

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teoritis

1. Perilaku

a. *Definisi Perilaku*

Perilaku merupakan hasil dari segala macam pengalaman dan interaksi manusia dengan lingkungannya. Wujudnya bisa berupa pengetahuan, sikap, dan tindakan. Perilaku manusia cenderung bersifat menyeluruh (holistik), dan pada dasarnya terdiri atas sudut pandang psikologi, fisiologi, dan social. Namun, ketiga sudut pandang ini sulit dibedakan pengaruh dan perannya terhadap pembentukan perilaku manusia (Notoatmodjo, dkk.,1984).

Perilaku manusia merupakan pencerminan dari berbagai unsur kejiwaan yang mencakup hasrat, sikap, reaksi, rasa takut atau cemas, dan sebagainya. Oleh karena itu, perilaku manusia dipengaruhi atau dibentuk dari faktor-faktor yang ada dalam diri manusia atau kejiwaannya.

Perilaku mulai dibentuk dari pengetahuan atau ranah (domain) kognitif. Subjek atau individu mengetahui adanya rangsangan yang berupa materi atau objek diluar dirinya, kemudian terbentuk pengetahuan baru. Pengetahuan baru ini akan menimbulkan tanggapan batin dalam bentuk sikap subjek terhadap objek yang diketahuinya tadi. Setelah rangsangan tadi diketahui dan disadari sepenuhnya, akan timbul

tanggapan lebih jauh lagi yaitu berupa tindakan terhadap rangsangan. Artinya seseorang tidak harus mengetahui makna dari rangsangan terlebih dahulu. Dengan kata lain , untuk bertindak tidak harus dilandasi dengan pengetahuan dan sikap terlebih dahulu.

b. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku

Dari uraian-uraian sebelumnya perilaku merupakan respon atau reaksi terhadap stimulus atau ransangan dari luar organisme (orang), namun perilaku terbentuk di dalam diri seseorang dari dua faktor utama yakni :

- 1) Faktor eksternal, yakni faktor dari luar diri seseorang tersebut seperti faktor lingkungan, baik lingkungan fisik, dan nonfisik dalam bentuk social, budaya, ekonomi, politik, dan sebagainya.
- 2) Faktor internal, yakni faktor dari dalam diri seseorang itu sendiri.

c. Bentuk Perilaku

Bentuk operasional perilaku kesehatan dapat dikelompokkan menjadi tiga wujud, yaitu :

- 1) Perilaku dalam wujud pengetahuan yakni dengan mengetahui situasi atau ransangan dari luar yang berupa konsep sehat, sakit, dan penyakit.
- 2) Perilaku dalam wujud sikap yakni tanggapan batin dengan mengetahui situasi atau ransangan dari luar yang dipengaruhi beberapa faktor lingkungan : fisik yaitu kondisi alam; biologi yang

berkaitan dengan makhluk hidup lainnya; dan lingkungan sosial yakni masyarakat sekitarnya.

- 3) Perilaku dalam wujud tindakan yang sudah nyata, yakni berupa perbuatan terhadap situasi atau ransangan dari luar.

d. Perilaku dari Pengukuran Pendidikan Kesehatan

Perilaku merupakan hasil dari segala macam pengalaman dan interaksi manusia dan lingkungannya. Dari segi pengukuran pendidikan kesehatan wujudnya bisa berupa pengetahuan, sikap, dan tindakan (Bloom 1908 dalam buku notoatmodjo 2012).

1) Pengetahuan Tentang Kesehatan Gigi

Seseorang memperoleh pengetahuan melalui penginderaan terhadap objek tertentu. Pengetahuan diperoleh sebagai akibat stimulus yang ditangkap pancaindera. Pengetahuan merupakan ranah kognitif yang mempunyai beberapa tingkatan, yaitu :

- a) Tahu (Know), diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya, mengingat kembali (recall) terhadap suatu yang spesifik dari seluruh bahan atau ransangan yang telah diterima.
- b) Memahami (Comprehension), diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang obyek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan secara benar tentang objek yang diketahui tersebut.

- c) Aplikasi (Aplication), diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi yang sebenarnya.
- d) Analisis (Analysis), diartikan sebagai kemampuan untuk menjabarkan suatu materi atau objek ke dalam komponen-komponen tetapi masih di dalam suatu struktur organisasi tersebut.
- e) Sintesis (Syntesis), diartikan sebagai kemampuan untuk menggabungkan bagian-bagian ke dalam suatu bentuk tertentu yang baru.
- f) Evaluasi (Evalution), diartikan sebagai kemampuan untuk melakukan penelitian terhadap suatu objek tertentu.

2) Sikap Mengenai Kesehatan Gigi

Sikap adalah juga respon tertutup seseorang terhadap stimulus atau objek tertentu, yang sudah melibatkan faktor pendapat dan emosi yang bersangkutan (senang-tidak senang, setuju-tidak setuju, baik-tidak baik, dan sebagainya).

Menurut Allport (1954) sikap terdiri dari tiga komponen pokok, yaitu:

- a) Kepercayaan atau keyakinan, ide, konsep terhadap objek. Artinya bagaimana keyakinan, pendapat atau pemikiran seseorang terhadap objek.
- b) Kehidupan emosional atau evaluasi orang terhadap objek, artinya bagaimana penilaian (terkandung di dalamnya faktor emosi) orang tersebut terhadap objek.

