

PENGARUH MENGUNYAH SATU SISI PADA REMAJA TERHADAP KEBERSIHAN GIGI DAN MULUT

ANJELIS FORLIAN TAFONAO

Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan Jurusan Kesehatan Gigi

Jl. Jamin Ginting No.13,5, Lau Cih, Kec. Medan Tuntungan, Kota Medan, Sumatera Utara 20137

Email : poltekkes_medan@yahoo.com

ABSTRACT

Chewing is the process of contacting food with saliva in the mouth. Saliva has enzymes that can enter the stomach through the throat to speed up the digestive process. Chewing food that uses only one side of the teeth can affect tooth growth and jaw development.

This study aims to determine the effect of chewing food with only one side of the teeth on the oral hygiene of adolescents. This research is a systematic review that reviews the journals published in the last 5 years, from 2015-2020, which examine adolescents as the research target.

Through the results of research on 10 journals, the following data was obtained: 7 journals (70%) found that chewing only with one side of the teeth affected oral hygiene, OHI-S reached 1.5, in the moderate category, 3 journals (30%) found that chewing using 2 sides of the teeth has an effect on dental and oral hygiene, OHI-S reaches 1.2 with good category.

This systematic review concluded that chewing food with only one side of the teeth can affect the level of dental and oral hygiene of adolescents. Teenagers are expected to chew using 2 sides of the teeth, and maintain their dental health by carrying out regular dental check-ups.

Keywords : Chewing with one side of the teeth, adolescents, oral hygiene

ABSTRAK

Mengunyah adalah proses kontak antara makanan dengan air liur yang ada didalam mulut, air liur juga memiliki enzim yang bisa turut masuk melalui tenggorokan menuju lambung untuk mempercepat proses pencernaan, mengunyah dalam satu sisi dapat mempengaruhi pertumbuhan gigi dan mempengaruhi perkembangan rahang.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh mengunyah satu sisi pada remaja terhadap kebersihan gigi dan mulut. Desain penelitian yang digunakan *Sistematic Riview*, dengan mereview jurnal dari 5 tahun terakhir dari 2015-2020 dengan sasaran remaja.

Hasil penelitian diperoleh bahwa 10 jurnal terdapat 7 jurnal (70%) mengunyah dengan satu sisi dengan kebersihan gigi dan mulut OHI-S sebesar 1,5 dengan kategori sedang. 3 jurnal (30%) mengunyah dua sisidengan kebersihan gigi dan mulut OHI-S sebesar 1,2 dengan ketegori baik.

Dari *Sistematic Riview* ini membuktikan bahwa mengunyah makanan dengan satu sisi dapat mempengaruhi kebersihan gigi dan mulut pada remaja. Diharapkan pada remaja dapat mengunyah menggunakan dua sisi dan melaksanakan pemeliharaan kesehatan gigi dengan mengontrol secara berkala

Kata kunci : Mengunyah satu sisi,remaja,kebersihan gigi dan mulut

LATAR BELAKANG

Undang-undang Kesehatan No. 93 tahun 1992 menyatakan bahwa “Hak dan Kewajiban setiap orang untuk memperoleh derajat kesehatan yang optimal serta wajib ikut serta dalam pemeliharaan dan peningkatan derajat kesehatan perorangan, keluarga dan lingkungan” (Depkes RI, 2000).

Pembangunan di bidang kesehatan memiliki tujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud kesehatan

optimal. Untuk mewujudkan derajat kesehatan yang optimal bagi masyarakat, diselenggarakan upaya kesehatan dengan pendekatan, pemeliharaan, peningkatan kesehatan, pencegahan penyakit, penyembuhan penyakit, dan pemulihan kesehatan yang dilakukan secara menyeluruh, terpadu, berkesinambungan (UU Kesehatan No 23,1992).

