

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Pustaka

A.1 Mengunyah

Mengunyah merupakan proses menghancurkan makanan yang terjadi di dalam rongga mulut dan melibatkan organ yang berada di dalam rongga mulut antara lain gigi, rahang, palatum, lidah, serta otot- otot pengunyahan (Mukti , 2014).

Mengunyah unilateral merupakan proses penghancuran makanan menggunakan satu sisi rahang. Orang yang memiliki kebiasaan mengunyah menggunakan satu sisi rahang dapat menyebabkan ketidakharmonisan proses pengunyahan pada sisi yang digunakan dan dapat menimbulkan rasa kurang nyaman (Sopianah, dkk, 2017).

A.1.1 Definisi Mengunyah Makanan Di satu Sisi

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. Air liur di mulut 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 berisiko lebih banyak timbul plak atau karang gigi (Susanto, H., Hanindy, L., 2014).

Kebiasaan mengunyah satu sisi dapat memberikan dampak buruk pada kesehatan gigi dan mulut yang dapat mengakibatkan berbagai gangguan pada kesehatan gigi dan mulut, diantaranya penumpukan sisa makanan yang dapat menimbulkan debris dan kalkulus dikarenakan gigi di sisi lawan yang tidak pernah dipakai mengunyah akan lebih kotor dan banyak karang gigi karena proses pengunyahan. Karena pada saat

mengunyah makanan, reproduksi saliva akan meningkat sehingga saliva dapat berperan membersihkan sisa-sisa makanan (Sari, 2017).

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

A.1.2 Faktor – Faktor Penyebab Mengunyah Di Satu Sisi

Mengunyah makanan disatu sisi ini bisa disebabkan oleh beberapa hal diantaranya adalah:

1. Gigi disalah satu sisinya terasa sakit dan tidak bisa digunakan untuk mengunyah.
2. Ada gigi yang berlubang besar disalah satu sisi, dan sakit bila kemasukan makanan.
3. Gigi disalah satu sisinya sudah tanggal sehingga tidak nyaman apabila dipakai makan.
4. Sudah menjadi kebiasaan dari kecil mengunyah satu sisi sehingga bila makan di kedua sisi akan terasa aneh dan tidak nyaman.
5. Sebelumnya ada sariawan yang menetap pada salah satu sisinya karena suka mengigit – gigit pipi.
6. Tertusuk kawat gigi bila menggunakan ortho yang menyebabkan harus mengunyah disatu sisi.

A.1.3 Akibat Dari Mengunyah Makanan Di Satu Sisi

1. Karang Gigi

Kebiasaan mengunyah makanan disatu sisi disebabkan karena gigi disalah satu sisi terasa sakit atau tidak nyaman apabila digunakan untuk

mengunyah makanan atau bisa juga karena sudah menjadi kebiasaan (Rahmadhan AG, 2010). Karang gigi dapat timbul bila seseorang mengunyah pada satu sisi saja sehingga pada sisi yang tidak digunakan mengunyah biasanya mengalami penimbunan plak kemudian menjadi karang gigi (Ihsan, 2015).

2. Gingivitis

Gingivitis terjadi karena akumulasi plak. Akumulasi plak terjadi karena kurangnya kebersihan gigi dan mulut, hal ini karena mempunyai kebiasaan mengunyah satu sisi saja. Pengunyahan dapat menyebabkan produksi saliva meningkat. Salah satu fungsi saliva yakni mempunyai self cleansing. Karang gigi merupakan penyebab sebagian besar kasus gigi mudah berdarah atau gingivitis. Adanya karang gigi membuat gigi pada gusi tertekan dan meradang (Ihsan, 2015).

3. Periodontitis

Periodontitis selalu diawali oleh gingivitis. Periodontitis adalah inflamasi yang ditandai dengan migrasi epitel jungsional ke apikal, kehilangan perlekatan dan puncak tulang alveolar. Pada pemeriksaan klinis terdapat peningkatan kedalam probing (Fedi PF, 2004).

A.1.4 Cara Memelihara Kebersihan Gigi dan Mulut

1. Menyikat Gigi Secara Rutin
 - a. Sikat gigi minimal dua kali sehari, yaitu setelah sarapan dan sebelum tidur.
 - b. Gunakan pasta gigi yang mengandung fluoride untuk membantu mencegah gigi berlubang.
 - c. Sikat gigi dengan teknik yang benar
 - d. Pegang sikat gigi pada sudut 45 derajat terhadap gusi.
 - e. Gerakkan sikat gigi dengan lembut ke depan dan ke belakang, serta gerakan melingkar.
 - f. Sikat semua permukaan gigi: bagian depan, belakang, dan permukaan kunyah.

