

**Metode Menyikat Gigi dan Resesi Gingiva
Pada Kelompok Ibu Posyandu Garuda Bekasi Utara**

Emini¹,^{*}Erwin¹, Silvia Juni Tari¹

¹Jurusan Kesehatan Gigi, Poltekkes Kemenkes Jakarta I,
Email Penulis Korespondensi (^{*}): erwin7tgm@gmail.com
(085292487287)

ABSTRAK

Penggunaan sikat gigi sangat penting dalam menunjang kesehatan gigi dan mulut, namun di sisi lain penggunaan sikat gigi dapat menyebabkan resesi gingival. Resesi gingiva ditandai dengan terjadinya penurunan margin gingiva sehingga menyebabkan tereksposnya bagian akar gigi, resesi gingiva akan meningkatkan kerentanan terhadap penyakit periodontal Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran metode menyikat gigi terhadap resesi gingiva pada kelompok ibu Posyandu Garuda Bekasi Utara. Jenis Penelitian ini adalah deskriptif. Penelitian ini menggunakan 30 sampel ibu-ibu anggota Posyandu Garuda Bekasi Utara yang diambil dengan teknik total sampling. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah memberikan angket kuisisioner dan pemeriksaan. Hasil penelitian diketahui mayoritas metode menyikat gigi ibu adalah vertikal yaitu 15 orang (50%), dan mayoritas pada kelompok ibu ditemukan adanya kasus resesi gingiva yaitu 24 orang (80%).

Kata kunci: Metode menyikat gigi; resesi; gingiva

***Dental Brushing Method And Gingiva Recession
In The Group Of Mother Posyandu Garuda, North Bekasi***

ABSTRACT

The use of a toothbrush is very important in supporting oral health, but on the other hand, using a toothbrush can cause gingival recession. Gingival recession is characterized by a decrease in the gingival margin causing exposure of the root of the tooth, the gingival recession will increase susceptibility to periodontal disease. This study aimed to determine the description of the method of brushing teeth against gingival recession in the group of Posyandu Garuda Bekasi Utara women. This type of research is descriptive. This study used 30 samples of women members of Posyandu Garuda Bekasi Utara who were taken by total sampling technique. The instrument used in this study was to provide a questionnaire and examination. The results showed that the majority of the method of brushing mother's teeth was vertical, namely 15 people (50%), and the majority of the mother's group found cases of gingival recession, namely 24 people (80%).

Key words: Method of brushing; recession; gingiva

PENDAHULUAN

Kesehatan gigi dan mulut adalah bagian yang sangat penting dari kesehatan secara keseluruhan, kesehatan gigi dan mulut di Indonesia perlu diperhatikan karena penyakit gigi dan mulut merupakan penyakit tertinggi yang dikeluhkan masyarakat. Kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kesehatan

umum. Terganggunya kesehatan gigi dan mulut akibat kebersihan gigi dan mulut yang kurang terpelihara dapat mengganggu fungsi bicara, pengunyahan, rasa percaya diri individu serta kesehatan secara umum sehingga dapat memengaruhi kualitas hidup (Pontonuwu, dkk, 2013)

Menurut Dewi (2012) Kebersihan gigi dan

mulut adalah kondisi terbebasnya gigi geligi dalam rongga mulut dari deposit plak dan kotoran lain yang berada pada permukaan gigi termasuk debris, karang gigi dan sisa makanan dan terbebas dari gejala bau mulut. Keadaan kebersihan mulut yang buruk akan mengakibatkan masalah-masalah pada gusi dan jaringan periodontal. Penyakit periodontal merupakan salah satu penyakit yang sering terjadi pada penduduk Indonesia. Hal ini dapat dilihat dari data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) menunjukkan bahwa 57,6% penduduk Indonesia mengalami masalah kesehatan gigi dan mulut di antaranya karies dan penyakit periodontal. Data ini menunjukkan bahwa gangguan atau penyakit pada jaringan penyangga atau jaringan periodontal adalah salah satu masalah utama bagi kesehatan gigi dan mulut masyarakat. Rongga mulut yang bersih mendukung kesehatan gigi dan mulut secara menyeluruh, termasuk jaringan periodontal (Christiany, Wowor, & Mintjelaskan, 2015).

