

diartikan aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain. Misalnya dapat menggunakan rumus statistik dalam perhitungan-perhitungan hasil penelitian, dapat menggunakan prinsip-prinsip siklus pemecahan masalah (*problem solving cycle*) dalam pemecahan masalah kesehatan dari kasus yang diberikan.

#### 4. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih dalam suatu struktur organisasi tersebut, dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja: dapat menggambarkan (membuat bagan), membedakan, memisahkan, mengelompokkan dan sebagainya.

#### 5. Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis menunjuk pada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis itu suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada. Misalnya: dapat menyusun, dapat merencanakan, dapat meringkaskan, dapat menyesuaikan, dan sebagainya terhadap suatu teori atau rumusan-rumusan yang telah ada.

#### 6. Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan jastifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian itu berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada. Misalnya : dapat membandingkan antara anak-anak yang cukup gizi dengan anak yang kekurangan gizi, dapat menanggapi terjadinya wabah diare di suatu tempat, dapat menafsirkan sebab ibu-ibu tidak mau ikut KB dan sebagainya.

### **A.1.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan**

Menurut Notoatmodjo , ada beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang yaitu:

#### **1. Pendidikan**

Pendidikan adalah suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan di dalam dan di luar sekolah dan berlangsung seumur hidup.

#### **2. Media masa / sumber informasi**

Sebagai sarana komunikasi, berbagai bentuk media massa seperti televisi, radio, surat kabar, majalah, internet, dan lain-lain mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan opini dan kepercayaan orang.

#### **3. Sosial budaya dan ekonomi**

Kebiasaan dan tradisi yang dilakukan oleh orang-orang tanpa melalui penalaran apakah yang dilakukan baik atau buruk.

#### **4. Lingkungan**

Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada disekitar individu, baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial.

#### **5. Pengalaman**

Pengalaman sebagai sumber pengetahuan adalah suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi masa lalu

### **A.2 Pemeliharaan Kesehatan Gigi dan Mulut**

Pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut merupakan hal yang sangat penting dalam mencegah terjadinya penyakit-penyakit rongga mulut. Jika ditinjau dari segi fungsinya, gigi dan mulut mempunyai peran besar dalam mempersiapkan makanan sebelum melalui proses pencernaan yang selanjutnya. Oleh karena gigi dan mulut merupakan salah satu kesatuan dari anggota tubuh yang lain, kerusakan pada gigi dan mulut dapat mempengaruhi kesehatan tubuh secara langsung atau tidak langsung. Selain itu, kebersihan gigi dan mulut juga berperan penting dalam menentukan gambaran dan penampilan diri seseorang tersebut, sekaligus berkaitan dengan kepercayaan dan keyakinan terhadap dirinya (Pratiwi, 20017).

### **A.2.1 Menyikat Gigi**

#### **1. Defenisi menyikat gigi**

Menurut Pintauli, S dkk (2016), menyikat gigi adalah bentuk penyingkiran plak atau mencegah terjadinya pembentukan plak, membersihkan sisa-sisa makanan, debris yang dilakukan dengan menggunakan sikat gigi.

#### **2. Tujuan menyikat gigi**

Menurut Pintauli, S dkk (2016), tujuan menyikat gigi adalah sebagai berikut :

- a. Menyingkirkan plak atau mencegah terjadinya pembentukan plak.
- b. Membersihkan sisa-sisa makanan, debris atau stein.
- c. Merangsang jaringan gingiva.
- d. Melapisi permukaan gigi dengan flour.

#### **3. Teknik menyikat gigi yang benar**

Menurut Pintauli, S dkk (2016), cara menyikat gigi yang benar adalah sebgai berikut:

- a. Posisi sikat gigi membentuk sudut 45 derajat, kemudian gosok gigi anda secara lembut dan perlahan secara lembut dengan cara memutar.
- b. Gunakan gerakan yang sama, yaitu memutar untuk menyikat bagian permukaan gigi dalam.
- c. Gosok semua bagian permukaan gigi yang digunakan untuk mengunyah, yaitu gigi gerahamnya. Caranya adalah menggunakan ujung bulu sikat gigi dengan tekanan ringan sehingga bulu sikat tidak membengkok.
- d. Gosok gigi dengan posisi tegak dan gerakan perlahan ke atas dan kebawah untuk membersihkan gigi depan bagian dalam.
- e. Tips tambahan : Menyikat lidah setelah selesai menggosok gigi dapat membersihkan bakteri sehingga nafas lebih segar dan terhindar dari bau mulut.

#### **4. Waktu menyikat gigi**

Menurut Pintauli, S dkk (2016), menyikat gigi sebaiknya dilakukan 2 kali sehari setelah makan pagi dan sebelum tidur.

