Proceeding of Health Polytechnic Jakarta I
Kolaborasi Interprofesional dalam Peningkatan Derajat KesehatanMasyarakat
eISSN : 3110-7478

TEKNIK MENYIKAT GIGI DAN GAMBARAN ABRASI GIGI PADA USIA 30 – 60 TAHUN

Kayla Aura Budi Prahesa[1]✉, Indrayati Fadjeri[2], Siti Nurbayani Tauchid[3], Rosyda Aufia Sanata Alfaini[4]

Coresponding author: kaylaaura0407@gmail.com

[1,2,3,4] Jurusan Kesehatan Gigi, Poltekkes Kemenkes Jakarta I, Indonesia

Genesis Naskah:

Abstrak
Latar belakang: Metode menyikat gigi, frekuensi menyikat gigi, serta tekanan yang diberikan saat menyikat gigi merupakan faktor yang berkaitan dengan abrasi gigi seseorang. Selain itu, jenis bulu sikat gigi, ketahanan bulu sikat, dan karakteristik abrasif dari pasta gigi yang digunakan juga berperan dalam terjadinya abrasi gigi. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan teknik menyikat gigi dan abrasi gigi pada warga usia 30-60 tahun di RT 02 RW 07 Larangan Indah, Kota Tangerang. Metode: Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif. Hasil: Didapatkan hasil teknik menyikat gigi sebanyak 63,9% warga menyikat gigi dengan teknik yang masih salah. Dari hasil penelitian data gambaran abrasi gigi tersebut, terdapat 20 warga (55,6%) mengalami abrasi gigi dan 16 warga (44,4%) tidak mengalami abrasi gigi. Kesimpulan: Sebagian besar responden belum menerapkan teknik menyikat gigi yang benar.

Kata Kunci : Teknik menyikat gigi, Abrasi gigi

TOOTHBRUSHING TECHNIQUE AND TOOTH ABRASION PATTERNS AMONG INDIVIDUALS AGED 30–60 YEARS

Abstract
Background: Toothbrushing method, frequency of brushing, and pressure applied when brushing are factors related to a person's tooth abrasion. In addition, the type of toothbrush bristles, the durability of the bristles, and the abrasive characteristics of the toothpaste used also play a role in the occurrence of tooth abrasion. Objective: This study aims to describe the technique of brushing teeth and tooth abrasion in residents aged 30-60 years in RT 02 RW 07 Larangan Indah, Tangerang. Method: This study uses a descriptive research method. Result:The results of the tooth brushing technique were that 63.9% of residents brushed their teeth with the wrong technique. From the results of the study of the tooth abrasion data, there were 20 residents (55.6%) experiencing tooth abrasion and 16 residents (44.4%) did not experience tooth abrasion. For residents aged 30-60 years RT 02 RW 07 Larangan Indah, Tangerang. Results: The study showed that the majority of respondents had not implemented the correct tooth-brushing technique, including using the wrong technique.

Keywords: Tooth brushing technique, Tooth abrasion

Pendahuluan

Menjaga kebersihan mulut merupakan salah satu langkah penting untuk meningkatkan kesehatan gigi dan area mulut. Kesadaran dan upaya perawatan individu sangat diperlukan untuk menjaga kebersihan gigi dan mulut. Perawatan gigi dan mulut yang baik berperan besar dalam mengendalikan atau menghilangkan plak secara teratur. Salah satu tindakan pencegahan yang dapat dilakukan adalah dengan menjaga kebersihan mulut secara rutin, seperti menyikat gigi (Wilis & Keumala, 2023).

Salah satu permasalahan kesehatan gigi yang paling sering dijumpai di seluruh dunia adalah kerusakan gigi (Ameriagitri et al., 2020). Perilaku yang berkaitan dengan kesehatan, termasuk kesehatan gigi dan mulut, dapat dibagi ke dalam tiga aspek utama: pengetahuan, sikap, dan tindakan. Kebiasaan merawat kesehatan gigi dan mulut yang didasari oleh pemahaman, kesadaran, dan sikap positif cenderung memberikan dampak yang lebih besar dibandingkan dengan mereka yang tidak memiliki landasan tersebut. Sebaliknya, minimnya pemahaman mengenai kesehatan gigi dan mulut dapat menjadi salah satu penyebab timbulnya berbagai masalah atau gangguan kesehatan (Skripsa et al., 2021).