Metode dalam menyikat gigi adalah salah satu aktivitas yang penting dalam pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut, tetapi harus dipahami metode yang salah dalam menggunakan sikat gigi justru akan menyebabkan efek samping yang merugikan kesehatan rongga mulut. Menyikat gigi adalah bentuk aktivitas membuang kotoran yang menempel pada gigi dengan cara mekanis. Perkembangan sikat gigi dimasa sekarang telah banyak ditemui berbagai desain, bentuk, ukuran, dan tekstur termasuk berbagai tipe kekerasan bulu sikat gigi. Variasi desain sikat gigi yang beragam dikarenakan penyesuaian dengan variasi waktu menyikat gigi, bentuk, tekanan, dan keadaan gigi setiap individu (Haryanti dkk., 2014).

Keberhasilan pemeliharaan kebersihan gigi lewat tindakan menyikat gigi dipengaruhi oleh teknik atau cara menyikat gigi yang tepat. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) mencatat penduduk Indonesia dengan proporsi perilaku menyikat gigi dengan benar hanya sebesar 2,8%. Aktivitas menyikat gigi yang salah dapat berpotensi menyebabkan resesi gingival.

Menurut Kassab MM, (2003) Resesi

gingiva ditandai dengan tereksposnya bagian akar gigi karena terjadi penurunan margin gingiva dari CEJ (*Cemento Enamel Junction*) ke arah apikal. Resesi menandakan kehilangan perlekatan. Secara klinis terlihat variasi proporsi gigi yang lebih panjang bila dibandingkan dengan gigi yang berdekatan (Pradeep K, dkk, 2012). Adanya resesi gingiva akan meningkatkan kerentanan terhadap penyakit periodontal. Resesi gingiva dapat bersifat lokal pada satu gigi, beberapa gigi, atau umum pada seluruh gigi (Caranza, F.A., dkk, 2012).

Akibat burukkasus resesi gingiva dapat menyebabkan keluhan gigi yang ngilu karena akar gigi yang sensitive akan terbuka, resiko erosi pada sementum, *radiks carries*, dan masalah estetik. Secara estetik gigi akan tampak kurang baik karena cenderung memberikan kesan visual gigi seakan lebih panjang. Resiko lanjutan dari akar gigi yang terbuka karena tidak terlindungi oleh gusi adalah terjadinya penumpukan plak, serta gigi menjadi sensitive karena rentan terhadap paparan rangsangan suhu dan jenis makanan tertentu (Koerniadi, F.H., Masulili S. L, 2008)

Berdasarkan latar belakang di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian berjudul "Metode Menyikat Gigi dan Resesi Gingiva Pada Ibu-Ibu Posyandu Garuda". Penelitian dilakukan dikarenakan belum pernah dilakukan penelitian dengan topik tersebut pada Ibu-Ibu di lingkungan tersebut.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian ini dilakukan di Posyandu Garuda Bekasi Utara pada bulan April 2020. Populasi pada penelitian Ibu-Ibu yang merupakan pasien yang berobat di Posyandu Garuda Bekasi Utara, dilakukan pengambilan sampel dengan total sampling sehingga besar sampel penelitian ini sebanyak 30 orang. Modifikasi metode pengumpulan data peneliti lakukan sebagai bentuk penerapan protokol kesehatan pencegahan covid-19, melalui bantuan petugas puskesmas penanggung jawab posyandu peneliti diarahkan

pada sampel yang sesuai kriteria, variabel metode menyikat gigi dilakukan pengambilan data dengan cara memberikan angket kuisioner secara online, kemudian variabel *resesi gingiva* dilakukan dengan langkah pertama yaitu melakukan pemeriksaan subjektif yaitu anamnesis untuk mendapatkan informasi kemungkinan keluhan yang telah timbul karena kasus, pemeriksaan dilanjutkan secara objektif dengan bantuan *video conference online* & konfirmasi foto dari sampel, sampel sebelumnya telah diarahkan melakukan deteksi

tanda resesi gingiva secara mandiri yang ajarkan oleh peneliti dalam pendampingan dengan media *online* kepada sampel, kategori resesi gingiva digunakan adalah ada resesi gingival yaitu bila sampel merasakan gejala subjektif akibat resesi gingival dan diperkuat konfirmasi melalui online oleh peneliti dengan dan tidak ada resesi gingival yaitu bila sampel tidak merasakan gejala subjektif akibat resesi gingival. Data dianalisis secara deskriptif menggunakan analisis distribusi frekwensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Hasil penelitian disajikan sebagai berikut