#### **5. Lamanya menyikat gigi**

Lamanya menyikat gigi yang dianjurkan adalah minimal 5 menit, tetapi sesungguhnya ini terlalu lama. Umumnya orang melakukan penyikatan gigi maksimum 2-3 menit. Cara penyikatan gigi harus sistematis supaya tidak ada

gigi yang terlewat, yaitu mulai dari posterior ke anterior dan berakhir pada bagian posterior sisi lainnya.

### **A.2.2 Pasta Gigi**

Menurut Boedihardjo (2015), lebih dianjurkan untuk menggunakan pasta gigi yang mengandung flour. Flour akan bereaksi dengan enamel, membuat enamel akan lebih tahan terhadap kerusakan. Flour yang berada dalam pasta gigi ini akan mencegah kerusakan gigi jika dipakai secara teratur dan terus menerus.

### **A.2.3 Obat Kumur**

Menurut Pintauli, S (2016), obat kumur digunakan paling sedikit sekali sehari. Waktu yang paling tepat menggunakan obat kumur adalah sebelum tidur. Obat kumur bertujuan untuk membunuh bakteri dalam mulut.

Sisa-sisa makanan setelah sikat gigi dan pemakaian benang gigi dapat dihilangkan dengan cara berkumur-kumur yang kuat, yaitu dengan cara, menghisap-hisap cairan tersebut di antara gigi dan mulut dengan otot-otot bibir lidah dan pipi dimana gigi dalam keadaan tertutup selama kurang lebih 30 detik (Panjaitan, M, 2015).

### **A.2.4 Benang Pembersih Gigi**

Penggunaan benang akan dapat menghilangkan plak dan sisa-sisa makanan dari sela-sela gigi dan yang ada di bawah gusi. Daerah ini sulit dibersihkan dengan sikat gigi, oleh karena itu penyakit gigi dan gusi sering dimulai dari daerah tersebut.

Untuk mencegah terjadinya penyakit gigi dan gusi maka diperlukan alat lain selain sikat gigi, yaitu benang pembersih gigi. Pemakaian benang ini memerlukan keterampilan khusus. Oleh karenanya perlu dilakukan latihan. Kalau anda sudah mahir atau biasa menggunakan benang, maka anda hanya memerlukan waktu beberapa menit untuk mengerjakannya (Boedihardjo, 2015).

### **A.2.5 Menggunakan Pembersih Lidah**

Pembersih lidah digunakan untuk mengurangi debris, plak, dan sejumlah mikroorganisme. Papila atau lidah merupakan tempat berkumpulnya bakteri dan

debris. Pembersih lidah digunakan dengan menempakkannya di bagian tengah lidah kemudian menariknya perlahan-lahan ke arah depan dengan sedikit tekan pada permukaan lidah (Pintauli S, dan Taizo Hanada, 2016).

#### **A.2.6 Pembersihan Karang Gigi**

Karang gigi merupakan plak yang mengeras oleh karena akumulasi mineral yang terdapat di dalam air liur/saliva. Setelah terbentuk, karang gigi tidak dapat dibersihkan hanya menyikat gigi, melainkan dengan tindakan pembersihan karang gigi (Scaling). Pembersihan karang gigi dengan menggunakan alat khusus yang disebut Scaler electric dan manual (Hamidi, 2016).

#### **A.2.7 Nutrisi Untuk Kesehatan Gigi**

Menurut Boedihardjo (2015), seperti bagian tubuh yang lain yaitu gigi, tulang dan jaringan lain dalam mulut membutuhkan makanan yang baik supaya tetap dalam keadaan sehat.

Jangan makan melebihi keperluan, terutama makanan yang banyak mengandung gula. Memang gula memberikan kalori, tetapi nilai nutrisinya tidak ada.

Makan makanan yang mengandung gula, terutama pada waktu istirahat, akan mempercepat terjadinya kerusakan pada gigi (karies).

#### **A.2.8 Kontrol Enam Bulan Sekali**

Kontrol tiap enam bulan sekali dilakukan ada atau tanpa keluhan. Hal ini dilakukan untuk memeriksa ada atau tidak gigi lain yang berlubang. Sehingga dilakukan perawatan sedini mungkin. Selanjutnya untuk melihat apakah terdapat karang gigi dan kelainan-kelainan yang mungkin terjadi (Rasinta, 2016).

### **A.3 Gingivitis**

#### **A.3.1 Pengertian Gingivitis**

Gingivitis adalah akibat proses peradangan gusi. Biasanya disebabkan oleh gangguan kuman, dan tanpa plak penyakit gusi tidak terjadi. Ini berarti, dapat disembuhkan bilang rajin membersihkan semua plak dari gigi.