- c) Kecenderungan untuk bertindak (*tend to behave*), artinya sikap adalah merupakan komponen yang mendahului tindakan atau perilaku terbuka.

3) *Tindakan*

Seperti telah disebutkan di atas bahwa sikap adalah kecenderungan bertindak (*praktik*). Sikap belum terwujud dalam tindakan, sebab untuk terwujudnya tindakan perlu faktor lain antara lain adanya fasilitas atau sarana dan prasarana.

Praktik atau tindakan ini dapat dibedakan menjadi 3 tingkatan menurut kualitasnya, yakni :

- a) Praktik terpimpin adalah jika seseorang mampu melakukan sesuatu sesuai dengan urutan yang benar, sesuai dengan contoh yang diberikan.
- b) Praktik secara mekanisme adalah bila seseorang mampu melakukan sesuatu dengan benar secara otomatis atau sudah merupakan kebiasaan.
- c) Adaptasi adalah suatu praktik atau tindakan yang sudah berkembang dengan baik , artinya tindakannya sudah di modifikasi sendiri tanpa mengurangi kebenaran tindakan yang dimaksudkan.

e. Perilaku Pemeliharaan Kesehatan Gigi

Perilaku kesehatan gigi meliputi pengetahuan, sikap, dan tindakan yang berkaitan dengan konsep sehat dan sakit gigi serta upaya

pencegahannya. Dalam konsep ini yang dimaksud dengan kesehatan gigi adalah gigi dan semua jaringan yang ada di dalam mulut, termasuk gusi. Menurut Kegeles (1961), ada empat faktor utama agar seseorang mau melakukan pemeliharaan kesehatan gigi, yaitu :

- 1) Merasa mudah terserang penyakit gigi
- 2) Percaya bahwa penyakit gigi dapat dicegah
- 3) Pandangan bahwa penyakit gigi dapat berakibat fatal
- 4) Mampu menjangkau dan memanfaatkan fasilitas kesehatan

Praktik atau tindakan untuk memelihara kesehatan gigi antara lain, memilih sikat gigi, menggunakan pasta gigi, melakukan kontrol plak, menggosok gigi, mencari upaya menyembuhkan bila dirasa ada keluhan seperti gusi mudah berdarah, gatal pada gusi, ngilu atau sakit pada gigi, dan teknik menggosok gigi.

2. Kesehatan Gigi dan Mulut

a. Pengertian Kesehatan Gigi dan Mulut

Kesehatan gigi dan mulut merupakan hal terpenting bagi kehidupan manusia dan merupakan bagian dari kesehatan secara umum yang perlu diperhatikan oleh masyarakat (Jose, dkk, 2009). Beberapa pakar mengemukakan bahwa kesehatan rongga mulut merupakan bagian integral dari kesehatan secara umum, namun banyak orang tidak mengetahui bahwa rongga mulut berperan penting bagi kesehatan tubuh.

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar Nasional (RISKESDAS) 2018 masyarakat di Indonesia memiliki masalah kesehatan gigi dan mulut nya

seiring bertambahnya usia. Penyakit gigi dan mulut yang paling banyak dijumpai adalah karies dan penyakit periodontal.

b. Pentingnya Kesehatan Gigi dan Mulut

Gigi merupakan salah satu bagian yang sangat penting pada tubuh manusia, jika gigi bermasalah (sakit gigi) maka akan mengalami kesulitan berbicara, makan dan menyebabkan aktivitas seseorang terganggu. Jika mengabaikan kesehatan gigi dan mulut, maka akan menjadi sarang kuman di dalam rongga mulut yang dapat berakibat kerusakan gigi.

Kerusakan gigi diawali dengan proses terjadinya karies dan peradangan yang berawal dari sisa makanan yang dibiarkan sehingga lama kelamaan akan terjadi pembusukan dimana kuman yang ada di rongga mulut (*Lactobacillus acidophilus*) mengubah sisa makanan menjadi asam. Selain efek yang ditimbulkan kuman juga terdapat bakteri yang menyebabkan kerusakan gigi yaitu *Streptococcus mutans*, bakteri ini dapat menyebabkan infeksi pada jaringan gusi sehingga masuk ke aliran darah yang dapat berakibat lanjut menyebabkan peradangan dibagian tubuh lain, seperti ginjal, sendi, sakit kepala yang berkepanjangan, dan organ tubuh lainnya.

c. Pemeliharaan Kesehatan Gigi dan Mulut

Kesehatan gigi adalah suatu proses belajar yang ditujukan kepada individu dan kelompok masyarakat untuk mencapai derajat kesehatan gigi yang setinggi-tingginya, sehingga mereka mampu mengatasi masalah kesehatan (Herlijulianti 2002).