Derajat kesehatan masyarakat dipengaruhi oleh empat faktor utama, yakni: lingkungan, perilaku, pelayanan kesehatan, dan keturunan (*herediter*). Memelihara dan

meningkatkan derajat kesehatan masyarakat harus ditunjukkan pada ke empat faktor utama tersebut secara bersama-sama. Perilaku masyarakat tidak siap menerima itu semua, di samping karena fasilitas-fasilitas tersebut tidak sesuai dengan nilai-nilai kebiasaan masyarakat. Kebiasaan masyarakat sesuai dengan nilai-nilai kesehatan maka diperlukan pendidikan atau promosi di bidang kesehatan, sehingga perilaku sehat dalam masyarakat dapat terwujud (Notoadmodjo, 2010).

Menurut Fitriani (2011), perilaku sehat adalah respon seseorang (organisme) terhadap stimulus (rangsangan) atau objek yang berkaitan dengan sehat dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makanan dan minuman serta lingkungan. Telah diuraikan di atas bahwa perilaku kesehatan selain dipengaruhi beberapa faktor di atas juga sangat dipengaruhi oleh pengetahuan tentang kesehatan, karena pengetahuan kesehatan sangat penting dalam meningkatkan status kesehatan pada umumnya maupun kesehatan gigi pada khususnya. Cara meningkatkan perilaku kesehatan masyarakat adalah dengan cara meningkatkan pengetahuan akan kesehatan itu sendiri.

Kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian integral dari kesehatan secara keseluruhan yang dapat memengaruhi kualitas hidup seseorang dan menjadi perhatian penting dalam pembangunan kesehatan penduduk Indonesia maupun negara-negara berkembang lainnya.

Nilai kebersihan gigi dan mulut penting untuk diketahui setiap individu. Hal tersebut berperan untuk pencegahan terhadap terjadinya karies. Seperlima dari jumlah populasi dunia ialah remaja, didefinisikan oleh WHO sebagai kelompok usia 10-19 tahun yang merupakan kelompok sasaran penting untuk pembangunan kesehatan gigi dan mulut. Dalam pertumbuhan dan perkembangannya, remaja sering mengalami masalah kesehatan, salah satunya masalah kebersihan gigi dan mulut. *World Health Organization* (WHO) merekomendasikan bahwa pelajar sekolah merupakan kelompok yang tepat untuk dilakukannya upaya promosi kesehatan dalam menjaga kesehatan rongga mulut serta jaringan di sekitarnya.

Faktor lingkungan, distribusi penduduk dan perilaku siswa terhadap kebersihan gigi dan mulut merupakan faktor yang memengaruhi dalam peningkatan upaya kesehatan gigi dan mulut. Indikator derajat kebersihan gigi dan mulut di Indonesia memiliki

status derajat kebersihan gigi dan mulut dengan rerata *Oral Hygiene Index Simplified* (OHI-S) <1,2. Ada 4 Indikator kebersihan gigi dan mulut (OHI-S) didapatkan dari menjumlahkan angka debris indeks dan kalkulus indeks. Indeks OHI-S yaitu keadaan kebersihan gigi dan mulut dari responden yang dinilai dari adanya sisa makanan (debris) dan kalkulus (karang gigi) pada permukaan gigi.

Kebiasaan mengunyah pada satu sisi geraham memang tidak memengaruhi pertumbuhan gigi, namun akan memengaruhi perkembangan rahang. Bagian yang sering berfungsi akan memicu perkembangan rahang, sedangkan bagian yang dibiarkan pasif menjadi tidak begitu berkembang (Suryawati, 2010).

Mengunyah makanan dengan satu sisi mulut menyebabkan otot tebal dan kuat hanya di satu sisi tersebut. Otot muka di sisi kanan dan kiri menjadi asimetris. Mengunyah makanan dengan dua sisi mulut juga bermanfaat untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut. Mengunyah sendiri memiliki sifat *self cleansing*. Air liur dimulut akan banyak keluar saat kita mengunyah dan air liur ini menstabilkan kondisi flora normal rongga mulut, bila hanya mengunyah di satu sisi saja maka yang akan bersih satu sisi tersebut, sedangkan sisi yang lain beresiko lebih banyak timbul plak atau karang gigi (Susanto dan Hanindriyo, 2014).