Metode menyikat gigi yang tidak tepat dapat menyebabkan pembukaan bagian akar gigi karena pergeseran sambungan margin gusi ke posisi yang lebih rendah dari *cementoenamel junction* dan dapat mengarah pada terjadinya abrasi gigi. Abrasi yang timbul akan menciptakan alur atau celah berbentuk huruf 'V' pada bagian akar gigi, tepat di antara mahkota dan gusi, yang menyebabkan gigi menjadi lebih sensitif terhadap rangsangan suhu, baik panas maupun dingin. Abrasi dapat terjadi pada semua gigi, tetapi biasanya paling sering ditemukan di bagian servikal sisi luar gigi insisivus, kaninus, dan premolar di kedua rahang. Metode menyikat gigi, frekuensi menyikat gigi, serta tekanan yang diberikan saat menyikat gigi merupakan faktor yang berkaitan dengan abrasi gigi seseorang. Selain itu, jenis bulu sikat gigi, ketahanan bulu sikat, dan karakteristik abrasif dari pasta gigi yang digunakan juga berperan dalam terjadinya abrasi gigi (Arsyad et al., 2021).

Natamiharja dan rekan-rekannya pada tahun 2009 telah melakukan studi di Indonesia yang melibatkan ibu-ibu berusia antara 30 hingga 59 tahun di Riau, Sumatera Utara dan dari 200 partisipan, ditemukan bahwa prevalensi abrasi gigi mencapai 36%. Penelitian ini juga mengindikasikan bahwa tingkat abrasi gigi meningkat seiring bertambahnya usia kelompok tersebut. Angka prevalensi abrasi gigi pada kelompok berusia 30-39 tahun adalah 22,58%, sedangkan untuk usia 40-49 tahun, angkanya meningkat menjadi 45,45%, dan yang tertinggi adalah kelompok usia 50-60 tahun dengan prevalensi 53,33%. Selain itu, metode menyikat gigi berpengaruh terhadap adanya abrasi gigi yang ditemukan dalam penelitian ini. Responden yang menggunakan teknik menyikat gigi secara horizontal mencatat prevalensi abrasi tertinggi, yaitu sebesar 54% (Kalangie et al., 2016)

Berdasarkan penjelasan di atas, penulis berminat untuk melakukan studi pada Warga RT 02 TW 07 Larangan Indah Kota Tangerang. dengan maksud untukmemahami cara menyikat gigi dan kondisi abrasi gigi yang dialami oleh paraWarga RT 02 RW 07 Larangan Indah Kota Tangerang. Penelitian ini dilaksanakan di rumah warga RT 02 RW 07 Larangan Indah Kota Tangerang.

Metode

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif. Penelitian metode deskriptif adalah suatu metode yang menggambarkan sesuatu atau mendeskripsikan mengenai objek yang diteliti melalui data-data dan informasi yang telah dikumpulkan sebelumnya (Sugiyono, 2017).

Populasi dalam penelitian ini adalah warga usia 30-60 Tahun RT 02 RW 07 Larangan Indah Kota Tangerang yang berjumlah 30 Kartu Keluarga atau 55 warga yang berusia 30-60 tahun. Sampel penelitian yang diambil dengan teknik *purposive sampling*, yaitu subjek yang diambil dari populasi adalah yang memenuhi krtiteria sampel yang ditetapkan oleh peneliti.