Tujuan memelihara kesehatan gigi dan mulut adalah menghindari penyakit gigi dan mulut yang bisa menjadi pusat infeksi (Aziz 2004). Di dalam rongga mulut sering terjadi penyakit seperti karies, karang gigi, gingivitis, periodontitis, abses, dan lain sebagainya. Untuk mengatasi permasalahan penyakit tersebut, diperlukan perilaku positif terhadap kesehatan gigi dan mulut.

d. Cara Memelihara Kesehatan Gigi dan Mulut

Kebersihan mulut akan membuat gigi dan jaringan sekitarnya sehat. Ada beberapa cara memelihara kesehatan gigi dan mulut, diantaranya :

- 1) Sikat gigi setiap hari minimal 2 kali sehari (pagi sesudah sarapan dan malam sebelum tidur)
- 2) Membatasi mengkonsumsi makanan manis dan mengandung pati
- 3) Kunjungi klinik gigi secara teratur (setiap 6 bulan sekali)
- 4) Berhenti merokok (khusus nya bagi lansia pria)
- 5) Merawat gigi sesuai anjuran dokter
- 6) Menjaga pola makan yang sehat
- 7) Rajin mengkonsumsi makanan berserat dan buah-buahan
- 8) Memilih pasta gigi yang mengandung fluoride

3. Karies Gigi

a. Pengertian Karies Gigi

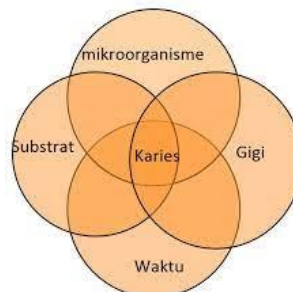
Karies gigi adalah penyakit jaringan gigi yang ditandai dengan kerusakan jaringan, dimulai dari permukaan gigi (ceruk, fisura, dan daerah interproksimal) meluas ke arah pulpa (brauer). Karies gigi dapat dialami oleh setiap orang dan dapat timbul pada satu permukaan gigi atau lebih, serta dapat meluas ke bagian yang lebih dalam dari gigi, misalnya dari email ke dentin atau ke pulpa. Karies dikarenakan berbagai sebab, diantaranya adalah :

- 1) Karbohidrat
- 2) Mikroorganisme dan air ludah
- 3) Permukaan dan bentuk gigi

Karies gigi terdapat di seluruh dunia, tanpa memandang umur, bangsa ataupun keadaan ekonomi (Tarigan, 2013).

b. Faktor-faktor Karies Gigi

Banyak sekali faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya karies gigi. Faktor tersebut antara lain yaitu :



Gambar 1 :

Faktor yang mempengaruhi terjadinya karies gigi

- 1) Makanan

Makanan sangat berpengaruh terhadap gigi dan mulut, pengaruh itu dapat di bagi menjadi 2 yaitu :

a) Isi dari makanan yang menghasilkan energi.

Misalnya karbohidrat, protein, lemak, vitamin serta mineral.

b) Fungsi makanan yang dimakan.

Makanan yang berfungsi membersihkan gigi, sehingga menjadi gosok gigi alami, yang akan mengurangi kerusakan gigi misalnya sayur-sayuran dan buah-buahan karena mengandung banyak serat dan sebaliknya makanan yang lunak dan melekat pada gigi amat merusak gigi seperti permen dan coklat (Tarigan, 2013).

2) *Gigi*

Gigi dengan fissure yang dalam dapat mengakibatkan sisa-sisa makanan mudah melekat dan bertahan, sehingga produksi asam oleh bakteri akan berlangsung dengan cepat dan menimbulkan karies gigi (Tarigan, 2013).

3) *Mikroorganisme Mulut*

Dalam setiap ml air ludah dijumpai 10-200 juta bakteri. Jumlah maksimum bakteri-bakteri ini dijumpai pada pagi hari atau setelah makan. Pada waktu masih bayi dalam kandungan, didalam mulut tidak dijumpai bakteri tetapi bakteri akan berdiam dimulut begitu bayi melewati vagina sewaktu proses kelahiran. Setelah beberapa jam, melalui pernapasan dan udara sekitar, bakteri bertambah didalam mulut

si bayi. Adapun mikroorganisme yang bisa dijumpai didalam mulut seperti : straphilokokus, neiseria dan sterptokokus (Tarigan, 2013).

4) *Plak*

Akhir-akhir ini penelitian terhadap plak lebih intensif dilakukan untuk mencegah bakteri. Plak ini terbentuk dari campuran bahan-bahan air ludah seperti mucin, leukosit, limfosit dengan sisa makanan serta bakteri. Plak ini mula-mula berbentuk agar cair yang lama kelamaan menjadi kelat, tempat bertumbuhnya bakteri (Tarigan, 2013).

5) *Waktu*

Adanya kemampuan saliva untuk mendepositkan kembali mineral selama berlangsung proses karies, menandakan bahwa proses karies tersebut terdiri atas periode perusakan dan perbaikan yang silih berganti. Oleh karena itu, bila saliva ada di dalam lingkungan gigi, maka karies tidak menghancurkan gigi dalam hitungan hari atau minggu, melainkan bulan atau tahun. Dengan demikian sebenarnya terdapat kesempatan yang baik untuk menghentikan penyakit ini (Edwina A.M. Kidd dkk, 1991).