Penyebab seseorang lebih nyaman mengunyah unilateral karena adanya gigi berlubang yang sakit, ada gigi yang sakit pada saat mengunyah, kebiasaan, kehilangan gigi dan lain-lain. Mengunyah satu sisi yang terus dilakukan maka lama kelamaan dapat mengakibatkan timbulnya masalah atau kelainan pada sendi rahang yang disebabkan oleh ketidakseimbangan beban pengunyahan. Biasanya gigi di sisi lawan yang tidak pernah digunakan mengunyah akan lebih buruk kondisinya dan terdapat karang gigi karena proses pengunyahan sendiri juga mempunyai kemampuan membersihkan gigi (Rahmadhan, 2010).

Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui pengaruh mengunyah satu sisi pada remaja terhadap kebersihan gigi dan mulut.

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian yang dilakukan merupakan penelitian *systematic review*.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

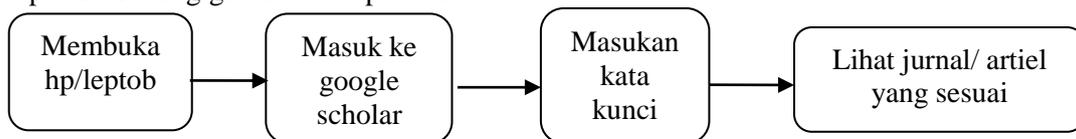
Penelitian dilakukan dengan mencari dan menyeleksi data dari hasil uji yang dilakukan pada semua lokasi dan tempat. Waktu dari hasil uji yang dipilih ialah dalam kurun waktu 2015-2020. Pencarian artikel dilakukan paling lama dalam satu bulan.

C. Rumusan PICOS

Population : Remaja
 Intervetion : Pengaruh mengunyah satu sisi
 Comparison : Kebersihan gigi dan mulut
 Outcome : Perubahan mengunyah satu sisi menjadi duasisi agar meningkatnya kebersihan gigi dan mulut
 Study desain : Kualitatif dan Kuantitatif

D. Prosedur penelusuran artikel

Pencarian jurnal atau artikel menggunakan kata kunci (AND, OR NOT or AND NOT). Kata kunci (Keyword) yang digunakan dalam literature review ini yaitu pengaruh mengunyah satu sisi terhadap kebersihan gigi dan mulut pada remaa

