mengenai frekuensi menyikat gigi menyebutkan bahwa frekuensi menyikat gigi yang ideal adalah 2-3 kali sehari dengan waktu setelah makan dan sebelum tidur malam. Menyikat berfokus pada teknik menggosok yang benar, frekuensi menggosok yang benar dan pola makan sehari-hari. (Napitulu, 2023)

4. Cara Menyikat Gigi

Sikat gigi anak yang baik adalah yang ukuran kepala sikat relatif kecil dengan bulu sikat yang lembut dan gagang yang ergonomis dan tidak licin. Tambahkan pasta gigi sedikit saja, lebih kurang sebesar biji jagung dan menyikat gigi selama dua menit. Dalam urutan menyikat gigi, terdapat lima Langkah dalam menyikat gigi yang baik. Langkah pertama diawali dengan menyikat bagian depan gigi dengan arah atas dan bawah. Langkah kedua yaitu menyikat gigi bagian samping kanan dan kiri dengan cara melingkar. Langkah ketiga yaitu menyikat gigi geraham atas dan bawah dari arah depan ke arah belakang. Langkah selanjutnya yaitu masih pada gigi geraham atas dan bawah namun dengan gerakan berbeda, yaitu gerakan menyikat dari dalam ke arah luar. Langkah terakhir dalam menggosok gigi adalah menyikat gigi bagian dalam dengan cara menyikat gigi dari arah pangkal gigi ke arah atas atau ujung gigi. (Mutmainnah et al., 2024)

5. Teknik Menyikat Gigi

Menyikat gigi dapat dilakukan dengan berbagai teknik antara lain teknik horizontal, vertikal, roll, Bass, Stillman. (Prasetyowati et al., 2018)

a. Teknik Horizontal

Menyikat gigi dengan teknik horizontal merupakan gerakan menyikat gigi ke depan ke belakang dari permukaan bukal dan lingual. Letak bulu sikat tegak lurus pada permukaan labial, bukal, palatinal, lingual, dan oklusal dikenal sebagai scrub brush. Caranya mudah dilakukan dan sesuai dengan bentuk anatomi permukaan kunyah. Abrasi yang disebabkan oleh penyikatan gigi dengan arah horizontal dan dengan penekanan berlebih adalah bentuk yang paling sering ditemukan.

b. Teknik Vertical

Arah gerakan menyikat gigi ke atas ke bawah dalam keadaan rahang atas dan bawah tertutup. Gerakan ini untuk permukaan gigi yang menghadap ke bukal/labial, sedangkan untuk permukaan gigi yang menghadap lingual/palatal, gerakan menyikat gigi ke atas ke bawah dalam keadaan mulut terbuka. Cara ini terdapat kekurangan yaitu bila menyikat gigi tidak benar dapat menimbulkan resesi gusi sehingga akar gigi terlihat.

c. Teknik Roll

Menyikat gigi dengan teknik roll merupakan gerakan sederhana, paling dianjurkan, efisien, dan menjangkau semua bagian mulut. Bulu sikat ditempatkan pada permukaan gusi, jauh dari permukaan oklusal. Ujung bulu sikat mengarah ke apex. Gerakan perlahan-lahan melalui permukaan gigi sehingga permukaan bagian belakang kepala sikat bergerak dalam lengkungan. Waktu bulu sikat melalui mahkota gigi, kedudukannya hampir tegak terhadap

permukaan email. Ulangi gerakan ini sampai tidak ada yang terlewat. Cara ini dapat menghasilkan pemijatan gusi dan membersihkan sisa makanan di daerah interproksimal. Menyikat gigi dengan roll teknik untuk membersihkan kuman yang menempel pada gigi. Teknik roll adalah menggerakkan sikat seperti berputar.

d. Teknik Bass

Teknik penyikatan ini ditujukan untuk membersihkan daerah lehergingival dan untuk ini, ujung sikat dipegang sedemikian rupa sehingga bulu sikat terletak 45° terhadap sumbu gigi geligi. Ujung bulu sikat mengarah ke leher gingival. Sikat kemudian ditekan ke arah gingiva dan digerakkan dengan gerakan memutar yang kecil sehingga bulu sikat masuk ke daerah leher gingival dan juga terdorong masuk diantara gigi geligi. Teknik ini dapat menimbulkan rasa sakit bila jaringan terinflamasi dan sensitive. Bila gingival dalam keadaan sehat, teknik bass merupakan metode penyikatan yang baik, terbukti teknik ini merupakan metode yang paling efektif untuk membersihkan plak.

e. Teknik Stillman

Teknik ini mengaplikasikan dengan menekan bulu sikat dari arah gusi ke gigi secara berulang-ulang. Setelah sampai di permukaan kunyah, bulu sikat digerakkan memutar. Bulu sikat diletakkan pada area batas gusi dan gigi sambil membentuk sudut 45° dengan sumbu tegak gigi seperti pada metode bass.

