

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Sikat gigi

1. Pengertian sikat gigi

Sikat gigi adalah salah satu alat oral *physiotherapy* yg digunakan secara luas untuk membersihkan gigi dan mulut, di pasaran dapat di temukan beberapa macam sikat gigi baik manual maupun elektrik dengan berbagai ukuran dan bentuk (Putri dkk 2010). Sikat gigi adalah alat oral *physiotherapy* yang digunakan untuk membantu membersihkan gigi dan mulut dari sisa sisa makanan dan debris yang bertujuan untuk mencegah terjadinya penyakit pada jaringan keras maupun lunak. Jenis jenis sikat gigi baik manual maupun elektrik dengan berbagai macam bahan, tekstur, panjang dan kepadatan (sahifdam 2013).

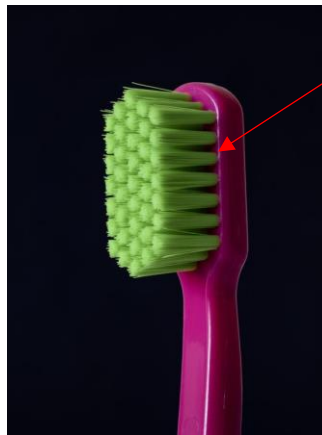
2. Syarat sikat gigi

Syarat sikat gigi memenuhi syarat kesehatan sebagai berikut :



Gambar 2.1 Kepala sikat gigi

- a. Pilihlah kepala sikat gigi yang kepalanya cukup kecil sehingga dapat digunakan dengan baik dalam rongga mulut. Bagi orang dewasa panjang kepala sikat gigi 2,5 cm, sedangkan pada anak 1,5 cm (Kusumawardani,2011).
- b. Kepala sikat jangan terlalu besar, untuk orang dewasa maksimal 25-29 mmx 10 mm untuk anak balita 19 mmx 7 mm (Putri dkk, 2018)
- c. Kepala sikat gigi yang berukuran kecil lebih bagus, karena bisa menjangkau seluruh bagian gigi dengan baik termasuk yang paling sulit dijangkau yaitu gigi paling belakang (Ramadhan,2010)



Gambar 2.2 Kepala Sikat Gigi

- d. Pastikan kepala sikat gigi memiliki ujung yang membulat. Sikat gigi dengan ujung yang mengotak cenderung menyakiti jaringan lunak mulut di bagian belakang atau dalam saat menyikat gigi beberapa orang (Erwana,2015)



Gambar 2.3 Tangkai sikat gigi

- a. Tangkai sikat harus enak dipegang dan stabil pegangan sikat harus cukup lebar dan cukup tebal, (Putri dkk,2018)



Gambar 2.4 Gagang sikat

- b. Gagang sikat harus lurus supaya memudahkan mengontrol gerakan penyikatan (Erwana,2013)



Gambar 2.5 Pilihlah gagang sikat yang tidak licin

- c. Pilihlah gagang sikat yang tidak licin agar sikat gigi tetap bisa digunakan dengan baik walaupun dalam keadaan basah (Ramhadan,2010)



Gambar 2.6 Bulu sikat gigi

- a. Bulu sikat gigi dipilih yang lembut agar tidak melukai gusi dan masuk ke sela-sela gigi (Erwana,2013)



Gambar 2.7 Panjang bulu sikat gigi

- b. Panjang bulu sikat gigi hendaknya sama. Sikat gigi dengan bulu yang panjangnya berbeda tidak dapat membersihkan permukaan datar tanpa menimbulkan tekanan pada bulu sikat
- c. Tekstur bulu sikat hendaknya memungkinkan digunakan dengan efektif tanpa merusak jaringan. Yang terlalu lunak pun di khawatirkan tidak dapat membersihkan plak dengan sempurna. Yang paling tepat sikat gigi dengan kekakuan bulu sikat medium (Kusumawardani,2011)

3. Kekerasan bulu sikat

Bulu sikat gigi terdiri dari 3 jenis berdasarkan kekerasan bulu sikat yaitu *soft* (lunak), *medium* (sedang), dan *hard* (keras). Tiap kekerasan bulu sikat memiliki tujuan tertentu yang sesuai dengan kebutuhan. Bulu sikat lunak di tunjukkan untuk orang yang memiliki kelainan/penyakit peradangan pada gusi atau jaringan pendukung giginya, seperti radang gusi (gingivitis) atau radang jaringan pendukung gigi (periodontitis). Bulu sikat dengan kekerasan sedang ditujukan untuk pengguna sikat gigi tanpa

penyakit dan utamanya tanpa kelainan email gigi yang rapuh (Erwana,2015)

Menurut ADA (*American Dental Association*) bulu sikat gigi lembut (*soft*) 0,07 *medium* (sedang) 0,3 mm, *hard* (keras) 0,4 mm. Jangan memilih bulu keras sebab dapat merusak jaringan. Yang terlalu lunak pun dikhawatirkan tidak dapat membersihkan plak dengan sempurna. Yang paling tepat sikat gigi dengan kekerasan bulu sikat sedang (*medium*) (Kusumawardani,2011).

