

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Perilaku Pemeliharaan Kesehatan Gigi dan Mulut

a. Menyikat gigi

Menyikat gigi adalah cara paling efektif agar terhindar dari kuman dan bakteri, juga dapat menghilangkan plak dan kotoran lain dari permukaan gigi. Menyikat gigi dengan cara yang tepat, benar dan rutin adalah salah satu kunci untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut yang baik. Perilaku menyikat gigi ini harus di ajarkan sejak dini agar menjadi suatu kebiasaan baik dan sehat juga untuk mencegah berbagai penyakit gigi dan mulut. Menyikat gigi setelah makan, meskipun makanannya sehat merupakan hal yang sangat penting menurut (Astuti dkk, 2024).

Menyikat Gigi adalah prosedur untuk menjaga kebersihan gigi dan mulut seseorang agar terhindar dari penyakit gigi dan mulut. Menyikat gigi adalah membersihkan seluruh bagian gigi yang ada didalam mulut. Seluruh gigi harus dibersihkan dimulai dari permukaan luar gigi bagian rahang atas kanan sampai ke bagian rahang atas kiri, dilanjutkan dengan permukaan luar gigi bagian rahang bawah kiri sampai ke bagian rahang bawah kanan, permukaan pengunyahan rahang atas dan rahang bawah dan kiri ke kanan, dan yang terakhir membersihkan permukaan bagian dalam gigi rahang atas dan rahang bawah (Palgunadi, 2020).

Gigi merupakan satu kesatuan dengan anggota tubuh yang lain. Kerusakan pada gigi dapat mempengaruhi kesehatan anggota tubuh lainnya, sehingga akan menimbulkan rasa tidak nyaman dan mengganggu aktivitas sehari-hari. Salah satu faktor yang dapat merusak gigi adalah cara menggosok gigi yang kurang tepat. Selain dari cara menggosok gigi yang kurang tepat, hal yang menjadi faktor yang dapat merusak gigi adalah kebiasaan buruk seperti konsumsi makanan manis dan lengket. Upaya kesehatan gigi perlu ditinjau dari beberapa aspek, yaitu: lingkungan, pengetahuan, kesadaran masyarakat dan penanganan kesehatan gigi termasuk pencegahan dan perawatan (Raisah dkk, 2024).

Teknik menyikat gigi adalah hal penting dalam menyikat gigi untuk pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut, tetapi teknik menyikat gigi yang salah dalam menyikat gigi akan menyebabkan efek samping yang merugikan kesehatan gigi dan mulut, salah satunya resesi gingiva. Keberhasilan pemeliharaan kesehatan gigi yaitu melalui tindakan menyikat gigi yang tepat (Erwin dkk, 2021).

Menyikat gigi juga harus dipengaruhi oleh teknik menyikat gigi yang tepat, waktu menyikat gigi, serta pemilihan sikat gigi dan pasta gigi yang sesuai. Teknik menyikat gigi yang sering kali menyebabkan resesi gingiva adalah teknik menyikat gigi secara horizontal dan teknik menyikat gigi secara vertikal. Teknik horizontal, yaitu menyikat semua permukaan gigi disikat dengan gerakan ke kiri dan ke kanan. Cara tersebut cukup sederhana, tetapi tidak begitu baik untuk digunakan pada saat menyikat

gigi, karena dapat mengakibatkan resesi gingiva. Sedangkan Teknik vertikal, yaitu menyikat bagian depan gigi kedua rahang tertutup lalu gigi di sikat dengan gerakan ke atas dan ke bawah. Untuk permukaan gigi belakang, gerakan yang dilakukan sama tetapi mulut dalam keadaan terbuka (Tandigau & Khoman, 2023).

Setelah selesai menyikat gigi, untuk membersihkan mulut lakukan dengan berkumur-kumur menggunakan air bersih sehingga plak dan kotoran lainnya yang sudah lepas dapat dihilangkan. Untuk membersihkan bagian lidah dan langit-langit dapat dilakukan dengan gerakan maju mundur dan secara perlahan dan berulang-ulang (Raisah dkk, 2024).