6) *Air Ludah*

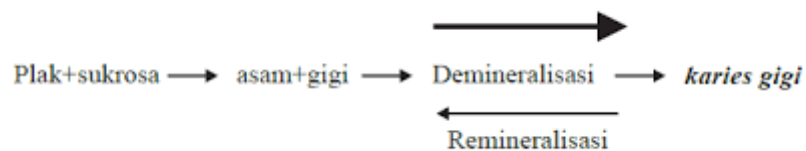
Pengaruh air ludah terhadap gigi sudah banyak diketahui terutama dalam mempengaruhi kekerasan email. Air ludah di dikeluarkan oleh kelenjar parotis, kelenjar sublingualis dan kelenjar submandibularis. Selama 24 jam air ludah dikeluarkan ketiga glandula tersebut sebanyak 1000-2500 ml, kelenjar submandibularis mengeluarkan 40% dan

kelenjar parotis sebanyak 26% dan pada malam hari mengeluarkan lebih sedikit. Secara mekanis air ludah ini berfungsi untuk membasahi rongga mulut dan makanan yang dikunyah. Ph saliva rata-rata air ludah berkisar antara 5,25-8,5 (Andresen, 1992) dan 6,1-7,7 (Sauerwein, 1961) (Tarigan, 2013).

7) Hubungan Air Ludah dengan Karies

Sejak tahun 1901 oleh Rigolet , telah diketahui bahwa pasien dengan sekresi air ludah sedikit atau tidak ada sama sekali memiliki prosentase karies gigi yang semakin meninggi misalnya karena : kerostamia, pasien dalam waktu singkat akan mempunyai prosentase karies yang tinggi (Tarigan, 2013).

c. Proses Terjadinya Karies Gigi



Gambar 2 :

Proses Terjadinya Karies Gigi

Gambar diatas adalah gambaran untuk menunjukan bahwa konsumsi gula yang tinggi merupakan penyebab berlubangnya gigi, walaupun memang variable yang paling penting (Sumawinata, 1993).

Proses terjadinya karies gigi adalah sisa makanan yang menempel pada permukaan gigi (plak) bila dibiarkan lama akan diubah bakteri dalam mulut menjadi asam, zat asam ini akan merapuhkan (demineralisasi) email sehingga akan terjadi karies (Sitorus, 2011).

d. Klasifikasi Karies Gigi

Berdasarkan kedalam karies gigi, maka karies gigi dibagi menjadi 3, antara lain :

1) *Karies Superfisialis*



Gambar 3 :

Karies Superfisialis

Dimana karies baru mencapai enamel saja, belum mencapai dentin.

2) *Karies Media*



Gambar 4 ;

Karies Media

Dimana karies sudah mencapai dentin, tapi belum mencapai pulpa/
belum mengenai setengah dari dentin.

3) *Karies Profunda*



Gambar 5 :
Karies Profunda

Di mana karies sudah mengenai lebih dari setengah dentin dan kadang-kadang sudah mencapai pulpa (Tarigan, 2013).

4. Indeks Karies Gigi

a. Pengertian Indeks DMF-T

Indeks DMF-T (Decay Missing Filled-Teeth) dapat menggambarkan tingkat keparahan kerusakan gigi permanen dimana D (decay) adalah jumlah gigi permanen yang mengalami karies dan belum diobati, M (missing) adalah jumlah gigi yang hilang karena dicabut atau terdapat karies dan sisa akar, dan F (filling) adalah jumlah gigi permanen yang telah dilakukan penambalan atau penumpatan karena karies (Riskesdas 2018).

b. Kategori Perhitungan DMF-T

Kategori perhitungan DMF-T menurut World Health Organization (WHO) adalah sebagai berikut :

- 1) Sangat rendah : 0,1-1,1
- 2) Rendah : 1,2-2,6
- 3) Sedang : 2,7-4,4
- 4) Tinggi : 4,5-6,5
- 5) Sangat tinggi : >6,6

c. Prevalensi Karies Gigi

Prevalensi karies gigi adalah istilah untuk menyatakan jumlah karies klinis pada suatu daerah dan waktu tertentu (Sufiawati, dkk 2002).

Rumus Prevelensi Karies :

$$\text{Prevalensi Karies : } \frac{\text{Jumlah orang dengan 1 atau lebih def}}{\text{Jumlah orang yang diperiksa}}$$

d. Pencegahan Karies Gigi

Ada banyak sekali yang bisa dilakukan untuk mencegah terjadinya karies, antara lain :

- 1) Melakukan kebiasaan baik dalam menyikat gigi dua kali sehari. Pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur.
- 2) Mengurangi konsumsi makanan dan minuman dengan kadar gula tinggi. Akan lebih baik bila mengkonsumsi makanan yang lebih banyak serat seperti buah-buahan dan sayuran serta menyikat gigi setelah mengkonsumsi makanan manis dan lengket dapat menghilangkan sisa sisa makanan yang ada di dalam mulut.

- 3) Memeriksa gigi secara rutin setiap 6 bulan sekali. Dengan cara ini dokter gigi dapat mendeteksi lubang pada gigi sejak dini dan segera melakukan tindakan seperti penambalan.

