

# **KESEHATAN GIGI DAN MULUT**

## **MAKALAH**

Dibawakan pada Ceramah di  
Badan Pengembangan Sistem Informasi  
dan Telematika Daerah (Bapesitelda)  
Provinsi Jawa Barat

Oleh

Isnaniah Malik, drg., Sp. Ort.



**BAGIAN ORTODONTI**  
**FAKULTAS KEDOKTERAN GIGI**  
**UNIVERSITAS PADJADJARAN**  
**BANDUNG**  
2008

## DAFTAR ISI

DAFTAR ISI	I
DAFTAR GAMBAR	2
ABSI RAK	3
<i>ABSTRACT</i>	4
BAB I        PENDAHULUAN	5
BAB II       MULUT DAN BAGIAN-BAGIANNYA	6
11.1    Karies	7
11.2    GINGIVITIS	8
BAB III      MEMELIHARA KESEHATAN GIGI	12
111.1   DIET MAKANAN	12
111.2   MENYIKAT GIGI	13
111.3   PENAMBALAN GIGI	14
111.4   PENCABUTAN GIGI	14
111.5   KONTROL ENAM BULAN SEKALI	15
BAB IV      KESIMPULAN	16
DAFTAR	17

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 - Bagian-bagian Gigi	6
Gambar 3.1 - Teknik menyikat gigi	13
Gambar 3.2 - Sebelum dan Sesudah Penambalan Gigi	14
Gambar 3.3 - Sebelum dan sesudah dilakukan pembersihan karang gigi	15

# KESEHATAN GIGI DAN MULUT

Oleh :

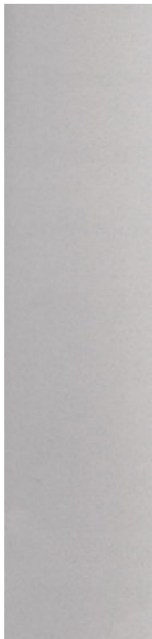
Isnaniah Malik, drg., Sp Ort

Bagian Ortodonti Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Padjadjaran Bandung

## ABSTRAK

Kesehatan gigi dan mulut sangat penting karena gigi dan gusi yang rusak dan tidak dirawat akan menyebabkan rasa sakit, gangguan pengunyahan dan dapat mengganggu kesehatan tubuh lainnya. Banyaknya gigi karies, gingivitis dan gigi berjejal harus segera ditangani dan semuanya dapat dicegah. Memelihara kesehatan gigi dan mulut sangat penting untuk memperoleh kesehatan tubuh kita.

KATA KUNCI; Karies, Gingivitis, Kesehatan Gigi



## *DENTAL AND MOUTH HEALTH*

*Created by :*

*Isnaniah Malik, drg., Sp Ort*

*Urtodontic Division, Faculty of Dentistry, Padjadjaran University, Bandung*

### *ABSTRACT*

*The dental and mouth health are very important since damaged and unhandled teeth and gum will cause pain, bite malfunction, and also trouble the other bodily health. Overmuch caries and crowded teeth existence should be handled quickly and they all can be prevented. The teeth and mouth healthcare is very important for the health of our body as a whole.*

*KEYWORDS; Caries, Gingivitis, Dental Health*



# **BABI**

## **PENDAHULUAN**

Kesehatan merupakan bagian terpenting dalam kehidupan manusia, sehat secara jasmani dan rohani. Tidak terkecuali anak-anak, setiap orang tua menginginkan anaknya bisa tumbuh dan berkembang secara optimal, hal ini dapat dicapai jika tubuh mereka sehat. Kesehatan yang perlu diperhatikan selain kesehatan tubuh secara umum, juga kesehatan gigi dan mulut, karena kesehatan gigi dan mulut dapat mempengaruhi kesehatan tubuh secara menyeluruh. Dengan kata lain bahwa kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian integral dari kesehatan tubuh secara keseluruhan yang tidak dapat dipisahkan dari kesehatan tubuh secara umum.