Efektivitas dalam menyikat gigi selain dipengaruhi oleh teknik menyikat gigi, bentuk dari sikat gigi juga dapat mempengaruhi. Bentuk sikat gigi dapat dilihat dari empat bagian yaitu, tangkai sikat gigi, kepala sikat gigi, permukaan bulu sikat gigi, dan tingkat kekakuan bulu sikat gigi. Bagian dari sikat gigi tersebut dapat saling mendukung satu sama lainnya. Namun bagian terpenting dari sikat gigi ialah bulu sikat, karena bulu sikat merupakan bagian yang berkaitan langsung dengan permukaan gigi pada saat menyikat gigi (Putri dkk, 2024).

b. Tusuk gigi

Tusuk gigi pada umumnya sering digunakan untuk membersihkan sela-sela gigi. Tusuk gigi yang sering ditemukan di masyarakat setempat biasanya berbahan dasar kayu, bambu dan plastik, tusuk gigi yang tidak steril dapat menyebabkan infeksi pada rongga mulut seperti terjadinya

resesi gingiva, pendarahan pada gingiva, luka infeksi dan jika digunakan dalam jangka panjang bisa menyebabkan melebarnya celah gigi. Kebiasaan membersihkan sela-sela gigi menggunakan tusuk gigi akan menyebabkan terjadinya peradangan pada gingiva atau biasa disebut dengan gingivitis dan pendalaman sulkus gingiva.

Pembengkakan di sekitar gusi pada daerah gusi yang sering dibersihkan oleh tusuk gigi adalah perubahan struktur gingiva dan awal mula terjadinya resesi gingiva. Untuk itu, menggunakan benang gigi/ *dental floss* adalah cara yang paling dianjurkan untuk membersihkan sisa makanan pada sela-sela gigi dibandingkan dengan tusuk gigi, karena benang gigi/ *dental floss* memiliki desain yang lentur untuk masuk ke sela-sela gigi dan menjangkau sisa makanan yang tertinggal tanpa menimbulkan masalah pada gusi dan gigi (Asmawati & Rasak, 2019).

2. Resesi gingiva

Resesi gingiva adalah kondisi penurunan gusi lebih ke arah akar gigi, sehingga membuat permukaan akar gigi yang semula tertutup menjadi terbuka. Kondisi ini biasanya menyebabkan gigi cenderung lebih sensitif bila terkena rangsangan panas atau dingin dari minuman dan makanan yang sedang dikonsumsi. Permukaan akar yang terbuka rentan mengakibatkan penumpukan plak, karies pada bagian servikal juga mudahnya terjadi erosi dan abrasi pada sementum maupun dentin akibat lingkungan rongga mulut ataupun aktivitas menyikat gigi. Kondisi ini juga menimbulkan rasa sakit atau ngilu jika terkena rangsangan, terutama pada perubahan suhu. Resesi gingiva

dapat terletak di permukaan gigi labial, lingual, dan atau interproksimal gigi. Adanya resesi gingiva menyebabkan kerentanan terhadap penyakit periodontal (Erwin dkk, 2021).

Resesi gingiva merupakan masalah yang sering dijumpai pada setiap orang. Studi menunjukkan bahwa prevalensi resesi gingiva meningkat seiring bertambahnya usia. *Thrid National Health and Nutrion Examination Survey* di Amerika dalam menemukan bahwa prevalensi resesi gingiva terjadi seiring bertambahnya usia, sebesar 0,5% pada usia 18-24 tahun terjadi resesi gingiva parah dan terjadinya resesi gingiva meningkat menjadi 45% pada saat usia diatas 45 tahun (Stephani & Idamawati, 2019).