5. Lansia

a. Pengertian Lansia

Menurut Setianto (2004), seseorang dikatakan lanjut usia apabila usianya 65 tahun keatas. Lansia menurut Pudjiastuti (2003), lansia bukan penyakit, namun merupakan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stress lingkungan. Lansia menurut Hawari (2001), adalah keadaan yang ditandai oleh kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stress fisiologi. Kegagalan ini berkaitan dengan penurunan daya kemampuan untuk hidup serta peningkatan kepekaan secara individual. Lansia menurut Bailon G. Salvacion (1987), adalah dua atau lebih individu yang bergabung karena hubungan darah, perkawinan, atau adopsi, hidup dalam satu rumah tangga, berinteraksi satu sama lain dalam perannya untuk menciptakan dan mempertahankan suatu budaya. Lansia menurut BKKBN (1995), adalah individu yang berusia diatas 60 tahun, pada umumnya memiliki tanda-tanda terjadinya penurunan fungsi-fungsi biologis, psikologis, social, ekonomi.

b. Siklus Hidup Manusia

Siklus hidup manusia merupakan proses perjalanan hidup manusia sejak lahir sampai meninggal dunia. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (Wahyudi, Nugroho, 2002) siklus hidup lansia yaitu:

- 1) Usia pertengahan (*middle age*), ialah kelompok usia 45 sampai 59 tahun
- 2) Lanjut usia (*elderly*), antara 60 sampai 74 tahun
- 3) Lanjut usia tua (*old*), antara 60-75 dan 90 tahun
- 4) Usia sangat tua (*very old*), diatas 90 tahun

Selain itu, dibawah ini dikemukakan beberapa pendapat lain mengenai siklus hidup manusia (Stanley, M., 2006) :

- 1) 1 tahun = masa bayi
- 2) 1-6 tahun = masa prasekolah
- 3) 6-10 tahun = masa sekolah
- 4) 10-20 tahun = masa pubertas
- 5) 40-65 tahun = masa setengah umur (*prasegium*)
- 6) 65 tahun ke atas = masa lanjut usia (*senium*)

Menurut Dra. Ny. Jos Masdani (Psikologi UI), mengatakan bahwa lanjut usia merupakan kelanjutan dari usia dewasa. Kedewasaan dapat dibagi menjadi empat bagian yaitu,

- 1) Fase iuventus antara 25-40 tahun
- 2) Fase verilitas antara 40-50 tahun
- 3) Fase presenium antara 55-65 tahun

4) Fase senium antara 65 tahun hingga tutup usia

c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Proses Menua

Menurut Siti Bandiyah (2009) penuaan dapat terjadi secara fisiologis dan patalogis. Penuaan yang terjadi sesuai dengan kronologis usia. Faktor yang mempengaruhi yaitu hereditas atau genetik, nutrisi atau makanan, lingkungan, stress, pengalaman hidup, status kesehatan.

- 1) Hereditas atau Genetik , Kematian sel merupakan seluruh program kehidupan yang dikaitkan dengan peran DNA yang penting dalam mekanisme pengendalian fungsi sel.
- 2) Nutrisi/makanan , berlebihan atau kekurangan akan mengganggu keseimbangan reaksi kekebalan.
- 3) Lingkungan, proses menua secara biologi berlangsung secara alami dan tidak dapat dihindari, tetapi seharusnya dapat tetap dipertahankan dalam status sehat.
- 4) Stress, tekanan kehidupan sehari-hari dalam lingkungan rumah, pekerjaan, ataupun masyarakat yang tercermin dalam bentuk gaya hidup akan berpengaruh terhadap proses penuaan.
- 5) Pengalaman hidup, seperti paparan sinar matahari, kurang nya olahraga, mengonsumsi alkohol.
- 6) Status kesehatan, penyakit yang selama ini dikaitkan dengan proses penuaan, sebenarnya bukan disebabkan oleh proses menuanya sendiri, tetapi lebih disebabkan oleh faktor luar yang merugikan yang berlangsung tetap dan berkepanjangan.

Contoh nya : tidak memelihara kesehatan gigi dan mulut pada lansia sehingga banyak terjadi masalah gigi berlubang pada lansia.

d. Masalah Gigi pada Lansia dan cara Mencegahnya

1) Gingivitis (Radang Gusi)

Radang Gusi atau Gingivitis adalah peradangan pada gusi yang ditandai oleh memerahnya gusi disekitar akar gigi. Gingivitis disebabkan oleh pembentukan plak akibat sisa-sisa makanan yang menempel dipermukaan gigi dan bercampur dengan bakteri di mulut. Bila tidak dibersihkan, plak akan mengeras dan membentuk karang gigi. Gejala Gingivitis sering kali tidak disadari oleh penderitanya. Gingivitis bahkan bisa terjadi tanpa gejala sama sekali.

Cara mencegah terjadi nya Gingivitis atau Radang gusi , yaitu:

- a) Berkumur air hangat untuk mengeluarkan sisa makanan yang tersangkut pada lubang gigi
- b) Gunakan benang gigi untuk mengangkat makanan yang tersangkut pada lubang atau sela-sela gigi
- c) Segera ke dokter gigi bila mengalami gejala radang gusi atau gingivitis. Pemeriksaan lebih awal dapat mencegah periodontitis, yaitu penyakit gusi serius yang dapat menyebabkan infeksi dan kerusakan gigi

2) Keausan / Erosi gigi

Erosi gigi atau *dental erosion* adalah terkikisnya enamel gigi yang disebabkan oleh asam. Enamel adalah lapisan keras pelindung

gigi, yang melindungi dentin yang sensitive, apabila enamel terkikis dentin dibawahnya akan terekspos, yang dapat menyebabkan rasa sakit dan sensitivitas. Penyebab erosi gigi yaitu mengkonsumsi minuman ringan berlebih (kadar fosfor dan asam sitrat yang tinggi) dan minuman dari buah (asam pada minuman dari buah), mulut kering atau air liur yang sedikit, asam lambung, gangguan pencernaan, obat-obatan, faktor keturunan, dan faktor lingkungan.