D. Penelitian Yang Relevan

Penelitian yang dilakukan oleh Ihsani, M. Bhakti Mirda Sarwo, Imam Hidayati, Sri(2023)(Ihsani et al., 2023) berjudul Gambaran Pengetahuan Cara Menyikat Gigi Yang Benar Pada Siswa SMP.

Jenis penelitian yang digunakan dalam karya tulis ini adalah deskriptif yaitu untuk mendeskripsikan atau menguraikan suatu kejadian di dalam masyarakat dengan pendekatan cross sectional yaitu pengamatan sesaat atau dalam periode tertentu dan setiap subjek studi hanya dilakukan satu kali pengamatan penelitian (Notoatmodjo, 2010). Sasaran penelitian ini yang diambil adalah siswa Kelas 7 SMP Ulul Albab Sepanjang Kecamatan Taman Kabupaten Sidoarjo, sebanyak 35 orang. Lokasi penelitian dilaksanakan di SMP Ulul Albab Sepanjang Kecamatan Taman Kabupaten Sidoarjo. Penelitian dilaksanakan dari bulan Desember 2022 sampai Februari 2023. Metode pengumpulan data menggunakan kuisioner. Data dilakukan secara deskriptif yaitu dengan melihat persentase data yang terkumpul dan disajikan dalam bentuk tabel frekuensi, persentase data yang diperoleh untuk tiap-tiap kategori dan disertai penjelasan.

Dengan hasil penelitiannya sebagai berikut:

1. Pengetahuan siswa kelas 7 SMP Ulul Albab Sepanjang Kecamatan Taman Kabupaten Sidoarjo Tentang Cara Menyikat Gigi

Berdasarkan hasil analisis data pengetahuan siswa kelas 7 SMP Ulul Albab Sepanjang Kecamatan Taman Kabupaten Sidoarjo tentang pengetahuan cara menyikat gigi termasuk dalam kategori kurang. Dikarenakan sebagian

besar siswa dalam menjawab cara menyikat gigi pada bagian depan, cara menyikat gigi bagian langit-langit dan cara menyikat gigi yang menghadap ke lidah masih belum memahami dan salah.

2. Pengetahuan siswa kelas 7 SMP Ulul Albab Sepanjang Kecamatan Taman Kabupaten Sidoarjo Tentang Waktu Yang Tepat Menyikat Gigi

Berdasarkan hasil analisis data pengetahuan siswa kelas 7 SMP Ulul Albab Sepanjang Kecamatan Taman Kabupaten Sidoarjo termasuk dalam kategori kurang. Hal ini bisa disebabkan pengetahuan siswa yang kurang tentang waktu yang tepat menyikat gigi bisa dipengaruhi oleh faktor internal yaitu faktor bawaan diri sendiri dan diperkuat dari pengetahuan siswa itu sendiri.

3. Pengetahuan siswa kelas 7 SMP Ulul Albab Sepanjang Kecamatan Taman Kabupaten Sidoarjo Tentang Pemilihan Sikat Gigi

Berdasarkan hasil analisis data pengetahuan siswa kelas 7 SMP Ulul Albab Sepanjang Kecamatan Taman Kabupaten Sidoarjo tentang pemilihan sikat gigi termasuk dalam kategori cukup. Karena sebagian responden menjawab dengan benar tentang pemilihan sikat gigi dengan presentase tinggi yaitu pada pertanyaan bagaimana cara menyimpan sikat gigi.

4. Pengetahuan siswa kelas 7 SMP Ulul Albab Sepanjang Kecamatan Taman Kabupaten Sidoarjo Tentang Penggunaan Pasta Gigi yang baik

Berdasarkan hasil analisis data pengetahuan siswa kelas 7 SMP Ulul Albab Sepanjang Kecamatan Taman Kabupaten Sidoarjo tentang penggunaan pasta gigi yang baik termasuk dalam kategori kurang. Karena sebagian besar responden dalam menjawab dengan benar tentang penggunaan pasta gigi yang baik dengan presentase tinggi yaitu pada pertanyaan apa fungsi dari pasta gigi.

E. Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana pengetahuan siswa-siswi kelas VII SMP 11 Negeri Kupang tentang kebiasaan menyikat gigi?
2. Bagaimana kebersihan gigi dan mulut siswa-siswi kelas VII SMP 11 Kupang?