Tabel 1. Distribusi metode menyikat gigi pada sampel

No	Metode menyikat Gigi	N	%
1	Horizontal	12	40
2	Vertikal	15	50
3	Roll-kombinasi	3	10
Jumlah		30	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan mayoritas sampel melakukan aktivitas menyikat gigi dengan metode vertikal yaitu sebanyak 15 orang (50%)

Tabel 2. Distribusi kasus resesi gingiva pada sampel

No	Resesi gingiva	N	%
1	Ada	24	80
2	Tidak ada	6	20
Jumlah		30	100

Berdasarkan tabel 2 diketahui mayoritas sampel ditemukan adanya kasus resesi gingival pada rongga mulutnya yaitu berjumlah 24 orang (80%).

Tabel 3. Distribusi metode menyikat gigi terhadap resesi gingiva

Metode menyikat gigi	Resesi gingiva				Jumlah	
	Ada		Tidak ada		N	%
	n	%	n	%		
Horizontal	10	83,3	2	16,7	12	100
Vertikal	11	73,3	4	26,7	15	100
Roll-kombinasi	3	100	0	0	3	100

Berdasarkan tabel 3 diketahui dari 12 ibu dengan metode menyikat gigi horizontal paling banyak ditemui adanya kasus resesi gingival yaitu 10 orang (83,3%), kemudian dari 15 ibu dengan metode menyikat gigi vertikal paling banyak ditemui

PEMBAHASAN

Teknik menyikat gigi adalah aktivitas membuang deposit kotoran lunak pada permukaan gigi dan gusi, menyikat gigi merupakan upaya kesehatan preventif yang bertujuan menjaga kesehatan gigi dan rongga mulut (Srigupta, 2004). Beberapa metode menyikat gigi yang telah diperkenalkan adalah metode horizontal, vertikal, *roll*, *vibratory*, *fone's* atau sirkuler, termaksud metode kombinasi,

Hasil penelitian pada tabel 1 diketahui bahwa dari 30 Ibu yang menyikat gigi dengan metode horizontal diperoleh sebanyak 12 (40%) orang, yang menyikat gigi dengan metode vertikal diperoleh sebanyak 15 (50%) orang, sedangkan yang menyikat gigi dengan metode roll-kombinasi diperoleh sebanyak 3 (10%) orang. Gambaran hasil menunjukkan umumnya perilaku sampel belum sepenuhnya ideal menerapkan metode menyikat gigi yang tepat karena lebih dominan menggunakan metode vertical & horizontal. Metode menyikat gigi yang ideal adalah dengan kombinasi karena menggunakan gerakan vertical, horizontal dan roll untuk masing-masing permukaan gigi yang sesuai.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Saraswati (2019), yang menunjukkan perilaku menyikat gigi ibu-ibu PKK RT 02 RW 01 desa Kebonharjo, Klaten pada kategori sedang yaitu sebesar 60%, salah satu indikator perilaku tersebut adalah metode menyikat gigi.

Hasil penelitian pada tabel 2 diketahui bahwa dari 30 Ibu yang telah dilakukan penelitian, diperoleh sejumlah 24 orangibu (80%) yang memiliki resesi gingiva dan 6orang ibu (20%) yang tidak memiliki resesi gingiva. Hasil tersebut menunjukkan tingginya kejadian kasus resesi gusi pada kelompok ibu tersebut, Kasus resesi gingival semakin sering

adanya kasus resesi gingival yaitu 11 orang (73,3%), dan pada 3 ibu dengan metode menyikat gigi roll-kombinasi seluruhnya ditemui kasus resesi gingival(100%).

ditemukan pada kelompok dewasa dan menjadi berat pada usia tua, kelompok sampel merupakan ibu posyandu yang berada pada rentang usia perempuan dewasa. Sejalan pendapat Chernoff (2014) yang menyatakan pada usia lanjut jaringan gingiva akan terjadi penurunan, kemudian permukaan gigi dan akar akan terbuka. sehingga salah satu faktor yang berhubungan dengan progres resesi gingiva adalah usia.

Kasus resesi gingiva umumnya sering ditemukan pada kelompok usia dewasa, Seiring pertambahan usai maka kecenderungan prevalensinya temuan kasusnya akan meningkat, meskipun beberapa laporan studi juga menunjukkan adanya perbedaan yang cukup besar pada berbagai populasi studi sampel usia dewasa yang berbeda, perbedaan tersebut berkaitan dengan keadaan prevalensi, luas, dan tingkat keparahan resesi gingiva(Humagain M, 2013; Asmara, 2014).