2. Menggunakan Benang Gigi (Dental Floss)
 - a. Gunakan benang gigi setidaknya sekali sehari untuk membersihkan sela-sela gigi yang tidak terjangkau oleh sikat gigi.
 - b. Ambil sekitar 45 cm benang gigi, lilitkan di jari telunjuk, dan gunakan jari tengah untuk menggerakkan benang di antara gigi dengan lembut.
3. Berkumur dengan Obat Kumur
 - a. Gunakan obat kumur yang mengandung antiseptik untuk membantu mengurangi bakteri di mulut dan mencegah bau mulut.
 - b. Pilih obat kumur yang sesuai dengan kebutuhan, seperti yang mengandung fluoride untuk perlindungan gigi.
4. Menghindari Makanan dan Minuman yang Merusak Gigi
 - a. Batasi konsumsi makanan dan minuman manis, asam, dan lengket yang dapat menyebabkan kerusakan gigi.
 - b. Setelah mengonsumsi makanan atau minuman yang manis, sebaiknya berkumur dengan air putih.
5. Rutin Memeriksakan Gigi ke Dokter Gigi
 - a. Lakukan pemeriksaan gigi setidaknya dua kali setahun untuk pembersihan profesional dan deteksi dini masalah gigi.
 - b. Diskusikan dengan dokter gigi tentang kebiasaan perawatan gigi yang baik dan tanyakan jika ada masalah yang perlu diperhatikan.
6. Menjaga Kesehatan Mulut Secara Umum
 - a. Hindari merokok dan penggunaan produk tembakau lainnya, karena dapat menyebabkan penyakit gusi dan kanker mulut.
 - b. Minum cukup air untuk menjaga kelembapan mulut dan membantu membersihkan sisa makanan.
7. Menggunakan Alat Bantu Kebersihan Gigi
 - a. Pertimbangkan menggunakan sikat gigi elektrik yang dapat membantu membersihkan gigi dengan lebih efektif.
 - b. Gunakan alat pembersih lidah untuk menghilangkan bakteri dan sisa makanan di permukaan lidah.

A.1.5 Kebersihan Gigi dan Mulut

Kebersihan gigi dan mulut adalah suatu keadaan yang menunjukkan bahwa di dalam rongga mulut seseorang bebas dari kotoran seperti debris, plak dan kalkulus. Kebersihan gigi dan mulut apabila terabaikan akan terbentuk plak pada gigi geligi dan meluas ke seluruh permukaan gigi. Kondisi mulut yang basah, gelap dan lembab sangat mendukung pertumbuhan dan perkembangangbiakan bakteri yang membentuk plak. Mengukur kebersihan gigi dan mulut merupakan upaya untuk menentukan keadaan kebersihan gigi dan mulut seseorang (Putri, dkk 2012).

Kebersihan gigi dan mulut dipengaruhi oleh perilaku pemeliharaan kebersihan gigi dan mulut pada masing – masing individu

Tujuan kebersihan gigi dan mulut adalah untuk mencegah masalah kesehatan seperti gigi berlubang dan penyakit gusi, serta menjaga nafsu makan dan kualitas hidup. Selain itu, kebersihan mulut yang baik juga membantu mencegah bau mulut dan meningkatkan kepercayaan diri. Tujuan kebersihan gigi dan mulut seperti berikut :

- 1. Mencegah Penyakit Gigi dan Mulut**

Menjaga kebersihan gigi dan mulut dapat mencegah berbagai masalah seperti gigi berlubang, dan penyakit gusi yang dapat menyebabkan rasa sakit dan ketidaknyamanan.

Mendukung Kesehatan Umum

- 2. Kesehatan gigi yang baik berkontribusi pada kesehatan tubuh secara keseluruhan, karena infeksi mulut dapat mempengaruhi bagian lain dari tubuh.**

Meningkatkan Kualitas Hidup

- 3. Dengan gigi dan mulut yang sehat, seseorang dapat menikmati makanan dengan baik, berbicara dengan jelas, dan berinteraksi sosial tanpa rasa malu.**

Mencegah Bau Mulut

4. Kebersihan mulut yang baik membantu menghindari masalah bau mulut, yang dapat mempengaruhi hubungan sosial dan kepercayaan diri.
5. Mengurangi Biaya Perawatan Kesehatan

Dengan menjaga kebersihan gigi dan mulut, risiko untuk memerlukan perawatan gigi yang mahal dapat diminimalkan, sehingga menghemat biaya kesehatan di masa depan.

A.1.6 Perilaku Terhadap Kebersihan Gigi dan Mulut

Perilaku pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut yang baik sangat berfungsi dalam menentukan derajat kesehatan dari setiap individu. Oleh sebab itu, perilaku pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut yang buruk harus diperbaiki (Saptiwi, dkk, 2019).