Faktor yang berkaitan dengan resesi gingiva ada 2 yaitu: faktor predisposisi dan presipitasi, gigi dengan gingiva tipis yang ditandai dengan kurangnya atau terbatasnya lebar jaringan berkeratin, lebar gingiva cekat, dan terbatasnya ketebalan gingiva, malposisi gigi, perlekatan frenulum tinggi, dan kondisi ketika luka yang telah dijahit atau ditutup terbuka kembali pada tulang bukal, dianggap sebagai faktor predisposisi yang mungkin terjadi pada resesi gingiva. Sedangkan faktor presipitasi meliputi kebiasaan atau kondisi seperti peradangan yang disebabkan oleh plak, penyakit periodontal, penyikatan gigi, penggunaan benang gigi yang tidak tepat, dan perawatan kawat gigi (Mascardo dkk, 2024).

Resesi gingiva tidak dapat kembali ke posisi normal secara alami. Perawatan resesi gingiva dapat dilakukan secara bedah maupun non bedah, pemilihan perawatan ini berkaitan dengan kondisi klinis pada area resesi

gingiva maupun kondisi seseorang yang mengalami resesi gingiva secara umum (Etriyani & Thahir, 2021).

Rasa ngilu akibat terbukanya permukaan akar gigi, resesi gingiva juga menjadi salah satu penyebab yang menimbulkan masalah estetika jika terjadi pada gigi depan karena gigi akan tampak memanjang. Jika dibiarkan dan tidak segera diobati hal tersebut akan terus berlanjut mengakibatkan penurunan kekuatan jaringan penyangga yang membuat gigi goyah bahkan lepas (Mundung dkk, 2023).

Klasifikasi resesi gingiva menurut Miller, terbagi menjadi 4 yaitu: Klasifikasi I: resesi gingiva tidak melebar ke arah mucogingival junction dan tidak disertai dengan kehilangan tulang pada daerah interdental, resesi gingiva tipe ini juga dapat sempit ataupun lebar. Klasifikasi II: resesi gingiva sudah melebar ke arah apikal junction, namun tidak disertai dengan kehilangan tulang dan jaringan lunak pada daerah interdental, resesi gingiva tipe ini juga dapat sempit ataupun lebar. Klasifikasi III: resesi gingiva sudah melebar ke arah mucogingival junction dan sudah disertai kehilangan tulang atau jaringan lunak interdental, bisa disertai malposisi gigi ataupun tidak. Klasifikasi IV: resesi gingiva sudah melebar ke arah mucogingival junction dan sudah disertai kehilangan tulang atau jaringan lunak interdental yang parah, bisa juga disertai malposisi gigi yang parah. Perawatan resesi gingiva terdapat 2 jenis yaitu perawatan secara bedah dan perawatan secara non bedah, keduanya memiliki fungsi yang sama yaitu untuk menghilangkan keluhan penderita resesi gingiva (Etriyani & Thahir, 2021).

3. Lanjut usia

Lanjut usia merupakan fase yang akan dialami oleh setiap manusia. Lanjut usia atau biasa disebut dengan lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas. Menurut *World Health Organization* (WHO), klasifikasi lansia adalah sebagai berikut: usia pertengahan (*middle age*): 45-59 tahun, lansia (*elderly*): 60-74 tahun, lansia tua (*old*): 75-90 tahun, usia sangat tua (*very old*): diatas 90 tahun.

Menurut Kementerian Kesehatan (Kemenkes), membagi lansia sebagai berikut: lansia pra-lanjut usia (pra-LU): 60-69 tahun, lansia lanjut usia (LU): 70-79 tahun, lansia lanjut usia akhir (LUA): 80 tahun keatas. Menua atau menjadi tua bukan merupakan suatu penyakit, tetapi menua merupakan proses yang mengakibatkan perubahan yang bertambah seiring berjalannya waktu, selain perubahan secara alami yang terjadi pada sistem tubuh orang yang sudah lanjut usia, terjadi juga peningkatan kerentanan terhadap penyakit kronis termasuk penyakit kesehatan gigi dan mulut yang akan berakibat pada sosial, ekonomi, dan psikologis yang mempengaruhi kualitas hidup pada orang yang sudah lanjut usia (Sari & Azizah, 2022).

