

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Dasar Kebersihan Gigi

1. Definisi kebersihan gigi

Kebersihan gigi ialah keadaan gigi yang bersih di dalam rongga mulut yang bebas dari sisa makanan, plak, dan polutan lainnya pada permukaan gigi (Winarno, 2019).

Kebersihan gigi memberikan kontribusi terhadap kesehatan secara keseluruhan, upaya peningkatan kesehatan gigi akan membantu meningkatkan kualitas serta produktivitas SDM (Hasanuddin, 2018).

2. Dampak tidak memelihara kebersihan gigi

a. Karang gigi

Plak yang sudah mengapur menjadi karang gigi melekat kuat pada permukaan gigi di dalam mulut sehingga menyebabkan gigi menjadi kasar dan tebal. Plak dan sisa makanan menyebabkan karang gigi terbentuk seiring waktu akibat keberadaannya. Permukaan gigi kasar dan keras saat ada karang gigi, dan warnanya berkisar dari putih kekuningan hingga coklat kehitaman (Fiandara, 2022).

b. Karies Gigi

1) Pengertian karies gigi

Menurut definisi Yulandari (2022), Karies gigi ialah penyakit jaringan gigi yang menimbulkan kerusakan jaringan mulai dari permukaan gigi hingga pulpa. Karies bisa terjadi pada siapapun, berapapun usianya, dan mampu

mempengaruhi satu atau lebih permukaan gigi serta bagian terdalam gigi, seperti enamel dan dentin atau pulpa.

Karbohidrat seperti sukrosa dan glukosa, yang bisa diubah oleh bakteri menjadi asam, menyebabkan karies gigi, yaitu merusak jaringan keras gigi. Celah yang dalam pada gigi memudahkan sisa makanan menempel, mengakibatkan produksi asam yang cepat oleh bakteri dan kerusakan gigi (Suryaningtyas, Hiadayati, & Mahirawatie, 2022).

2) Faktor penyebab terjadinya karies gigi

Gusrani Pasaribu (2022) mengklaim bahwa proses karies gigi diawali dengan rusaknya jaringan enamel yang akhirnya menimbulkan gigi berlubang dan melunak. Para ahli telah melakukan berbagai penelitian untuk mendukung teori bahwa karies gigi ditimbulkan atas 4 faktor yang mempengaruhi.

Inang (host), agen (mikroflora), lingkungan (substrat), dan lingkungan merupakan empat faktor utama menurut Haryani (2015). Ketiga faktor tersebut bekerja sama menyebabkan karies gigi, yang didukung oleh faktor keempat yaitu waktu.

c. Kehilangan gigi

Menurut Triana, Kusuma, & Marjianto (2022), suatu kondisi yang dikenal sebagai kehilangan gigi ditandai dengan hilangnya satu atau lebih gigi akibat penyakit periodontal. Jaringan yang mendukung dan mengelilingi gigi disebut jaringan periodontal.

Gigi berlubang (karies) dan penyakit periodontal tergolong masalah kesehatan gigi yang diderita oleh lansia, menurut Luthfia, Syifa, Nurhasanah, & Yanti (2022). Secara umum, seiring bertambahnya usia, kedua gangguan ini

mampu menimbulkan kehilangan gigi pada orang tua. Saat mengunyah makanan di mulut, orang lanjut usia yang kehilangan gigi akan merasa kesulitan. Ini karena ketidaknyamanan yang ditimbulkannya saat makan dan rasa sakit yang ditimbulkannya saat mengunyah.

Menurut Mukti & Taadi (2019), celah diantara gigi yang hilang memudahkan sisa makanan untuk masuk ke gigi, mengganggu kebersihan gigi dan membuat plak lebih mudah terbentuk.

d. Penggunaan gigi tiruan

Menurut Mangundap, Wowor, & Mintjelungan (2019), fungsi pengunyahan akan dipengaruhi secara langsung oleh kehilangan gigi. Semakin banyak gigi yang hilang, semakin sakit rasanya. Gigi palsu dapat mengembalikan gangguan sistem pengunyahan yang disebabkan oleh kehilangan gigi. Sistem pengunyahan dipengaruhi secara signifikan oleh penggunaan gigi palsu ini, yang antara lain menggantikan fungsi gigi asli yang hilang.

3. Cara memelihara kebersihan gigi

Didapati berbagai upaya yang mampu diterapkan guna memelihara kebersihan gigi, sebagai berikut:

a. Menyikat gigi

1) Pengertian menyikat gigi

Menurut Yulandari (2022), mayoritas orang membersihkan berbagai macam kotoran yang menempel di gigi dan gusi dengan sikat gigi. Penting untuk menyikat gigi secara sistematis agar tidak ada bagian yang terlewat, padahal waktu menyikat yang dianjurkan umumnya 5 menit (minimal 2 menit).

2) Cara menyikat gigi

Menurut Yulandari (2022), prosedur menyikat gigi yang efektif sebagai berikut:

- a) Buatlah pasta gigi yang mengandung fluoride dan sikat gigi yang berbulu lembut. Salah satu zat yang mampu membantu menguatkan gigi adalah fluor.
- b) Cuci memakai air bersih sesaat belum menyikat gigi.
- c) Selama kurang lebih dua menit, gosok setiap permukaan gigi bolak-balik dengan gerakan pendek atau melingkar (setidaknya delapan kali untuk setiap permukaan).
- d) Perhatikan baik-baik daerah pertemuan gusi dan gigi.
- e) Ulangi untuk setiap gigi bagian dalam atas. Lakukan gerakan yang sama bagi setiap permukaan dalam dan luar gigi atas dan bawah.
- f) Bagi permukaan dalam gigi depan rahang bawah, miringkan sikat, lalu bersihkan gigi dengan gerakan secara efektif.
- g) Gunakan gerakan bolak-balik yang pendek dan lembut untuk membersihkan permukaan kunyah gigi atas dan bawah.
- h) Hindari menyikat gigi terlalu keras, terutama di garis gusi, karena dapat merusak enamel gigi dan menimbulkan rasa sakit.
- i) Setelah membersihkan gigi, bilas mulut Anda sekali agar kelebihan fluoride benar-benar menempel pada gigi.
- j) Sikat gigi dibersihkan menggunakan air dan disingkirkan dengan posisi kepala sikat menghadap ke atas.