Cara mencegah terjadi nya Erosi gigi / Keausan , yaitu :

- a) Minum dengan cepat, tanpa menahan minuman pada mulut atau” berkumur”. Gunakan sedotan untuk membantu mengantarkan minuman ke belakang mulut dan menghindari kontak yang panjang dengan gigi.
- b) Akhiri makan dengan keju atau susu karena dapat mengatasi asam
- c) Tunggu setidaknya 1 jam setelah mengkonsumsi makanan atau minuman asam sebelum menyikat gigi. Hal ini dapat memberi waktu bagi gigi untuk membangun kembali kandungan mineral.
- d) Sikat gigi 2 kali sehari dengan pasta fluor. Gunakan sikat gigi dengan kepala yang kecil dan bulu sedang ke halus.

3) *Sariawan*

Orang tua yang telah lanjut usia pun dapat mengalami sariawan yang diakibatkan oleh menurunnya fungsi mulut seperti menurunnya produksi air liur yang dapat menyebabkan berbagai jenis masalah kesehatan mulut. Saat air liur menurun maka mulut akan mudah

mengering, timbul radang hingga sariawan. Selain itu, sariawan pada lansia banyak disebabkan karena pemakaian gigi palsu. Cara menyembuhkan sariawan selain menggunakan obat sariawan yang dijual bebas di apotik atau toko obat, ada cara alami untuk menyembuhkan sariawan dalam waktu singkat. Pengobatan alami yang bisa dilakukan antara lain menggunakan lidah buaya, madu, bawang putih dan air kelapa.

Cara mencegah terjadi nya Sariawan, yaitu :

- a) Memperhatikan jenis makanan
- b) Menjaga kebersihan mulut dan gigi
- c) Mengelola stress

4) *Karies Gigi*

Karies gigi adalah kerusakan enamel gigi (bagian terluar gigi) yang mengakibatkan terjadinya banyak masalah gigi, termasuk sakit gigi. Karies gigi biasanya terjadi pada anak-anak, namun tidak tertutup kemungkinan juga orang dewasa atau lansia akan mengalaminya. Peluang terjadinya gigi karies akan lebih besar bila gemar mengonsumsi makanan yang manis, apalagi bila tidak ditunjang dengan sikat gigi yang bersih.

5) *Mulut Kering*

Mulut kering adalah suatu kondisi saat kelenjar ludah dimulut tidak memproduksi air liur yang cukup untuk menjaga kelembapan dalam mulut. Faktor-faktor yang menyebabkan hak ini adalah penggunaan

obat-obatan tertentu, perubahan dalam kemampuan tubuh untuk memproses obat, gizi yang tidak memadai, dan memiliki masalah kesehatan jangka panjang. Gejala yang dapat terjadi adalah kekeringan atau rasa lengket dimulut, air liur yang terlihat tebal dan berserat, bau mulut, kesulitan mengunyah, berbicara dan menelan, rasa kering atau sakit tenggorokan, suara serak dan lidah kering atau pecah-pecah.

Perawatan mulut kering tergantung pada faktor penyebabnya. Jika penyebabnya karena obat-obatan, penanganannya adalah dengan mengganti obat yang menyebabkan mulut kering, dengan menyesuaikan dosis atau mengalihkan ke obat lain yang tidak menyebabkan mulut kering. Sementara perawatan yang dapat dilakukan sendiri dirumah adalah sering minum air hangat, mengisap serpihan es sepanjang hari, minum air selama makan untuk membantu mengunyah dan menelan, kunyah permen karet bebas gula atau isap, permen keras bebas gula dan menambahkan kelembapan ke udara di malam hari dengan pelembab ruangan.

6) *Kehilangan Gigi / Ompong*

Gigi dapat lebih mudah tanggal seiring bertambahnya usia jika seseorang merokok dan kurang menjaga kebersihan gigi. Namun, ada penyebab lain yang nyatanya juga dapat meningkatkan resiko lansia mengalami gigi ompong, yaitu :

- a) Penyakit Gusi, sering juga disebut periodontitis merupakan salah satu penyebab utama gigi lansia mudah copot. Periodontitis

merupakan infeksi gusi berat yang disebabkan karena penumpukan plak, yaitu lapisan lengket bakteri yang terbentuk di sela-sela gigi. Infeksi parah inilah yang kemudian merusak jaringan dan tulang dalam gusi.