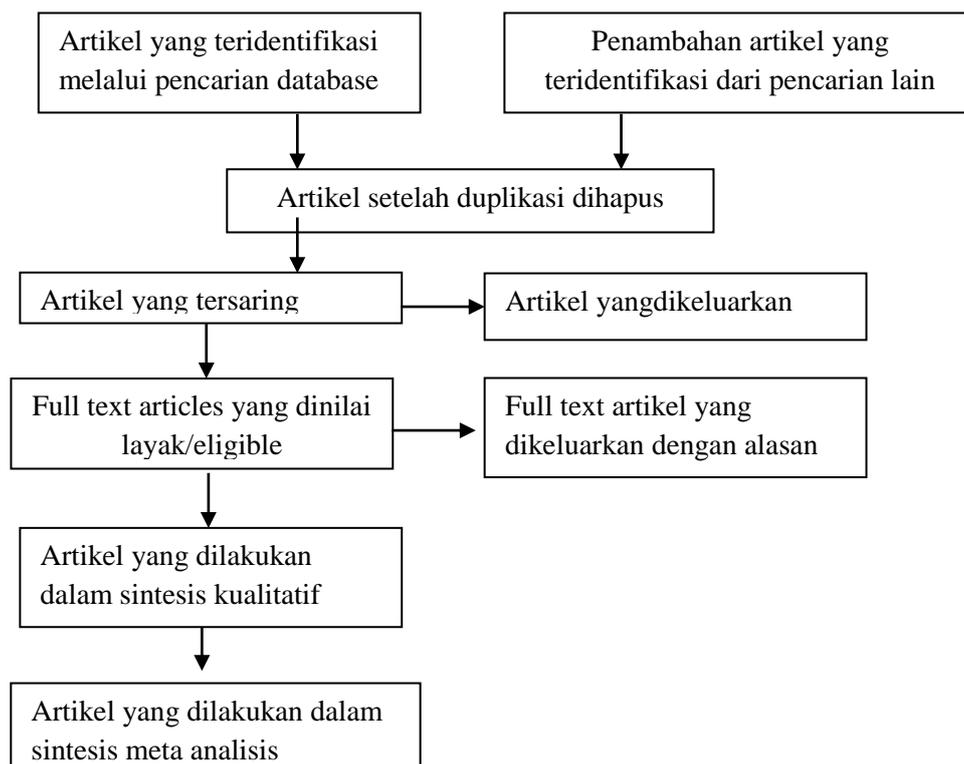


E. Langkah Penelitian

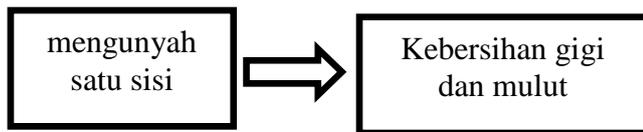
Tabel.3.1 Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Kriteria	Inklusi	Eksklusi
Population/Problem	Remaja	Dewasa dan lansia
Intervention	Pengaruh mengunyah satu sisi	Selain Pengaruh mengunyah satu sisi
Comparison	Kebersihan gigi dan mulut	Selain kebersihan gigi dan mulut
Outcome	Adanya perubahan sikap mengunyah satu sisi menjadi dua sisi	Tidak adanya hubungan pengaruh mengunyah satu sisi menjadi dua sisi
Study Design	Kualitatif dan kualitatif	Selain kualitatif dan kuantitatif
Tahun terbit	Jurnal terbit tahun 2015-2020	Jurnal terbit sebelum tahun 2015
Bahasa	Bahasa Indonesia	Selain bahasa Indonesia

Gambar 3.1 Kriteria Inklusi dan Eksklusi



F. Variabel Penelitian



Variabel independen variabel dependen

G. Definisi Operasional Variabel

- 1) Pengaruh mengunyah satu sisi
 - a) Definisi : Mengunyah satu sisi merupakan salah satu kebiasaan buruk yang dapat mempengaruhi kebersihan gigi dan mulut
 - b) Outcome : mengunyah dua sisi
 - c) Instrument : Artikel Terpublikasi
 - d) Skala pengukuran : Kategorikal
- 2) Kebersihan gigi dan mulut
 - a) Definisi : Suatu keadaan dimana gigi bebas dari karies dan kalkulus
 - b) Outcome : Meningkatnya kebersihan gigi dan mulut
 - c) Instrument : Artikel Terpublikasi
 - d) Skala pengukuran : Kategorikal; Numerik

H. Instrumen Penelitian dan Pengolahan Data

1. Instrumen penelitian
Pada penelitian ini alat yang digunakan pengumpulan data yaitu dengan mengambil data dari jurnal maupun artikel yang terpublikasi menguji pengaruh mengunyah satu sisi pada remaja terhadap kebersihan gigi dan mulut
2. Pengolahan data
Data yang diperoleh dikompulsi, diolah, dan disimpulkan sehingga mendapatkan kesimpulan pada study *systematic review*

I. Analisa Data

Mengetahui pengaruh mengunyah satu sisi pada remaja terhadap kebersihan gigi dan mulut dengan artikel yang ditelaah dengan outcome yang ingin dicapai dan sesuai masing-masing variabel.

J. Etika Penelitian

Penelitian *systematic review* ini telah memiliki Ethical clearance yang diterbitkan dari Komisi Etik Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.

BAB IV HASIL PENELITIAN

Karakteristik Umum Artikel

Telah diperoleh artikel berasal dari jurnal yang terpublikasi yang direview sesuai tujuan penelitian *systematic review* dan keasliannya dapat dipertanggungjawabkan. Tampilan hasil review adalah tentang ringkasan dan hasil dari setiap artikel yang terpilih yang disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi

Tabel 4.1
Karakteristik Umum Artikel

No	Kategori	F	%
A. TAHUN PUBLIKASI			
1	2016	3	30
2	2017	6	60
3	2019	1	10
B. DESAIN PENELITIAN			
1	Kuantitatif	3	30
2	Deskriptif dengan design Cross Sectional Study	2	20
3	Observasional Cross-Sectional	2	20
4	Deskriptif Korelatif dengan design Cross Sectional	1	10
5	Analitik Kuantitatif dengan design Cross Sectional	1	10
6	Non Experimental dengan design Cross Sectional	1	10
C. SAMPLING PENELITIAN			
1.	Total Sampling	6	60
2.	Porpusive Sample	2	20
3.	Simple Random Sampling	2	20
D. INSTRUMEN PENELITIAN			
1	Lembar observasi	7	70
2	Metode Visual dan Kuesioner	1	10
3	Studi Observasi Potong Lintang	1	10
4	observasi, dan wawancara	1	10
E. ANALISIS STATISTIK PENELITIAN			
1	Uji Square	5	50
2	Uji Statistik dengan Deskriptif Korelasi	2	20
3	Uji Wilcoxon	2	20
6	Uji Statistik Univariat	1	10

Berdasarkan Tabel 4.1 diperoleh data bahwa sebesar 60% artikel dipublikasi pada tahun 2017, 30% artikel tahun 2016, 10% artikel tahun 2019.

Desain penelitian diperoleh data Kuantitatif sebesar 30% dipublikasi pada 3 artikel tahun 2016,2017, dan 2019, data Deskriptif dengan design Cross Sectional Study sebesar 20% dipublikasi pada 2 artikel tahun 2016 dan 2017, data Observasional Cross-Sectional sebesar 20% dipublikasi pada artikel tahun 2016, dan 2017. , data Deskriptif Korelatif dengan design Cross Sectional sebesar 10% dipublikasi pada artikel tahun 2017, data Analitik Kuantitatif dengan design Cross Sectional sebesar 10% dipublikasi pada artikel tahun 2017, data Non Experimental dengan design Cross Sectional sebesar 10% dipublikasi pada artikel tahun 2017

data Total Sampling sebesar 60% dipublikasi pada 3 artikel tahun 2016, 2 artikel tahun 2017, dan 1 artikel 2019, data Propusive Simple sebesar 20% dipublikasikan pada 2 artiker tahun 2017, data Random Sampling sebesar 20% dipublikasikan pada 2 artikel tahun 2017 dan 2016

Instrumen Penelitian diperoleh data Lembar Observasi sebesar 70% dipublikasi pada 7 artikel tahun 2016,2017, dan 2019, data Metode Visual sebesar 10% dipublikasi pada artikel tahun 2016, data Kuesioner sebesar 10% dipublikasi pada artikel tahun 2017,, observasi, dan wawancara sebesar 10% dipublikasi pada artikel tahun 2016.

Analisis statistik penelitian diperoleh data Uji Square sebesar 50% dipublikasi pada 5 artikel tahun 2016,2017, dan 2019, data Uji Square dengan deskriptif korelasi sebesar 20% dipublikasi pada 2 artikel tahun 2017, data Uji Wilcoxon sebesar 20% dipublikasi pada artikel tahun 2017 dan 2016, data Uji Statistik Univariat sebesar 10% terpublikasi pada artikel tahun 2017,

Tabel 4.2

Pengaruh Mengunyah Satu Sisi Pada Remaja

Kriteria pengaruh mengunyah satu sisi	f	%
Ya	7	70
Tidak	3	30
Jumlah	10	100

Berdasarkan tabel 4.2 diperoleh data bahwa 10 jurnal terdapat 7 jurnal (70%)

mengunyah dengan satu sisi 3 jurnal (30%) mengunyah dua sisi.

Tabel. 4.3
Rata-rata Kondisi Kebersihan Gigi Dan Mulut

Rata-rata OHI-S (numerik)	F	%
1,2		
1,5		
Ratat-rata OHI-S (kategorikal)		
Baik	7	70
Sedang	3	30
Jumlah	10	100

Berdasarkan tabel 4.3 diperoleh rata-rata kondisi kebersihan gigi dan mulut dari 10 jurnal terdapat 7 jurnal (70%) rata-rata OHI-S sebesar 1,5 dengan kategori sedang dan terdapat 3 jurnal (30%) rata-rata OHI-S sebesar 1,2 dengan kategori baik.

PEMBAHASAN

A. Karakteristik Umum Artikel

Desain penelitian diperoleh data terbesar adalah Kuantitatif sebesar 30% dipublikasi pada 3 artikel tahun 2016, 2017, dan 2019.