B. Menyikat gigi

Menyikat gigi adalah tindakan untuk membersihkan gigi dan mulut dari sisa makanan dan debris yg bertujuan mencegah terjadinya penyakit jaringan keras maupun jaringan lunak di mulut (Putri dkk 2010). Menyikat gigi adalah cara yang umum di anjurkan untuk membersihkan berbagai kotoran yang melekat pada permukaan gigi dan gusi. Lama menggosok gigi tidak ditentukan, tetapi biasanya dianjurkan maksimal 5 menit minimal dua menit yg penting dilakukan secara sistematis supaya tidak ada bagian bagian yg terlampaui. Cara yang dianjurkan mulai dari posterior ke anterior pada sisi sisi rahang bawah dan rahang atas, dan berakhir pada posterior sisi lain (Hidayat 2016).

1. Cara menyikat gigi yang baik dan benar

Pada dasarnya menyikat gigi yang benar adalah menyikat semua permukaan gigi sampai bersih. Bulu bulu sikat harus dikenakan gusi. Tujuannya ialah agar supaya gusi terpijat oleh bulu bulu halus itu. Dengan

demikian merangsang aliran darah gusi menjadi lebih cepat dan lancar, sehingga gusi menjadi lebih sehat (Machfoedz,2008).

Menggosok gigi dengan cara yang benar dan teknik yang baik dapat mencegah berbagai masalah, seperti bau mulut dan gusi bengkak. Cara merawat kesehatan gigi yang paling sederhana adalah menyikat gigi secara rutin dan teratur minimal 2 kali sehari. Tujuannya adalah untuk membersihkan sisa sisa makanan yang masih tertinggal dan menempel sehingga mencegah kerusakan gigi dan gusi.



Gambar 3.1 Posisi sikat membentuk sudut 45 derajat

- a. Posisi sikat membentuk sudut 45 derajat, kemudian gosok gigi anda secara lembut dan perlahan dengan cara memutar.



Gambar 3.2 Gunakan gerakan yang sama

- b. Gunakan gerakan yang sama, yaitu memutar untuk menyikat permukaan bagian dalam.



Gambar 3.3 Gosok semua bagian permukaan gigi

- c. Gosok semua bagian permukaan gigi yang digunakan untuk mengunyah, yaitu gigi geraham. Caranya adalah menggunakan ujung bulu sikat gigi dengan tekanan ringan sehingga bulu sikat tidak membengkok.



Gambar 3.4 Gosok gigi dengan posisi tegak

- d. Gosok gigi dengan posisi tegak dan gerakan perlahan gerakan perlahan keatas dan kebawah untuk membersihkan gigi depan bagian dalam.



Gambar 3.5 Tip tambahan

- e. Tip tambahan : menyikat lidah setelah selesai menggosok gigi dapat membersihkan bakteri sehingga lebih segar dan terhindar dari bau mulut.

Agar tidak bengkok atau bahkan berdarah, pilihlah sikat gigi dengan bulu sikat yang lembut. Simpan sikat gigi di tempat kering dan segera ganti dengan yang baru jika bulu sikat sudah rusak. Hindari penggunaan sikat gigi bersama karena sikat gigi mengandung bakteri yang bisa berpindah dari satu orang ke orang lain meskipun sudah di bersihkan.

Cara menggosok gigi yang benar dan baik dapat merawat serta menjaga kekuatan gigi agar mulut dan gusi lebih sehat serta mencegah bau mulut, karena bakteri. Perawatan gigi secara sederhana yaitu dengan menyikat gigi teratur setiap pagi dan malam hari sebelum tidur (Hidayat,2016)

C. Pengetahuan

Pengetahuan adalah merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui panca indra manusia yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba.

Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya (mata, hidung, telinga dan sebagainya). Waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indera pendengaran (telinga) dan indera penglihatan (mata) (Notoadmojo, 2010).