- b) Trauma , trauma akibat terkena benturan keras atau pukulan yang mengenai sekitaran mulut bisa mengakibatkan gigi copot. Walaupun benturan tersebut bisa menimbulkan kerusakan gigi serius yang lambat laun menyebabkan gigi ompong atau harus dicabut. Trauma memang sering disebabkan karena kecelakaan. Namun, trauma gigi juga bisa dipicu dari kebiasaan sehari-hari, seperti membuka tutup botol atau kemasan plastik menggunakan gigi, mengigit- gigi ujung pensil, mengunyah es batu , ataupun keseringan menggunakan tusuk gigi.
- c) Kebiasaan Menggemeretak Gigi , beberapa orang mungkin tanpa sadar mengepalkan rahang yang kuat-kuat dan menggemeretak gigi secara bersamaan saat stress atau cemas. Jika dilakukan terus menerus menggemeretak gigi dapat menyebabkan gigi geraham aus sehingga melonggarkan gigi dari kantung gusi nya dan tulang pendukungnya ikut ancur.
- d) Kondisi medis tertentu , beberapa kondisi medis tertentu nyatanya berkontribusi sebagai penyebab gigi ompong di usia tua. Kondisi medis yang meningkatkan resiko gigi copot diantaranya, diabetes, darah tinggi, rematik, dan penyakit autoimun.

7) *Cara Merawat Gigi di Usia Tua agar tak cepat Ompong*

Rutin menyikat gigi dan flossing gigi merupakan kunci penting untuk menjaga kesehatan mulut dan gigi. Pada lansia, plak bisa terbentuk dengan cepat di gigi, terutama jika tidak menjaga kebersihan mulut dengan baik. Hal ini tidak hanya bisa meningkatkan resiko kerusakan gigi, tapi juga menyebabkan penyakit gusi yang pada akhirnya bisa menyebabkan gigi lansia mudah copot. Selain itu, yang perlu rutin dilakukan antara lain :

- a) Menyikat gigi setidaknya dua kali sehari (saat bangun pagi setelah sarapan dan sebelum beranjak tidur) dengan pasta yang mengandung fluoride.
- b) Tidak menyikat gigi dengan terlalu keras. Hal tersebut tidak hanya bisa menyebabkan gusi robek, tapi juga mengikis enamel gigi yang relative tipis. Akibatnya, gigi jadi lebih sensitive.
- c) Melakukan flossing gigi setidaknya sekali sehari
- d) Hindari mengkonsumsi makanan manis
- e) Berkumur dengan obat kumur yang mengandung antiseptic sekali atau dua kali sehari. Penggunaan obat kumur yang mengandung antiseptik dan antibakteri dapat mengurangi bakteri penyebab plak dan penyakit gusi.
- f) Rutin konsultasi ke dokter gigi minimal 6 bulan sekali untuk melakukan pembersihan gigi dan cek gigi secara keseluruhan.

8) *Cara Merawat Gigi Palsu*

Jika ada gigi ompong, maka lansia perlu menggunakan gigi palsu untuk mempertahankan fungsi gigi nya, berikut cara untuk merawat gigi palsu :

- a) Lepas dan bersihkan gigi palsu setelah makan, agar gigi palsu tidak menjadi sarang bakteri dan kuman. Perlu membersihkan gigi palsu setiap selesai makan. Sebaiknya gunakan sikat gigi berbulu lembut dan pasta gigi yang dibuat khusus untuk membersihkan gigi palsu.
- b) Rendam gigi palsu setiap malam atau saat tidak digunakan. Hal ini untuk menjaga gigi palsu tetap lembab, sehingga tidak kering atau kehilangan bentuknya. Rendam gigi palsu dengan air yang sudah dicampur larutan pembersih khusus gigi palsu, selama semalaman. Bersihkan kembali jika ingin dipakai. Hindari merendam gigi palsu dengan air panas karena dapat menyebabkan gigi palsu berubah bentuk dan berlubang.
- c) Berhati-hati saat memegang gigi palsu, jatuh atau terbentur benda lain bisa menyebabkan gigi palsu patah atau pecah. Untuk mengantisipasi gigi palsu pecah saat di cuci, lapiasi wastafel dengan handuk atau mencuci dalam wadah berisi air.
- d) Hindari pemakaian pasta gigi biasa, gigi palsu sebaiknya hanya dibersihkan menggunakan cairan atau pasta gigi khusus untuk gigi palsu. Pasta gigi biasa cenderung bersifat abrasif dan dapat menyebabkan goresan atau lubang kecil pada gigi palsu pasta gigi

- e) Hindari makanan yang keras dan minuman panas, untuk menjaga bentuk gigi palsu, hindari minuman panas dan makanan yang teksturnya keras atau kenyal. Konsultasikan ke dokter gigi terkait makanan dan minuman yang sebaiknya dihindari selama pemakaian gigi palsu.
- f) Rutin membersihkan gigi dan mulut, merawat gigi palsu tidak cukup hanya dengan menjaga kebersihan saja. Lansia juga harus memperhatikan kebersihan mulut dan gigi asli. Membersihkan gigi dan mulut dilakukan 2kali sehari atau setelah makan dan setiap kali gigi palsu dilepas. Ini dapat mengurangi resiko iritasi dan bau mulut, serta membersihkan perekat gigi palsu yang masih menempel di gusi.
- g) Lakukan pemeriksaan rutin gigi dan gigi palsu, kunjungan ke dokter gigi secara rutin, setidaknya 2kali dalam setahun. Selain memeriksa dan membersihkan gigi palsu sekaligus gigi asli, dokter juga akan mengecek apakah gigi palsu masih layak pakai atau perlu diganti.