Pengertian kuantitatif menurut Punch mengartikan sebagai penelitian berdasarkan pengalaman empiris yang mengumpulkan data-data berbentuk angka yang dapat dihitung dan berbentuk numeric.

Sampling penelitian diperoleh data terbesar adalah Total Sampling sebesar 60% dipublikasikan pada 6 artikel tahun 2016,2017 dan 2019

Menurut Sugiyono (2014)mengatakan bahwa total sampling adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel.

Instrumen penelitian diperoleh data terbesar adalah lembar observasi 70% dipublikasikan pada 7 artikel tahun 2016,2017dan 2019.

Lembar observasi ini merupakan instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data melalui pengamatan di lapangan

Analisis statistik penelitian diperoleh data terbesar adalah Uji-Square sebesar 50% dipublikasikan pada 5 artikel tahun 2016,2017 dan 2019

Uji Chi Square atau dikenal juga di Indonesia sebagai uji Kai Kuadrat, adalah salah satu cara yang digunakan untuk menyampaikan

atau menunjukkan keberadaan hubungan (ada atau tidaknya) antara variabel yang diteliti. Misalkan kita sebagai peneliti hendak melakukan uji terhadap perilaku mahasiswa.

B. Karakteristik kebiasaan Mengunyah Satu sisi

Berdasarkan tabel 4.2 diperoleh data bahwa 10 jurnal terdapat 7 jurnal (70%) mengunyah dengan satu sisi 3 jurnal (30%) mengunyah dua sisi.

Kebiasaan adalah proses penyusutan kecenderungan respon dengan menggunakan stimulasi yang berulang, sehingga muncul suatu pola tingkah laku baru yang relative menetap dan otomatis. Paparan mengenai kebiasaan yang dijelaskan membentuk kebiasaan siswa dalam membentuk perilaku social siswa disekolah pada khususnya dan menjadikan kebiasaan aktivitas kehidupan sehari-hari, kehidupan pribadi seperti: kebiasaan bermain, kebiasaan di kelas, makan, minum, tidur, shalat, berdoa, belajar, mengikuti tata tertib atau aturan, norma-norma dan aktivitas lainnya. (Syah, 2010).

Kebiasaan buruk dalam mengunyah satu sisi, yang dilakukan dalam jangka waktu lama adalah salah satu dari sekian banyak faktor yang sering dikaitkan dengan kelainan sendi rahang (TMJ/ *Temporomandibular Junction*). Dampak dari kelainan ini bermacam-macam, karena faktor pemicunya juga bervariasi.

Mengunyah makanan dengan dua sisi mulut juga bermanfaat untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut. Mengunyah sendiri memiliki sifat *self cleansing*. Air liur dimulut akan banyak keluar saat kita mengunyah dan air liur ini menstabilkan kondisi flora normal rongga mulut, bila hanya mengunyah disatu sisi saja maka yang akan bersih satu sisi tersebut, sedangkan sisi yang jarang digunakan untuk mengunyah makanan akan beresiko lebih banyak timbul plak dan karang gigi. Seseorang yang mengunyah satu sisi biasanya memiliki karang gigi yang banyak pada bagian yang jarang digunakan untuk mengunyah.

C. Kondisi kebersihan gigi dan mulut

Berdasarkan tabel 4.3 diperoleh rata-rata kondisi kebersihan gigi dan mulut dari 10 jurnal terdapat 7 jurnal (70%) rata-rata OHI-S sebesar 1,5 dengan kategori sedang dan terdapat 3 jurnal (30%) rata-rata OHI-S sebesar 1,2 dengan kategori baik.

Kebersihan gigi dan mulut dipengaruhi oleh perilaku pemeliharaan kebersihan gigi dan mulut pada masing-masing individu. Menurut Widisalah satu faktor yang memengaruhi tingkat kebersihan gigi dan mulut yaitu perilaku.

Perilaku dapat dibentuk dari lingkungan dan juga faktor genetik. Pembentukan perilaku yang berasal dari lingkungan dapat berupa pengalaman yang diperoleh dari lingkungan kehidupan sehari-hari, sedangkan untuk faktor genetik berupa perilaku yang diturunkan dari orang tua.