Kemunduran atau penyusutan gusi disebut juga dengan atropi atau degenerasi. Jadi kebalikan dari radang. Radang yang disebut juga inflamasi, ada

tanda-tanda membengkak, memerah, sakit dan temperatur meninggi di daerah inflamasi atau radang. Sedangkan atrofi sebaliknya, tidak ada pembengkakan, melainkan penyusutan atau pengecilan. Ini disebabkan kurangnya bahan makanan melalui darah yang datang ke jaringan tersebut. Ini bisa disebabkan suplai darah di daerah itu sangat kurang.

### **A.3.2 Macam-macam Gingivitis**

Gingivitis terdiri dari 5 macam gingivitis, yaitu:

1. Gingivitis Marginalis adalah peradangan gingival bagian marginal yang merupakan stadium awal dari penyakit periodontal (Rosad, 2018)
2. Gingivitis Pubertas adalah gingivitis yang sering terjadi pada anak-anak usai pubertas, yang ditandai dengan gejala gingiva mengalami perubahan warna menjadi merah sampai kebiru-biruan, konsistensi gingival berubah menjadi lunak atau edematous, licin dan berkilat dan permukaan gingival, terutama papilla interdental yang terlibat terlihat licin dan berkilat.
3. Gingivitis Pregnancy adalah gingivitis yang sering terjadi pada ibu hamil biasanya ditandai dengan gejala gingiva yang cenderung mudah berdarah, baik karena iritasi mekanis maupun secara spontan, gingiva biasanya mengalami perubahan warna menjadi merah terang sampai merah kebiru-biruan dan konsistensi gingiva bebas dan gingiva interdental adalah lunak gingiva (mudah tercabik).
4. Scorbotic Gingivitis merupakan yang terjadi karena defisiensi vitamin C, di tandai adanya hiperplasi atau ulserasi dan berwarna merah terang atau merah menyala.
5. Anug (*Acute Necrotizing Ulserative Gingivitis*) merupakan satu-satunya gingivitis yang akut, terjadi sangat mendadak dan cepat meluas. Biasanya terjadi pada masa pergantian gigi di mana anak mempunyai oral hygiene buruk. Nama lain dari Anug adalah Vincent's Gingivitis atau Trench Mouth.

### **A.3.3 Proses Terjadinya Gingivitis**

Proses terjadinya gingivitis dimulai dari :

#### **1. Tahap pertama**

Plak yang terdapat pada gigi di dekat gusi menyebabkan gusi menjadi merah (lebih tua dari merah jambu), sedikit membengkak (membulat dan

bercahaya, tidak tipis dan berbintik seperti kulit jeruk), mudah berdarah ketika disikat (karena adanya luka kecil pada poket gusi), tidak ada rasa sakit.

## **2. Tahap kedua**

Setelah beberapa bulan atau beberapa tahun peradangan ini berlangsung. Plak pada gigi dapat menyebabkan serabut paling atas antara tulang rahang dan akar gigi membusuk, dan ini diikuti dengan hilangnya sebagian tulang rahang pada tempat perlekatan. Poket gusi juga menjadi lebih dalam dengan penurunan tinggi tulang rahang tersebut. Gusi tetap berwarna merah, bengkak dan mudah berdarah ketika disikat. Tetapi tidak terasa sakit.

## **3. Tahap ketiga**

Setelah beberapa tahun tanpa pembersihan plak yang baik, dapat terjadi tahap ketiga. Saat ini akan lebih banyak lagi tulang rahang yang rusak dan gusi semakin turun, meskipun tidak secepat kerusakan tulang. Poket gusi menjadi lebih dalam (lebih dari 6 mm). karena tulang hilang, gigi mulai terasa sakit goyang, dan gigi depan kadang-kadang mulai bergerak dari posisi semula. Kemerahan, pembengkakan, dan pendarahan masih tetap seperti sebelumnya, dan tetap tidak ada rasa sakit

## **4. Tahap terakhir**

Tahap-tahap ini biasanya terjadi pada usia 40-an atau 50-an tahun, tetapi terkadang dapat lebih awal. Setelah beberapa tahun lagi tetap tanpa pembersihan plak yang baik dan perawatan gusi, tahap terakhir dapat dicapai. Sekarang kebanyakan tulang di sekitar gigi telah mengalami kerusakan sehingga beberapa gigi menjadi sangat goyang, dan mulai sakit. Pada tahap ini merupakan suatu akibat gingivitis yang biarkan, sehingga gingivitis terus berlanjut ketahap paling akut yaitu periodontitis