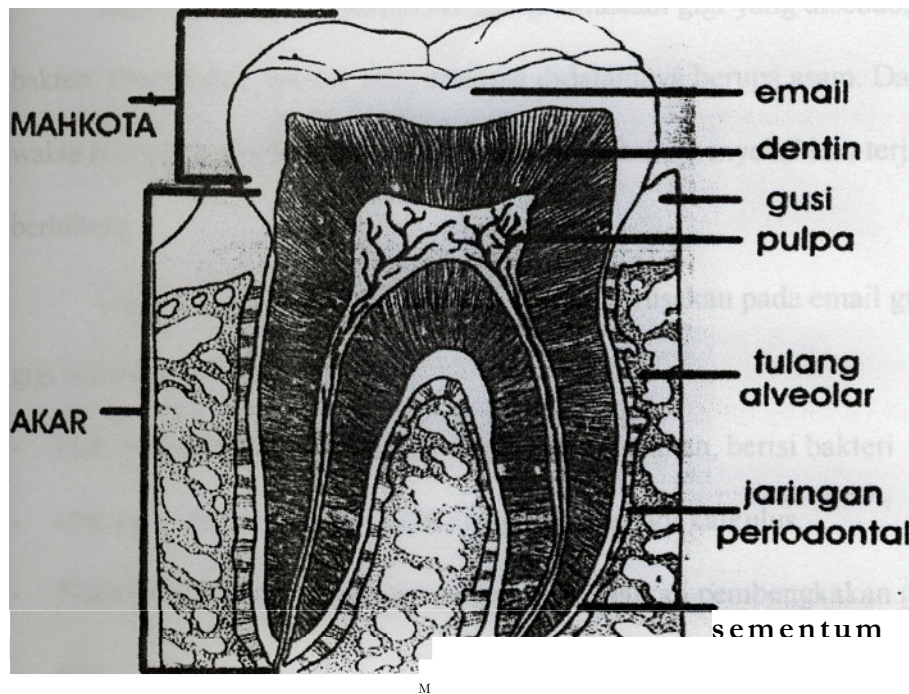
Untuk mencapai kesehatan gigi dan mulut yang optimal, maka harus dilakukan perawatan secara berkala. Perawatan dapat dimulai dari memperhatikan diet makanan, jangan terlalu banyak makanan yang mengandung gula dan makanan yang lengket. Pembersihan plak dan sisa makanan yang tersisa dengan menyikat gigi, teknik dan caranya jangan sampai merusak terhadap struktur gigi dan gusi. Pembersihan karang gigi dan penambalan gigi yang berlubang oleh dokter gigi, serta pencabutan gigi yang sudah tidak bisa dipertahankan lagi dan merupakan fokal infeksi. Kunjungan berkala ke dokter gigi setiap enam bulan sekali baik ada keluhan ataupun tidak ada keluhan.

Dengan memperhatikan hal-hal tersebut, maka akan dicapai suatu kesehatan gigi dan mulut yang optimal. Dengan demikian akan meningkatkan kesehatan tubuh secara keseluruhan dan akan meningkatkan etos kerja yang lebih baik lagi. Sehingga kesehatan jasmani dan rohani seperti yang diharapkan akan tercapai.

## BAB II

### MULUT DAN BAGIAN-BAGIANNYA

Mulut dibentuk oleh 2 rahang, yakni rahang atas dan rahang bawah. Pada rahang ini terdapat gigi dan gusi. Gigi dan mulut sendiri berfungsi untuk mengunyah, berbicara, dan memberikan bentuk yang harmonis pada muka.