3) Hal yang perlu diperhatikan saat menyikat gigi

- a) Waktu dan frekuensi menyikat gigi

Wahyuningsih (2021) menganjurkan menyikat gigi di pagi hari, idealnya sesaat telah sarapan, untuk menjaga kebersihan mulut hingga waktu makan siang. Selain itu, menyikat gigi di waktu malam sebelum tidur sangatlah utama dikarenakan air liur di lidah berkurang, yang berarti asam plak akan terkonsentrasi, meningkatkan potensinya untuk merusak gigi. Menyikat gigi setidaknya sehari 2 kali, sesudah makan, dan sebelum tidur di waktu malam dianjurkan (Yulandari, 2022).

b) Rutin mengganti sikat gigi

Sikat gigi perlu segera diganti jika bulunya sudah rusak atau sudah berumur lebih dari tiga bulan. Jika sikat gigi patah sebelum lewat tiga bulan, berarti Anda melakukan kesalahan saat menyikat gigi, seperti menyikat gigi terlalu keras (Wahyuningsih, 2021).

c) Jaga kebersihan sikat gigi

Kuman dan jamur dapat tumbuh subur di sikat gigi. Membilas sikat gigi memakai air mengalir hingga bersih sebaiknya dilakukan setelah selesai menyikat gigi setiap waktu. Setelah digunakan, sikat gigi harus dikeringkan dan disimpan dalam posisi tegak (Wahyuningsih, 2021).

d) Gunakan pasta gigi yang berfluoride

Memakai pasta gigi yang berfluoride, tidak hanya membantu Anda membersihkan gigi dengan lebih baik, tetapi juga membantu mencegah kerusakan, memutihkan gigi, merawat gusi, dan mengatasi sakit gigi (Wahyuningsih, 2021).

b. Kunjungan rutin ke dokter gigi

Gigi harus diperiksa dua kali setahun, atau setiap enam bulan sekali, untuk pemeriksaan rutin gigi dan gigi palsu, menurut Desta (2021). Alasan utama mengunjungi dokter ialah guna pencegahan penyakit layaknya kerusakan gigi, penyakit gusi, dan ancaman lain terhadap kesehatan gigi. Seperti dikemukakan Wahyuningsih (2021), ada beberapa hal yang harus diselesaikan oleh dokter gigi spesialis pada setiap kunjungan pemeriksaan gigi, sebagai berikut :

1) Pemeriksaan menyeluruh

Tujuannya adalah untuk menemukan, memelihara, dan menghindari masalah gigi yang sebelumnya tidak diketahui.

2) Pembersihan gigi

Pada tahap ini biasanya dokter gigi akan membersihkan karang gigi dengan tindakan *scaling*.

B. Konsep Dasar Lansia

1. Pengertian lanjut usia

Istilah “lansia” diterapkan pada BAB I pasal 1 ayat 2 Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lansia untuk menyebut setiap orang yang berusia di atas 60 tahun (Akbar, Nur, dan Humaerah, 2020).

Dengan penuaan, struktur dan fungsi sel, jaringan, dan sistem organ berubah. Menurunnya kesehatan fisik yang disebabkan oleh perubahan tersebut pada akhirnya meningkatkan kerentanan terhadap penyakit (Akbar, Nur & Humaerah, 2020)

2. Klasifikasi lanjut usia

Menurut WHO dalam Akbar Wibowo & Nurbaeti Zen (2017), lanjut usia diklasifikasikan menjadi empat tahap yaitu:

- a. Usia paruh baya didefinisikan sebagai tahun antara 45 dan 59.
- b. Lansia (lanjut usia) mengacu pada orang yang berusia 60 sampai 74 tahun.
- c. Istilah "usia tua" mengacu pada orang yang berusia 75 hingga 90 tahun.
- d. Usia lanjut (sangat tua) didefinisikan sebagai seseorang yang berusia di atas 90 tahun.

3. Karakteristik lanjut usia

Karakteristik lanjut usia menurut Putri (2019), yakni sebagai berikut:

- a. Jenis kelamin

Data Kementerian Kesehatan RI (2015) menampakan bahwasanya wanita lebih banyak daripada pria di kalangan lansia. Dengan kata lain, hal tersebut menampakan bahwasanya perempuan berharap hidup yang paling lama (Putri, 2019).

- b. Pekerjaan

Menurut konsep WHO tentang penuaan aktif, lanjut usia yang sehat dan berkualitas ialah seseorang yang menua dengan cara mempertahankan kesehatan fisik, sosial, dan mentalnya sehingga mereka mampu terus berkembang sepanjang hidupnya dan menunjang peningkatan standar hidup secara umum.

Sumber data utama lansia meliputi tabungan, keluarga, atau jaminan sosial, menurut data Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI (2016), pekerjaan/usaha, dan pensiun, masing-masing sebesar 46,7%, 8,5%, dan 93,8%, masing-masing (Putri, 2019).

c. Tingkat Pendidikan

Penelitian Putri (2019) mengungkapkan bahwa mayoritas lansia bekerja sebagai tenaga terlatih dan sangat sedikit sebagai profesional. Diharapkan pendidikan akan semakin meningkat dengan kemajuan saat ini,