Hasil penelitian pada tabel 3 diketahui dari 12 ibu dengan metode menyikat gigi horizontal paling banyak ditemui adanya kasus resesi gingival yaitu 10 orang (83,3%), kemudian dari 15 ibu dengan metode menyikat gigi vertikal paling banyak ditemui adanya kasus resesi gingival yaitu 11 orang (73,3%), dan pada 3 ibu dengan metode menyikat gigi roll-kombinasi seluruhnya ditemui kasus resesi gingival (100%).

Analisis secara deskriptif menunjukkan potensi setiap metode menyikat gigi baik dengan satu gerakan tunggal (horizontal/vertical) maupun kombinasi akan dapat menyebabkan resesi gingival.

Beberapa hasil penelitian terdahulu menunjukkan keterkaitan teknik menyikat gigi dengan kejadian resesi gingival, yaitu penelitian Stephanie (2019) menunjukkan kasus resesi gingiva dijumpai pada sampel dengan metode menyikat gigi

vertikal lebih tinggi dibandingkan dengan metode menyikat gigi horizontal. Kemudian hasil penelitian Rizkika dkk (2019) juga menyatakan terdapat hubungan teknik menyikat gigi dengan keparahan resesi gingiva dimana teknik menyikat gigi yang salah akan menyebabkan cedera pada jaringan lunak yang menyebabkan resesi gingiva.

Metode vertikal yang digunakan saat menyikat pada permukaan gigi depan yang menghadap bibir, dilakukan dengan terlebih dahulu melakukan *oklusi* sehingga gigi atas dan bawah bertemu, dalam keadaan rahang tertutup gigi disikat dengan gerakan ke atas dan ke bawah. Metode vertikal juga dapat dilakukan pada untuk permukaan gigi belakang yang menghadap pipi, gerakan yang dilakukan sama tetapi rahang mulut dalam keadaan terbuka. Sedangkan pada metode horizontal untuk seluruh permukaan gigi dilakukan dengan gerakan menyikat dengan arah ke kiri dan ke kanan. Kedua metode tersebut cukup sederhana dan mudah dilakukan, tetapi mempunyai resiko yang dapat mengakibatkan terjadinya kasus resesi gingiva dan permukaan gigi dapat menjadi abrasi (Maulani, 2005)

Metode menyikat gigi dengan kombinasi adalah metode yang direkomendasikan karena penggunaannya dapat fleksibel diterapkan pada setiap bidang permukaan gigi yang berbeda-beda, tetapi jika penggunaannya tidak diikuti indikator lain perilaku menyikat yang tepat maka potensi kasus resesi gusi secara patologis dapat saja terjadi. Ketepatan aplikasi metode menyikat gigi perlu diteliti lebih mendalam untuk mendapatkan keterkaitan yang lebih baik, karena faktor perilaku yang salah dalam menyikat lain seperti kekerasan bulu sikat, tekanan dan durasi menyikat yang berlebihan juga dapat menyebabkan trauma gusi sehingga dapat menyebabkan resesi gingival. Menurut Ulfah & Augustina (2010) Kasus resesi gingiva dapat terjadi akibat faktor fisiologis maupun patologis. Faktor fisiologis umumnya terjadi karena bertambahnya umur penderita. Sedangkan faktor patologis, salah satunya karena kesalahan penggunaan metode dalam proses menyikat gigi. Memperkuat pendapat

Houwink (1993) yang menyatakan bahwa kekeliruan pada teknik menyikat gigi yang sering ditemui diantaranya memberikan tekanan yang terlalu kuat, gerakan agresif pada waktu menyikat gigi, waktu yang terlalu lama dalam menyikat gigi, frekwensi yang terlalu sering menyikat gigi, keadaan bulu sikat gigi yang keras, dan pasta gigi yang abrasif, akan mengakibatkan terjadinya keausan pada enamel gigi, dentin, dan mengakibatkan terksposnya permukaan akar gigi. Sehingga dengan demikian, ada kontribusi metode menyikat gigi yang keliru pada kejadian kasus resesi gingiva.

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa metode menyikat gigi pada kelompok ibu posyandu Garuda Bekasi Utara umumnya adalah dengan metode vertikal dan ditemukan mayoritas adanya kasus resesi gingival pada kelompok ibu posyandu Garuda Bekasi.