Kebersihan gigi dan mulut sangatlah penting untuk menunjang kesehatan tubuh secara keseluruhan. Mulut adalah pintu gerbang dari segala makanan dan minuman yang masuk ke dalam tubuh, kesehatan gigi dan mulut dapat berpengaruh secara signifikan terhadap organ-organ lain di dalam tubuh kita

Menggosok gigi dengan cara yang baik dan benar juga mampu mengurangi plak di permukaan gigi sehingga dapat menurunkan angka kejadian karies gigi. Hal ini dapat dilihat dari frekuensi, waktu dan teknik menggosok gigi pada waktu yang tepat menggosok gigi adalah sehari 2 kali.

SIMPULAN

Berdasarkan *systematic review* dari 10 jurnal ditelaah dapat disimpulkan bahwa :

Adanya pengaruh mengunyah satu sisi pada remaja terhadap kebersihan gigi dan mulut terdapat 7 jurnal (70%) mengunyah dengan satu sisi 3 jurnal (30%) mengunyah dua sisi.

SARAN

1. Untuk Remaja
Diharapkan pada remaja dapat mengunyah menggunakan dua sisi dan melaksanakan pemeliharaan kesehatan gigi dengan mengontrol secara berkala.
2. Untuk Peneliti Selanjutnya
Diharapkan penelitian *systematic review* ini dapat memberikan wawasan dan ilmu tambahan bagi peneliti selanjutnya

DAFTAR PUSTAKA

- Irawan Lingga, 2015, *Pengaruh Mengunyah Satu Sisi Terhadap Terjadinya Temporomandibular Disorder*, academia.edu, diakses tanggal 13 Desember 2014.
- Sofya Aya, dkk, 2016 “Hubungan kebiasaan mengunyah pada satu sisi dengan bunyi Klinking pada sendi Temporo Mandibula”, JITEKGI UPDM, Jakarta
- Miko, H. and Suminar, L.R., 2017. Pengaruh Penyuluhan Media Tiga Dimensi Pada Pengguna Siwak Modifikasi Terhadap Kebersihan Gigi Dan Mulut Pada Santri Di Pesantren Al-Kautsar Kabupaten Kuningan. *Indonesian Oral Health Journal*, 2(1)
- Mangkey E, Posangi J, Leman MA. Gambaran status karies pada siswa SMP Negeri 1 Tomohon. *Jurnal eGigi (eG)* 2015 3(1): 184
- Lesar AM, Pangemanan DHC, Zuliari K. Gambaran status kebersihan gigi dan mulut serta status ginggiva pada anak remaja di SMP Advent Watulaney Kabupaten Minahasa. *Jurnal e-GiGi (eG)* 2015; 3(2): 303-7
- Perpustakaan UGM, 2015, Falsafah Ortodontia, diakses tanggal 12 Januari 2015, *Jurnal*, Universitas Gajah Mada
- Sabilillah, MF., 2015, Perbedaan antara Audiovideo dengan Demonstrasi Pantum terhadap Perilaku, Status Kebersihan Gigi dan Mulut Anak *Slow Learner*, Tesis, Undip Semarang
- Rachman R, Wagiono S, Yuniarti, Gambaran Dan Derajat Difungsi Sendi Temporomandibula Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Isam Bandung Tahun 2013-2014. *GMHC*, Vol.3 No1, Februari 2015; hlm 7-12\
- Narulita L, Diansari V, Sungkar S. Oral hygiene Index Simplified (OHI-S) Pada Murid Kelas IV SD Negeri 24 Kuta Alam. *Journal Caninus Dentistry* Vol.1 No.4, November; Hlm 6-8
- Rudi Triyanto et al/ IOHJ. Efek Mengunyah Satu Sisi Terhadap Tingkat Kebersihan <http://edukasional.com/index.php/IOHJ/Indonesia-Oral-Health-Journal>
- Hirokazu Ashiga, Eri Takei, Jin Magara, Ryosuke Takeishi, Takanori Tsujimura, Kouta Nagoya & Makoto Inoue Effect of attention on chewing and swallowing behaviors in healthy humans *Scientific Reports* volume 9, Article number: 6013 (2019)