Gambar 2.1 - Bagian-bagian Gigi

Gigi tersusun atas lapisan-lapisan. Lapisan-lapisan pada gigi yakni :

- |                        |  |
|------------------------|--|
| Email                  | : Lapisan terluar yang keras dan kuat                              |
| - Dentin               | : Lapisan di bawah email yang lebih lunak yang mudah rusak         |
| - Pulpa                | : Lapisan yang berisi pembuluh <u>darah</u> dan saraf              |
| - Gusi                 | : Lapisan 1 unak yang ada dalam mulut                              |
| - Cementum             | : Lapisan luar akar gigi   |
| - Jaringan Periodontal | : Jaringan yang memegang gigi sehingga melekat dalam tulang rahang |

Tulang Alveolar : Tulang tempat melekatnya gigi  
Gigi terbagi atas beberapa jenis. Jenis - jenis gigi yakni :

Gigi Seri, yaitu jenis gigi yang berbentuk seperti pahat Gigi

Taring, yaitu jenis gigi yang berbentuk runcing

Geraham, yaitu jenis gigi dengan bentuk penunjaan yang berlekuk-lekuk

## **11.1 KARIES**

Karies merupakan demineralisasi permukaan gigi yang disebabkan oleh bakteri.

Produk dari bakteri yang terdapat didalamnya berupa asam. Dalam periode waktu tertentu, asam ini akan menghancurkan email, menyebabkan terjadinya gigi berlubang.

Gigi Berlubang merupakan satu bentuk kerusakan pada email gigi. Penyebab gigi berlubang yakni :

Plak, yang mulai terkumpul 20 menit setelah makan, berisi bakteri

Plak yang tidak terangkat akan mengeras menjadi kalkulus.  
Plak dan kalkulus mengiritasi gusi mengakibatkan pembengkakan gusi dan kegoyangan gigi.

Asam yang dibentuk oleh bakteri pada permukaan email menyebabkan gigi berlubang.

Gigi berlubang akan merusak pembuluh syaraf dan pembuluh darah sehingga menyebabkan abses gigi.

Lubang gigi yang tidak ditambal akan menyebabkan gigi tanggal.

Gigi berlubang dapat terjadi pada semua umur. Paling sering terjadi pada anak-anak dan usia muda. Gigi berlubang pada anak-anak menyebabkan banyak hilangnya gigi pada usia muda. Tanda-tanda gigi berlubang : - Adanya lubang pada gigi



Makanan mudah terselip dalam lubang dan dapat disertai rasa sakit atau tidak  
Warna hitam pada permukaan gigi

Sakit gigi/Ngilu terutama saat makan dan minum yang , panas atau dingin  
Pemeriksaan gigi berlubang dapat dilakukan dengan sondasi dan pembuatan oto

Rontgen, sedangkan tahap perawatannya sebagai berikut :

Gigi berlubang dibersihkan dengan bor

Dapat ditambal dengan menggunakan amalgam, emas, porselen atau resin

komposit

Porselen dan komposit sering dipakai untuk gigi depan karena mempunyai warna  
mendekati warna gigi yang alami

Amalgam dan emas lebih kuat dan sering dipakai untuk gigi belakang

Kita dapat mencegah terjadinya gigi berlubang. Pencegahan itu di antaranya

dilakukan dengan cara :

Menjaga kebersihan mulut

Nenyikat gigi sedikitnya 2 kali sehari

Pemakaian dental floss

- Pemeriksaan rutin setiap 6 bulan sekali
- Setelah makan makanan yang lengket sebaiknya menyikat gigi atau berkumur -

Aplikasi fluoride pada permukaan gigi

## 11.2 GINGIVITIS

Gingivitis adalah sebuah inflamasi dari gusi yang disebabkan oleh akumulasi plak dan bakteri. Gingivitis adalah suatu kelainan berupa peradangan pada gusi. Gingivitis adalah suatu bentuk dari penyakit periodontal. Penyakit periodontal terjadi ketika inflamasi dan infeksi menghancurkan jaringan yang mendukung gigi, termasuk gusi, ligamen periodontal, soket gigi (tulang alveolar). Gingivitis disebabkan efek

jangka panjang dari penumpukan plak. Plak adalah sebuah materi yang melekat yang terbentuk disekitar gigi karena bakteri, saliva dan sisa makanan.

tersebut merupakan penyebab utama karies. Bahan dari plak yang dapat dibuang menjadi deposit keras yang disebut kalkulus yang tertimbun di bawah gigi. Plak dan kalkulus mengiritasi dan menyebabkan inflamasi pada gusi. Bakteri dan toksin yang dihasilkan oleh bakteri menyebabkan gusi terinfeksi, bengkak dan lunak.