SARAN

Berdasarkan kesimpulannya maka disarankan untuk melakukan koreksi perilaku menyikat gigi dengan metode yang tepat yaitu metode kombinasi pada permukaan gigi sesuai karakteristiknya masing-masing, kemudian disarankan juga kelompok ibu untuk menerapkan perilaku pemeliharaan kesehatan gigi secara tepat karena potensi timbulnya resesi gingival yang tinggi pada usia dewasa sampai lanjut usia sehingga tidak memperberat kasus tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Asmara, A. . (2014). *Perbedaan Tingkat Keparahan Resesi Gingiva Masyarakat Dataran Tinggi dan Masyarakat Pesisir Pantai Tahun 2014, Skripsi*. Makassar: Universitas Hasanuddin.
- Caranza, F.A., Newman, M.G., Takei, H.H., Klokkevold, P. . (2012). *Carranza's Clinical Periodontology, 11th ed*. China: Saunders Elsevier.
- Chernoff, R. (2014). *Geriatric Nutrition : The Health*

- Professional's Handbook, 4th Ed.* USA: Jones and Bartlett Learning.
- Christiany, J., Wowor, V. N. S., & Mintjelungan, C. N. (2015). *Terjadinya Resesi Gingiva*. 3.
- Dewi, A. (2012). *Preventive Rawat Gigi*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Haryanti D.D., Adhani R., Aspriyanto D., D. I. . (2014). Efektivitas Menyikat Gigi Metode Horizontal, Vertical, Dan Roll Terhadap Penurunan Plak Pada Anak Usia 9 11 Tahun. *Dentino (Jurnal Kedokteran Gigi)*, 2((2)), 151–154.
- Houwink, B. (1993). *Ilmu Kedokteran Gigi Pencegahan. Alih Bahasa: Sutatmi. Suryo dari "Preventieve Tandheelkunde."* Yogyakarta: UGM Press.
- Humagain M, K. D. (2013). The evaluation of prevalence, extension and severity of gingival recession among rural nepalese adults. *Orthodont J Nepal*, 3((1)), 41.
- Kassab MM, C. R. (2003). The etiology and prevalence of gingival recession. *J Am Dent Assoc*, 134:220-5.
- Koerniadi, F.H., Masulili S. L, C. (2008). Penutupan Permukaan Akar Gigi Karena Resesi Gingiva dengan Graf Jaringan Penghubung Supepitel dan Flap Posisi Koronal. *Maj Ked Gi*, 15((2)), 134–140.
- Maulani, Enterprise, J. (2005). *Kiat Merawat Gigi Anak*. Jakarta: Gramedia.
- Pontonuwu, J. Mariati, N. dan Wicaksono, D. (2013). Gambaran Status Karies Anak Sekolah Dasar di Kelurahan Kinolow I Kecamatan Tomohon Utara. *Jurnal E-Gigi*.
- Pradeep K, Rajababu P, Satyanarayana D, S. V. (2012). Gingival recession: review and strategies in treatment of recession. In *Case Reports in Dentistry* (pp. 1–2).
- RISKESDAS. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar. *Kemertrian Kesehatan Republik Indonesia*. <https://doi.org/1> Desember 2013
- Rizkika, Lilies, Mintjelungan, Christy N, Khoman, J. (2019). Hubungan Teknik Menyikat Gigi dengan Keparahan Resesi Gingiva pada Masyarakat Pesisir Pantai di Kawasan Megamas Kota Manado. *Jurnal E-Gigi (EG)*, 7((2)), 65–70.
- Saraswati, Y. (2019). *Gambaran Perilaku Menyikat Gigi Terhadap Terjadinya Resesi Gingiva Pada Ibu-Ibu Pkk Rt 02 Rw 01 Desa. Skripsi Kebonharjo, Klaten*. Yogyakarta: Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Srigupta, A. (2004). *Panduan Singkat Perawatan Gigi dan Mulut*. Jakarta: Prestasi Pustaka.
- Stephanie, I. (2019). Hubungan resesi gingiva dengan metode menyikat gigi horizontal dan vertikal pada lansia di panti jompo karya kasih medan. *PRIMA JODS (Prima Journal Of Oral and Dental Sciences)*, 2(7).
- Ulfah, N., & Augustina, E. F. (2010). Perawatan resesi gingiva dengan bedah dan non-bedah. *Dentofasial*,9((1)), 29–34.