

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Kehamilan

Kehamilan merupakan suatu proses fisiologis yang membawa perubahan pada ibu dan lingkungannya. Saat hamil, seluruh sistem reproduksi wanita mengalami perubahan mendasar untuk menunjang tumbuh kembang janin di dalam rahim selama proses kehamilan. Kehamilan dibagi menjadi tiga trimester yaitu trimester pertama berlangsung selama 12 minggu, trimester kedua 13 sampai 27 minggu, dan trimester ketiga 28 sampai 40 minggu (Retni *et al.*, 2024).

Pada trimester pertama kehamilan, ibu hamil membutuhkan asupan tambahan zat besi meskipun dalam jumlah yang tidak terlalu besar, di mana peningkatan hormon progesteron dan estrogen dapat menyebabkan mual, muntah, serta memengaruhi kondisi emosional ibu. Memasuki trimester kedua, khususnya pada usia kehamilan 24 minggu, curah jantung dan tekanan darah terus meningkat, dan kebutuhan zat besi tetap tinggi, meskipun ibu umumnya sudah tidak lagi merasa lelah atau tidak nyaman seperti pada trimester pertama. Selanjutnya, pada trimester ketiga, terjadi peningkatan maksimal curah jantung sekitar 30-50%, dan kebutuhan zat besi mencapai puncaknya dalam 12 minggu terakhir sebelum kelahiran (Jumriana Ibriani *et al.*, 2024).

Beberapa ibu hamil mengeluhkan rasa asam dan rasa tidak enak pada mulutnya terutama pada awal masa kehamilan. Rasa asam pada mulut yang terjadi pada ibu hamil dapat terjadi karena mual dan muntah yang menyebabkan asam lambung naik hingga ke rongga mulut sehingga kadar asam di dalam mulut meningkat. Rasa mual menyebabkan ibu hamil malas untuk menyikat gigi karena menyikat gigi cenderung memicu rasa mual. Hal tersebut dapat menyebabkan *oral hygiene* ibu hamil memburuk dan mulut akan semakin terasa asam. Selain itu, untuk mencegah rasa mual dan muntah, ibu hamil akan sering mengonsumsi makanan/minuman manis (Habib *et al.*, 2019).

2. Saliva

Saliva adalah cairan kompleks yang dihasilkan oleh kelenjar saliva dan memainkan peran penting dalam menjaga keseimbangan ekosistem di dalam rongga mulut. Sebagian besar saliva, yaitu sekitar 93%, diproduksi oleh kelenjar saliva mayor seperti kelenjar parotid, submandibular, dan sublingual. Sementara itu, 7% sisanya dihasilkan oleh kelenjar saliva minor, termasuk kelenjar bukal, labial, palatinal, glossopalatinal, dan lingual. Saliva memiliki fungsi penting dalam mendukung kesehatan gigi dan mulut, terutama melalui perannya dalam sistem perlindungan. Perannya sebagai pelumas yang melapisi mukosa dan membantu melindungi jaringan mulut terhadap iritasi mekanis, termal dan zat kimia (Sawitri H & Maulina N, 2020).

3. Derajat Keasaman pH Saliva

Derajat keasaman pH saliva memegang peran penting dalam menjaga fungsi rongga mulut. Agar saliva dapat bekerja secara optimal, komposisi dan sifatnya harus tetap seimbang. Hal ini karena pH saliva berkaitan erat dengan berbagai aktivitas pengunyahan yang terjadi di dalam rongga mulut. Jika pH saliva menurun, dapat terjadi demineralisasi pada elemen gigi dengan cepat. Sebaliknya, peningkatan pH dapat memicu kolonisasi bakteri dan mempercepat pembentukan karang gigi (kalkulus).

Penurunan pH saliva pada ibu hamil dapat disebabkan berbagai faktor, antara lain peningkatan kadar hormon progesteron yang menyebabkan penurunan konsentrasi ion bikarbonat (HCO_3), peningkatan enzim amilase, mual dan muntah, serta seringnya ibu hamil mengonsumsi makanan manis atau asam (Habib *et al.*, 2019).

4. Kebiasaan Makan

Kebiasaan makan merujuk pada pola dan perilaku yang terkait dengan konsumsi makanan, termasuk tata cara makan, jenis makanan yang dikonsumsi, frekuensi dan porsi, keyakinan serta preferensi terhadap makanan (seperti pantangan atau kesukaan terhadap jenis makanan tertentu), pembagian makanan dalam keluarga, dan proses pemilihan bahan makanan. Kebiasaan makan seseorang dapat diamati melalui pola konsumsi makanan sehari-harinya (Hasanah *et al.*, 2013).

Pantangan makanan yang diadopsi selama kehamilan, baik yang bersifat medis maupun berdasarkan mitos, juga memengaruhi kecukupan

gizi. Penelitian Chairani dkk (2023) menunjukkan bahwa rendahnya konsumsi protein hewani berdampak pada penurunan pH saliva karena hilangnya peran asam amino arginin sebagai penyangga alami di rongga mulut. Makanan berkadar gula tinggi, seperti yang sering diidamkan ibu hamil, berkontribusi pada penurunan pH saliva akibat aktivitas bakteri kariogenik yang memfermentasi gula menjadi asam (Seralurin *et al.*, 2018)

B. Landasan Teori

Kehamilan adalah masa penting dalam kehidupan seorang wanita yang disertai perubahan fisiologis dan psikologis, termasuk perubahan hormon yang memengaruhi pola makan serta kesehatan tubuh secara menyeluruh, termasuk rongga mulut. Perubahan ini dapat menyebabkan peningkatan risiko gangguan mulut seperti mulut kering, gusi berdarah, hingga ketidakseimbangan pH saliva. pH saliva yang normal berkisar antara 6,8 hingga 7,0. Saliva yang bersifat asam akibat penurunan pH dapat meningkatkan risiko demineralisasi gigi, sedangkan pH yang terlalu basa dapat memicu pembentukan karang gigi.

Selama kehamilan, ibu hamil sering mengalami perubahan kebiasaan makan, seperti lebih sering mengonsumsi makanan manis dan asam. Hal ini biasanya dilakukan untuk mengurangi rasa mual atau memenuhi keinginan tertentu (ngidam). Sebaliknya, pola makan yang seimbang dengan asupan protein, sayur, dan buah yang cukup dapat membantu menjaga pH saliva tetap netral. Oleh karena itu, makanan yang dipilih oleh ibu hamil memiliki dampak langsung terhadap kondisi fisiologis mulut, termasuk kadar keasaman saliva

Dengan demikian, kebiasaan makan ibu hamil memiliki pengaruh terhadap pH saliva. Jika tidak dikontrol, kebiasaan makan yang tidak sehat dapat meningkatkan risiko kerusakan gigi dan masalah kesehatan mulut lainnya. Oleh karena itu, penting bagi ibu hamil untuk menjaga pola makan yang seimbang dan memperhatikan kesehatan mulut selama kehamilan.

C. Pertanyaan Penelitian

“Bagaimana gambaran kebiasaan makan ibu hamil dengan pH saliva di Posyandu Padukuhan Gonjen?”