Luka atau trauma pada gusi pada beberapa kasus, termasuk kesalahan cara menyikat gigi juga dapat menyebabkan gingivitis. Diabetes yang tidak terkontrol, kehamilan (karena perubahan hormonal yang meningkatkan sensitivitas pada gusi), penyakit sistemik dan kesehatan mulut yang buruk termasuk resiko untuk berkembangnya gingivitis. Keadaan gigi yang tidak beraturan, ujung tambalan yang kasar dan alat-alat yang kotor yang berada dimulut (alat ortodontik, gigi tiruan) dapat mengiritasi gusi dan meningkatkan resiko dari gingivitis.

Banyak orang mengalami gingivitis dengan derajat yang berbeda. Gingivitis biasanya berkembang sejalan dengan pubertas atau masa remaja, Dimana terjadi perubahan hormonal, yang menyebabkan frekuensi gingivitis tetap atau meningkat tergantung sebagaimana sehat gigi dan gusinya.

Gejala gingivitis :

Mulut kering

Pembengkakan pada gusi

Warna merah menyala atau merah ungu pada gusi

Gusi terlihat mengkilat

Pendarahan pada gusi

Gusi lunak pada saat disentuh tetapi tanpa rasa sakit

Tanda-tanda dan pemeriksaan gingivitis :

dan kalkulus terlihat diatas gusi

Gusi tidak sakit atau hanya terasa sedikit sakit

Pemeriksaan dental foto dan dental probing dapat menggambarkan keadaan

jaringan periodontal, dan sejauh mana tingkat kerusakannya

Untuk mengatasi gingivitis, dilakukanlah tindakan perawatan. Tujuan dari perawatan adalah untuk menekan inflamasi pada gingiva. Gigi dibersihkan seluruhnya oleh dokter gigi.

Perawatan ini mungkin, menggunakan beberapa macam instrumen untuk melepaskan dan membuang deposit dari gigi (scaling).

Instruksi cara penyikatan gigi yang benar harus diberikan pada pasien , dan harus dapat dimengerti. Dokter gigi mendemonstrasikan cara, menyikat gigi dan cara menggunakan dental floss. Periksa gigi disarankan 2 kali setahun atau lebih tergantung pada kasusnya. Obat kumur antibakteri atau obat-obatan lain dapat dianiurkan dalam i keadaan tertentu secara hati-hati.

, Memperbaiki keadaan gigi geligi yang buruk atau menggunakan alat Ortodontik dapat juga disarankan. Segala penyakit yang berhubungan dengan keadaan gigi dan mulut harus ditangani.

Pembuangan plak dan kalkulus dari gusi yang terinflamasi akan terasa tidak nyaman\_ Perdarahan dan pelunakan dari gusi akan berkurang antara 1 sampai 2 minggu setelah dibersihkan oleh dokter gigi. Air garam hangat atau obat kumur antibakteri dapat mempercepat proses penyembuhan. Obat-obatan anti inflamasi dapat menghilangkan rasa tidak nyaman setelah pembersihan.

Gusi yang sehat akan terlihat merah muda. Kebersihan mulut harus dijaga seumur hidup atau gingivitis dapat muncul kembali.

Gingivitis yang tidak ditangani dengan tindakan perawatan yang baik dapat berlanjut menjadi periodontitis. dan dapat pula terjadi infeksi atau abses dari gusi atau tulang rahang.

Kita dapat melakukan tindakan-tindakan pencegahan gingivitis. Kebersihan mulut yang baik adalah cara pencegahan terbaik melawan gingivitis. Gigi geligi seharusnya disikat paling tidak 2 kali sehari dan menggunakan dental floss sedikitnya 1 kali sehari. Untuk orang-orang yang rentan terhadap gingivitis, sikat gigi dan flossing dapat disarankan setiap selesai makan dan menjelang tidur.