### **A.3.4 Faktor-Faktor Penyebab Gingivitis**

Faktor-faktor etiologi penyakit gingiva dapat diklasifikasikan dengan berbagai cara, berdasarkan keberadaannya, factor-faktor tersebut dapat di klasifikasikan atas:

### **1. Faktor lokal**

- a. Plak dental/ plak bakteri adalah deposit lunak yang membentuk biofilm yang menumpuk kepermukaan gigi atau permukaan keras lainnya di rongga mulut seperti restorasi lepasan dan cekat.
- b. Kalkulus dental adalah massa terklasifikasi yang melekat kepermukaan gigi asli maupun gigi tiruan. Biasanya kalkulus terdiri dari plak bakteri yang telah mengalami mineralisasi. Berdasarkan lokasi perlekatannya dikaitkan dengan tepi gingiva, kalkulus dental dapat dibedakan atas kalkulus supragingival dan subgingival.
- c. Material alba adalah deposit lunak, bersifat melekat, berwarna kuning atau putih keabu-abuan, dan daya melekatnya lebih rendah dibandingkan plak dental.
- d. Stein dental adalah deposit berpigmen pada permukaan gigi.
- e. Debris/ sisa makanan.

### **2. Faktor sistemik**

Faktor-faktor sistemik adalah faktor yang mempengaruhi tubuh secara keseluruhan misalnya:

- a. Genetik
- b. Nutrisional
- c. Hormonal misalnya : kehamilan dan diabetes
- d. Hematologi/ penyakit darah misalnya : anemia, dan leukemia.
- e. Obat-obatan misalnya : dilantin, fenitoin, dan DPH

### **3. Faktor luar**

Masalah kesehatan adalah suatu masalah yang sangat kompleks yang berkaitan dengan masalah-masalah lain di luar kesehatan itu sendiri. Demikian juga permasalahan kesehatan gigi dan mulut, tidak hanya dilihat dari segi kesehatan gigi dan mulut itu sendiri, tapi harus dilihat dari seluruh segi yang ada pengaruhnya terhadap masalah "sehat sakit" atau kesehatan gigi dan mulut itu sendiri.

Dilihat menurut Notoadmotjo (2015) hanya faktor yang mempengaruhi kesehatan di dalam hal ini kesehatan gigi dan mulut yaitu:

- a. Faktor keturunan
- b. Perilaku
- c. Pelayanan kesehatan
- d. Lingkungan

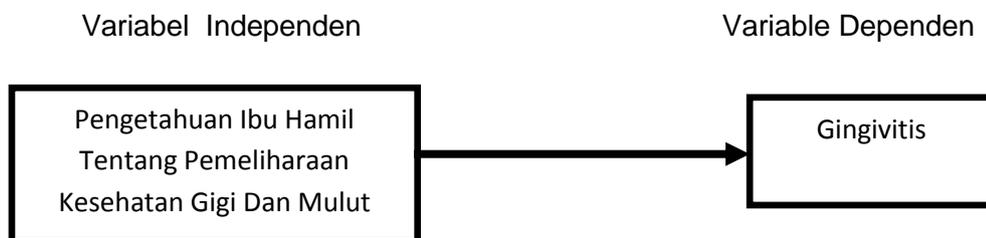
### A.3.5 Tanda-Tanda Gingivitis

Menurut Donna Pratiwi, ada beberapa tanda-tanda gingivitis, yaitu:

1. Saat dan setelah menyikat gigi, ada noda darah yang tertinggal pada bulu sikat gigi.
2. Saat meludah, ada darah di dalam air liur.
3. Gusi bisa dipisahkan dari menggunakan tusuk gigi.
4. Warna gusi mengkilap dan bengkak, kadang-kadang berdarah saat disentuh.
5. Tidak selalu disertai rasa sakit.
6. Terdapat akumulasi karang gigi di sekitar leher gigi.

### A. Kerangka Konsep

Dalam penelitian ini, penulis menyusun kerangka konsep sebagai berikut:



### B. Defenisi Operasional

Defenisi operasional adalah mendefenisikan variable scara operasional berdasarkan karakteristik yang diamati, memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu objek atau fenomenal (Hidayat, 2015).

Dalam mencapai Tujuan penelitian ini penuliis menentukan definisi operasional sebagai berikut :

1. Pengetahuan adalah hasil tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu.

2. Pemeliharaan Kesehatan gigi dan mulut merupakan hal yang sangat penting dalam mencegah terjadinya penyakit-penyakit rongga mulut.
3. Gingivitis merupakan peradangan gusi yang disebabkan oleh plak yaitu lapisan yang melekat dan terdiri dari bakteri, saliva, dan sisa-sisa makanan.