Terjadinya permasalahan fungsi dan psikis pada lansia tersebut akan menjadi hambatan untuk melakukan aktivitas sehari-hari, maka dari itu lansia sangat membutuhkan orang lain untuk mendukung dan membantu melakukan aktivitas sehari-hari (Raudhoh & Pramudiani, 2021). Penuaan atau lanjut usia adalah proses kehidupan yang tidak bisa di hindari. Proses ini seringkali dianggap masa transisi yang di tandai dengan berbagai perubahan, tantangan,

dan adaptasi. Adapun karakteristik orang yang sudah lanjut usia adalah meningkatnya kerentanan terhadap berbagai penyakit, salah satunya adalah masalah kesehatan gigi. Kesehatan gigi sendiri adalah salah satu aspek yang penting yang harus dipertahankan untuk menjaga kualitas hidup yang baik pada masa lanjut usia (Rizki P, 2024).

Kesehatan gigi dan mulut merupakan hal penting dalam menjaga kualitas hidup lansia. Namun, lansia seringkali menghadapi tantangan dalam menjaga kebersihan gigi dan mulutnya, beberapa faktor yang mempengaruhi kesehatan lansia diantaranya adalah: faktor ekonomi, lansia dengan kondisi ekonomi yang rendah akan mempengaruhi kemampuannya untuk rutin memeriksa kesehatan karena terdapat kendala biaya, faktor keluarga, lansia yang hidup bersama keluarganya yang lebih muda akan diperhatikan kondisi kesehatannya dan akan lebih terjaga kondisi kesehatan dan psikologi lansia tersebut, faktor nutrisi, asupan nutrisi akan berpengaruh pada proses metabolisme lansia, faktor pengetahuan, lansia yang memiliki pengetahuan baik tentang kesehatan dan pentingnya menjaga kesehatan akan sangat berpengaruh terhadap upaya menjaga kesehatannya walaupun sudah lanjut usia (Siregar, 2023). Adapun faktor penurunan kesehatan gigi dan mulut pada lansia, diantaranya adalah penurunan kemampuan fisik, perubahan status kognitif, serta kurangnya pengetahuan dan keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan gigi dan mulut (Soumena dkk, 2024)

B. Landasan Teori

Pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut dengan cara menyikat gigi dengan teknik yang tepat dan benar merupakan salah satu pencegahan terhadap penyakit atau masalah kesehatan gigi dan mulut termasuk resesi gingiva, terutama pada lansia yang lebih rentan terhadap penyakit gigi dan mulut. Resesi gingiva seringkali ditemui pada lansia, yang terjadi karena berbagai faktor seperti bertambahnya usia dan kebiasaan buruk yang sudah terbentuk selama bertahun-tahun, salah satunya adalah kesalahan teknik dalam menyikat gigi, pemilihan sikat gigi, dan penggunaan tusuk gigi. Teknik menyikat gigi yang cenderung lebih sering menyebabkan resesi gingiva adalah teknik menyikat gigi secara horizontal dan teknik menyikat gigi secara vertikal. Oleh karena itu, pengetahuan tentang kesehatan gigi dan mulut sangat penting, terutama pengetahuan tentang teknik menyikat gigi, pemilihan sikat gigi dan penggunaan tusuk gigi, dengan memperhatikan teknik menyikat gigi yang tepat dan benar, pemilihan sikat gigi yang tepat, serta mengganti penggunaan tusuk gigi menjadi dental floss akan memperlambat bahkan mencegah proses terjadinya resesi gingiva pada lansia.

Kesehatan gigi dan mulut merupakan suatu masalah kesehatan yang harus di tangani secara komprehensif, karena masalah gigi mempunyai dampak sangat luas terhadap kesehatan fisik, mental, maupun sosial, maka dari itu setiap individu terutama pada masa lanjut usia wajib menjadikan masalah kesehatan gigi dan mulut sebagai prioritas utama agar tidak menjadi masalah untuk organ tubuh yang lainnya.

C. Pertanyaan Penelitian

Bagaimanakah gambaran perilaku pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut dengan terjadinya resesi gingiva pada lanjut usia di Dusun 8 Janten?