Perilaku dapat di bentuk 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. Pengukuran kebersihan gigi dan mulut seseorang menurut Green and Vermillion menggunakan indeks yang dikenal sebagai berikut :

1. Oral Hygiene Index Simplified (OHI-S)

Mengukur kebersihan gigi dan mulut merupakan upaya untuk menentukan keadaan kebersihan gigi dan mulut seseorang. Pada umumnya untuk mengukur kebersihan gigi dan mulut digunakan index. Index adalah suatu angka yang menunjukkan keadaan klinis yang didapat pada waktu dilakukan pemeriksaan dengan cara

mengukur luas dari permukaan gigi yang ditutupi oleh plak maupun calculus (Putri, dkk, 2012).

a) Gigi Index OHI-S

Menurut Green dan Vermillion (dalam Putri, Herijulianti, dan Nurjanah, 2012), mengukur kebersihan gigi dan mulut seseorang memilih enam permukaan gigi index tertentu yang cukup dapat mewakili segmen depan maupun belakang dari seluruh permukaan gigi yang ada dalam rongga mulut. Gigi-gigi yang dipilih sebagai gigi index beserta permukaan gigi index yang dianggap mewakili tiap gigi segmen adalah :

- a. Gigi 16 pada permukaan bukal
- b. Gigi 11 pada permukaan labial
- c. Gigi 26 pada permukaan bukal
- d. Gigi 36 pada permukaan lingual
- e. Gigi 31 pada permukaan labial
- f. Gigi 46 pada permukaan lingual

b) Kriteria untuk OHI-S sebagai berikut :

- a) Nilai Baik : 0 - 1,2
- b) Nilai Sedang : 1,3 - 3
- c) Nilai Buruk : 3,1 - 6

Permukaan yang diperiksa adalah permukaan gigi yang jelas terlihat dalam mulut. Gigi index yang tidak ada pada suatu segmen akan dilakukan penggantian gigi tersebut dengan ketentuan sebagai berikut :

- a. Jika gigi molar pertama tidak ada, penilaian dilakukan pada molar kedua,
- b. Jika gigi molar pertama dan kedua tidak ada, penilaian dilakukan pada molar ketiga akan tetapi jika molar pertama, kedua, dan ketiga tidak ada maka tidak ada penilaian untuk segmen tersebut.
- c. Jika gigi insisivus pertama kanan atas tidak ada, dapat diganti dengan gigi insisivus kiri dan jika gigi insisivus kiri bawah tidak ada, dapat diganti dengan gigi insisivus pertama kanan bawah, akan

tetapi jika gigi insisivus pertama kiri atau kanan tidak ada, maka tidak ada penilaian untuk segmen tersebut.

2. Debris

Debris index merupakan nilai (skor) yang diperoleh dari hasil pemeriksaan terhadap endapan lunak di permukaan gigi yang dapat berupa plak, material alba, dan food debris, sedangkan calculus index merupakan nilai (skor) dari endapan keras yang terjadi akibat pengendapan garam-garam anorganik yang komposisi utamanya adalah kalsium karbonat dan kalsium posfat yang bercampur dengan debris, mikroorganisme, dan sel-sel ephitel deskuamasi (Putri, dkk, 2012).

a) Kriteria untuk debris sebagai berikut :

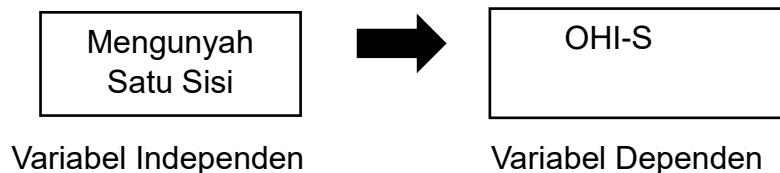
1. Nilai 0 tidak ada debris/sisa makanan yang menempel pada permukaan gigi.
2. Nilai 1 debris/sisa makanan menutup tidak lebih dari 1/3 permukaan servikal di permukaan gigi.
3. Nilai 2 debris menutup lebih dari 1/3 tetapi kurang dari 2/3 permukaan gigi yang diperiksa.
4. Nilai 3 debris menutup lebih dari 2/3 permukaan gigi yang diperiksa. Skor debris indeks setiap orang diperoleh dengan cara menjumlahkan skor debris tiap permukaan gigi dan dibagi oleh jumlah dari permukaan gigi yang diperiksa.

Kriteria untuk kalkulus sebagai berikut :

1. Nilai 0 tidak terdapat kalkulus.
2. Nilai 1 ada kalkulus supragingiva menutupi tidak lebih dari 1/3 dari permukaan gigi.
3. Nilai 2 ada kalkulus menutupi lebih dari 1/3 permukaan gigi tetapi tidak lebih dari 2/3 permukaan gigi yang di periksa atau adanya bercak kalkulus subgingiva pada bagian servikal gigi.
4. Nilai 3 ada kalkulus supragingiva menutupi lebih dari 2/3 permukaan yang di periksa atau adanya pita tebal yang tidak

terputus dari kalkulus subgingiva pada sekeliling servikal gigi yang di periksa.

B. Kerangka Konsep



C. Definisi Operasional

Adapun yang menjadi Definisi Operasional pada penelitian ini adalah :

1. Mengunyah satu sisi adalah kebiasaan anak dalam mengunyah makanan hanya menggunakan satu sisi mulut (kanan atau kiri) secara konsisten. Diukur melalui tanya jawab tentang kebiasaan mengunyah satu sisi.
2. Kebersihan gigi dan mulut adalah kondisi didalam rongga mulut siswa/i apakah bebas dari kotoran seperti debris, plak dan kalkulus atau terdapat kotoran yang diukur dengan penilaian OHI-S (Debris indeks dan Kalkulus indeks), berdasarkan pemeriksaan yang dilakukan.