e. Manfaat Menjaga Kesehatan Gigi dan Mulut pada Lansia

Kehilangan gigi atau ompong dapat memicu meningkatkan demensia. Kondisi mulut yang buruk menunjukkan pola makan dan perilaku yang tidak sehat. Kerusakan gigi dan gusi dapat memicu terjadinya peradangan yang

merupakan satu faktor resiko seseorang terkena penyakit alzheimer. Bagi orang yang jumlah giginya berkurang, hal tersebut memungkinkan makanan sulit dikelola dengan sehat. Rosa Sancho, kepala penelitian di Alzheimer's Research di Inggris menyatakan, faktor gaya hidup memengaruhi resiko demensia, perawatan gigi yang baik adalah bagian penting dari perilaku hidup sehat. Selain itu, mengonsumsi makanan seimbang yang sehat, tetap aktif secara fisik, minum secukupnya, menjaga kolesterol dan tekanan darah, dan menjaga berat badan adalah cara untuk mengurangi resiko demensia. Berikut manfaat menjaga kesehatan gigi dan mulut pada lansia :

- 1) Menghindari terjadinya infeksi bakteri dari rongga mulut yang dapat memperparah kondisi orang dengan penyakit gangguan ginjal, stroke, gangguan penglihatan, pendengaran, dll.
- 2) Menjaga fungsi pengunyahan tetap optimal
- 3) Mengoptimalkan produksi saliva/ air ludah yang sangat baik untuk menjaga keseimbangan metabolisme tubuh.

6. Penelitian Terkait

a. “ Gambaran Prilaku Kesehatan Gigi dan Mulut dengan Indeks DMFT pada Lansia di UPT.Pelayanan Sosial Lanjut Usia Dinas Sosial Binjai Tahun 2019”

Berdasarkan hasil study literature dari penelitian Clauditania Telauumbanua ,2019. Hasil penelitian pada Lansia di UPT.Pelayanan

Sosial Lanjut Usia Dinas Sosial Binjai dengan responden pada penelitian ini sejumlah 30 lansia sebagai subjek penelitian. Subjek penelitian merupakan lansia di panti Jompo Tresna Werdha Abdi Kota Binjai berdasarkan hasil penelitian rata-rata tertinggi yaitu gigi yang mengalami Missing (M) sebanyak 7.2 hal ini kemungkinan disebabkan karena lansia banyak mengalami karies gigi namun tidak dilakukan perawatan sehingga menyebabkan lepasnya gigi dari soket. Lansia banyak yang mengalami kehilangan gigi yang disebabkan oleh karies yang tidak dilakukan perawatan. Tulangow, dkk. (2013) mengatakan bahwa karies gigi jika tidak diobati maka dapat berkembang sampai ke pulpa dan lubang yang telah terbentuk tidak dapat diperbaiki kembali oleh tubuh melalui proses penyembuhan dan menyebabkan peradangan pada pulpa gigi sehingga menimbulkan rasa sakit dan ketidaknyamanan dan bahkan sampai kehilangan vitalitas kemudian kehilangan gigi.

b. “Profil Kebersihan dan Prilaku Menjaga Kesehatan Gigi dan Mulut pada Lansia di Desa Darsono Kabupaten Jember Tahun 2017”

Berdasarkan hasil study literatur dari penelitian Tantin Ernawati, 2017. Penelitian ini dilakukan di Desa Darsono, Kecamatan Arjasa Kabupaten Jember kepada 44 orang lansia. Pria berjumlah 15 orang dan wanita 29 orang. Pemeriksaan diperoleh dari para Lansia yang memiliki OHI-S baik hanya 2 orang (10% dari total lansia yang dilakukan

pemeriksaan), sisanya memiliki OHI-S buruk (Data tidak disertakan). Hasil penelitian ini terlihat bahwa hampir seluruh kelompok lansia memiliki kesehatan rongga mulut yang buruk. Kondisi demikian timbul akibat lansia kurang mengerti cara membersihkan gigi dan rongga mulutnya. Selain itu penurunan fungsi muskulo-skeletal pada lansia merupakan faktor yang sangat penting dalam mempengaruhi kemampuan lansia untuk membersihkan gigi dan rongga mulutnya, sehingga kelainan dalam rongga mulut tidak semakin beragam dan kompleks.

B. Hipotesis Penelitian

Hipotesis menyatakan hubungan (tema/judul) apa yang akan digali atau diteliti. Hipotesis dalam penelitian kepustakaan ini adalah “ Adanya Pengaruh Perilaku Lansia pada Kesehatan Gigi dan Mulut dengan Indeks DMF-T”.

C. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang memiliki variasi nilai atau memiliki nilai yang berbeda dan dapat diukur. Variabel Independent (bebas) adalah variabel yang mempengaruhi atau sebab perubahan timbulnya variabel dependent (terikat).

Variabel dalam penelitian dengan judul : “ Perilaku Kesehatan Gigi dan Mulut dengan Indeks DMF-T pada Lansia “

- 1.) Variabel Independent : Perilaku Kesehatan Gigi dan Mulut
- 2.) Variabel Dependent : Indeks DMF-T