Kriteria sampel antara lain warga usia 30 - 60 tahun di RT 02 RW 07 Larangan Indah Kota Tangerang; tercatat sebagai warga di RT 02 RW 07 Larangan Indah Kota Tangerang; dan bersedia untuk menjadi sampel penelitian. Sampel yang diambil dalam penelitian ini didasarkan pada rumus Slovin dan didapatkan sebanyak 36 responden. Penelitian ini dilaksanakan *door to door* ke rumah warga yang beralamat di RT 02 RW 07 Larangan Indah Kota Tangerang dengan waktu pengambilan data pada Jumat, 04 April 2025 dan Minggu, 06 April 2025.

Instrumen pengumpulan data yang digunakan pada pengumpulan data adalah lembar observasi dan lembar kartu status kelainan gigi geligi berupa abrasi gigi. Mekanisme pengumpulan data dimulai pada pertemuan pertama untuk meminta izin kepada Ketua RT 02 RW 07 Larangan Indah Kota Tangerang, dilanjutkan menjelaskan maksud dan tujuan peneliti, mengatur waktu untuk melakukan penelitian, serta memberi lembar persetujuan (*informed consent*). Pertemuan kedua dilakukan observasi teknik menyikat gigi dan pemeriksaan abrasi gigi. Data yang telah terkumpul dilakukan analisis data. Analisis data pada penelitian ini adalah analisis deskriptif yang merupakan gambaran antara variabel dan ditambilkan dalam bentuk tabel dan presentase.

Hasil

Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur dan Jenis Kelamin

Karakteristik	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Umur		
30 – 40 tahun	6	16.7
41 – 50 tahun	14	38.9
51 – 60 tahun	16	44.4
Total	36	100
Jenus kelamin		
Laki -laki	9	25
Perempuan	27	75
Jumlah	36	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 51-60 tahun yaitu sebanyak 16 orang (44.4%), dan terdapat responden usia 30-40 tahun sebanyak 6 orang (16.7%), serta usia 41-50 tahun sebanyak 14 orang (38.9%). Sebagian besar warga RT 02 RW 07 Larangan Indah Kota Tangerang

adalah perempuan yaitu sebanyak 27orang (75%) dan terdapat responden laki-laki warga RT 02 RW 07 Larangan Indah Kota Tangerang yaitu sebanyak 7 orang (25%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Teknik Menyikat Gigi

Kategori	Jumlah (n)	Presentase (%)
Benar	13	36.1
Salah	23	63.9
Jumlah	36	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebanyak 13 warga (36.1%) sudah menyikat gigi dengan benar dan sebanyak 23 warga (63.9%) masih menyikat gigi dengan teknik yang salah.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Abrasi Gigi

Abrasi Gigi	Jumlah (n)	Presentase (%)
Ya	20	55.6
Tidak	16	44.4
Jumlah	36	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa sebanyak 20 warga (55,6%) mengalami abrasi gigi dan sebanyak 16 warga (44,4%) bebas abrasi gigi.

Pembahasan

Penelitian dan pengamatan yang dilakukan pada 36 warga RT 02 RW 07 Larangan Indah Kota Tangerang didapatkan hasil teknik menyikat gigi sebanyak 63,9% warga menyikat gigi dengan teknik yang masih salah. Gambaran abrasi gigi terdapat 20 warga (55,6%) mengalami abrasi gigi dan 16 warga (44,4%) tidak mengalami abrasi gigi. Besarnya jumlah warga yang mengalami abrasi gigi mungkin terjadi akibat penggunaan teknik menyikat gigi yang salah secara terus menerus dan mendapatkan gesekan sejajar pada permukaan enamelnya apalagi jika dilakukan dengan tekanan yang keras setiap hari. Hasil tersebut sama dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Simaremare & Sihombing (2023) yang menyatakan hubungan antara perilaku menyikat gigi terhadap kejadian abrasi gigi.

Penelitian ini menunjukkan terdapat banyaknya gigi yang abrasi pada gigi premolar. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kalangie et al. (2016) dengan hasil menunjukkan bahwa 74,15% responden mengalami abrasi gigi dan metode menyikat gigi horizontal ditemukan paling sering digunakan dan sebagian besar kasus abrasi terjadi pada gigi premolar.