Tingkat pengetahuan (Notoatmodjo,2014)

a. Tahu (*know*)

Pengetahuan yang dimiliki baru sebatas berupa mengingat kembali apa yang telah di pelajari sebelumnya, sehingga tingkatan pengetahuan pada tahap ini merupakan tingkatan yang paling rendah. Kemampuan pengetahuan pada tingkatan ini adalah seperti menguraikan, menyebutkan, mendefinisikan, menyatakan. Contoh tahapan ini antara lain : menyebutkan definisi pengetahuan menyebutkan definisi rekam medis, atau menguraikan tanda dan gejala suatu penyakit.

b. Memahami (*comprehension*)

Pengetahuan yang dimiliki pada tahap ini dapat diartikan sebagai suatu kemampuan menjelaskan tentang objek atau sesuatu dengan benar. Seseorang yang telah faham tentang pelajaran atau materi yang telah diberikan dapat menjelaskan, menyimpulkan dan menginterpretasikan objek atau sesuatu yang telah dipelajarinya tersebut. Contohnya dapat menjelaskan tentang pentingnya dokumen rekam medis.

c. Aplikasi (*application*)

Pengetahuan yang dimiliki pada tahap ini yaitu dapat mengaplikasikan atau menerapkan materi yang telah dipelajarinya pada situasi kondisi nyata atau sebenarnya. Misalnya melakukan *assembling* (merakit) dokumen rekam medis atau melakukan kegiatan pelayanan pendaftaran.

d. Analisis (*analysis*)

Kemampuan menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen komponen yang ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis yang dimiliki seperti dapat menggambarkan (membuat bagan), memisahkan dan mengelompokkan, membedakan atau membandingkan. Contoh tahap ini adalah menganalisis dan membandingkan kelengkapan dokumen rekam medis menurut metode Huffman dan metode Hatta.

e. Sintesis (*synthesis*)

Pengetahuan yang dimiliki adalah kemampuan seseorang dalam mengaitkan berbagai elemen atau unsur pengetahuan yang ada menjadi suatu pola baru yang lebih menyeluruh. Kemampuan sintesis ini seperti menyusun, merencanakan, mengkategorikan, mendesain, dan menciptakan. Contohnya membuat desain form rekam medis dan menyusun alur rawat jalan atau rawat inap.

f. Evaluasi (*evaluation*)

Pengetahuan yang dimiliki pada tahap ini berupa kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Evaluasi dapat digambarkan sebagai proses merencanakan, memperoleh, dan menyediakan informasi yang sangat diperlukan untuk membuat alternatif keputusan.

Tahapan pengetahuan tersebut menggambarkan tingkatan pengetahuan yang dimiliki seseorang setelah melalui berbagai proses seperti mencari, bertanya, mempelajari atau berdasarkan pengalaman.

Hasil ukur pengetahuan dapat dikelompokkan menjadi 3 kategori yaitu : baik (76%-100%), cukup (56%-75%), kurang ($\leq 55\%$)

D. Anak Sekolah Dasar

Anak Sekolah Dasar mulai dari usia 6-12 tahun. Usia ini ditandai dengan mulainya anak masuk sekolah dasar dan dimulainya sejarah baru dalam kehidupannya yang kelak akan mengubah sikap dan tingkah lakunya. Anak-anak pada umumnya belum dapat menyikat gigi dengan baik dan efektif karena menyikat gigi itu tidak mudah terutama pada makanan yang berada pada permukaan gigi yang sulit dijangkau dengan sikat gigi (Martin, 2018).

Pada usia 10-12 tahun anak memasuki awal dari fase gigi geligi tetap, meskipun masih berlangsung pergantian dari gigi sulung ke gigi permanen namun sudah banyak gigi permanen yang tumbuh. Pada usia tersebut sudah menangkap suatu pengertian dan dapat menjelaskan sesuatu secara realistis. Selain itu pada usia masa 10-12 tahun sudah dapat diberi tanggung jawab terhadap tindakan menggosok gigi. Pada usia 10-12 tahun sudah mampu melakukan menggosok gigi secara sistematis bila dibandingkan dengan kelompok dibawahnya. Untuk itu kesehatan gigi dari awal perlu dijaga agar anak mempunyai gigi permanen yang baik (Suwelo IS dalam Arianto dkk, 2014)

E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah jawaban sementara dari pertanyaan penelitian yang kebenarannya akan dibuktikan dalam penelitian tersebut (Notoatmodjo, 2014). Hipotesis dalam penelitian kepustakaan ini adalah adanya Gambaran dalam pemilihan bulu sikat gigi pada anak Sekolah Dasar.

F. Variabel Penelitian

Menurut Notoadmodjo (2010) variabel adalah sesuatu yang digunakan sebagai ciri, sifat atau ukuran yang dimiliki atau didapatkan oleh satuan penelitian tentang suatu konsep pengertian tertentu. Variabel penelitian kepustakaan ini dengan judul Gambaran dalam pemilihan bulu sikat gigi pada anak Sekolah Dasar.