Hasil penelitian ini menunjukkan sebanyak 44.4% warga pada kelompok usia 51-60 tahun mengalami abrasi gigi. Hasil sejalan dengan penelitian terdahulu oleh Kalangie et al. (2016) yang menyatakan prevalensi abrasi gigi tertinggi (34%) ditemukan pada rentang usia 50-60 tahun. Hal teserbut dikarenakan menyikat gigi dengan teknik yang salah secara terus menerus dalam jangka waktu yang lama.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden belum menyadari metode yang benar dalam menyikat gigi menggunakan teknik kombinasi. Rodríguez (2019) menyebutkan bahwa teknik menyikat gigi yang efektif dan benar mencakup: untuk bagian depan yang menghadap bibir disikat dengan gerakan vertikal dari atas ke bawah; untuk semua permukaan mengunyah pada gigi atas dan bawah menggunakan gerakan maju mundur atau horizontal; untuk permukaan gigi bagian depan yang menghadap lidah dan gigi depan yang menghadap langit-langit disikat dengan arah keluar dari mulut atau metode bass; serta untuk permukaan gigi yang mengarah ke sisi pipi disikat dengan gerakan *roll* atau vertikal.

Kesimpulan dan Saran

Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa gambaran teknik menyikat gigi pada warga usia 30-60 tahun RT 02 RW 07 sebanyak 63,9% warga menggunakan teknik menyikat gigi yang salah dan gambaran abrasi gigi pada warga usia 30-60 tahun RT 02 RW 07 Larangan Indah Kota Tangerang sebanyak 55,6% warga mengalami abrasi gigi. Responden diharapkan untuk mengubah kebiasaan dalam teknik menyikat gigi dan segera melakukan perawatan pada gigi yang telah mengalami abrasi.

Daftar Pustaka

Ameriagitri, Z. A., Adhani, R., & Nahzi, Y. M. (2020). Hubungan Antara pH Saliva dengan Indeks DMF-T Anak yang Mengkonsumsi Air Pdam dan Air Sumur Gali. Dentin Jurnal Kedokteran Gigi, IV(3), 75–80.

Arsyad, A., Andi Nur Rahmania, A. N. R., & Muliyana, M. (2021). Abrasi Gigi Ditinjau dari Cara Menyikat Gigi pada Masyarakat Majelling Kecamatan Maritengae Kabupaten Sidenreng Rappang. Media Kesehatan Gigi: Politeknik Kesehatan Makassar, 19(2), 14–19. https://doi.org/10.32382/mkg.v19i2.1954.

Kalangie, P., Gunawan, P., & Anindita, P. S. (2016). Gambaran Abrasi Gigi Ditinjau dari Metode Menyikat Gigi pada Masyarakat di Lingkungan II Kelurahan Maasing Kecamatan Tuminting Kota Manado. Pharmacon, 5(2), 50–59.

Rodríguez, Velastequí, M. (2019). Gambaran Perilaku Menyikat Gigi. https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/egigi/article/view/47768.

Simaremare, A. B., & Sihombing, K. P. (2023). Hubungan Perilaku Menyikat Gigi dengan Kejadian Abrasi Gigi. E-GiGi, 11(2), 286–292. https://doi.org/10.35790/eg.v11i2.47768

Skripsa, T. H., Unique, A. A., & Hermawati, D. (2021). Hubungan Pengetahuan dan Tindakan Menjaga Kesehatan Gigi Mulut dengan Keluhan Subyektif Permasalahan Gigi Mulut pada Mahasiswa Kesehatan dan Non Kesehatan. E-GiGi, 9(1), 71–78. https://doi.org/10.35790/eg.9.1.2021.32676.

Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. In Alfabeta.

Wilis, R., & Keumala, C. R. (2023). Hubungan Perilaku Menyikat Gigi dengan Status Kebersihan Gigi dan Mulut PHPM (*Personal Hygiene Performance-Modified*) pada Murid Sekolah Dasar. Jurnal SAGO Gizi Dan Kesehatan, 5(1), 107. https://doi.org/10.30867/gikes.v5i1.1255.