## **BAB III**

### **MEMELIHARA KESEHATAN GIGI**

#### **111.1 DIET MAKANAN**

Pencegahan terhadap gigi berlubang dapat dimulai dari diet makanan yang kita konsumsi. Orang dewasa apalagi anak-anak sangat menyukai yang namanya permen, chiki atau makanan yang mengandung coklat baik berupa wafer salut coklat ataupun coklat biasa. Sebenarnya bukan tidak boleh mengkonsumsi makanan tersebut, sebaiknya setelah selesai mengkonsumsi makanan yang manis, minimal kumur-kumur dengan air putih dan lebih bagus lagi melakukan penyikatan gigi, apalagi bila makanan tersebut lengket dan menempel di gigi seperti karamel dan chiki.

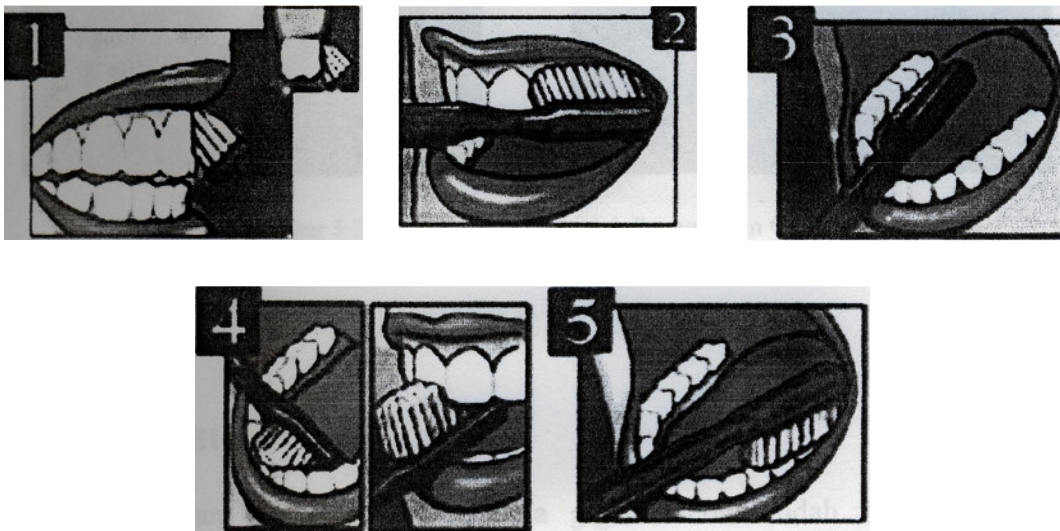
Makanan yang lengket dan menempel pada permukaan gigi sejalan dengan waktu dan saliva (air Liur) dan adanya bakteri, akan terurai menjadi asam dan akan melarutkan jaringan keras email sehingga bakteri mudah masuk kedalam jaringan gigi. Apabila hal tersebut telah terjadi maka giginya akan berlubang, dengan gejala-gejala mulai dari linu saat minum air dingin, air panas atau pada saat makan makanan yang manis. Berlanjut sampai sakit berdenyut dan bahkan sampai bengkak pada gusi. Bila sudah demikian, maka perawatannya menjadi lebih lama dan lebih kompleks.

Makanan yang bagus untuk kesehatan gigi juga kesehatan tubuh secara keseluruhan ialah makan yang banyak mengandung serat, seperti buah-buahan dan sayuran. Selain bagus untuk pencernaan, makanan yang berserat juga, secara tidak langsung dapat membersihkan sisa makanan yang lengket yang menempel pada gigi.

### III.2 MENYIKAT GIGI

Dalam hal menyikat gigi teknik apapun yang dipergunakan, yang harus diperhatikan adalah cara menyikat gigi tersebut jangan sampai merusak struktur gigi. Karena kebanyakan di lingkungan masyarakat banyak yang salah dalam melakukan penyikatan terhadap gigi sehingga mengakibatkan gigi banyak yang rusak.

Teknik penyikatan yang baik adalah dengan mempergunakan bulu sikat yang lunak dan arah penyikatan dari arah gusi ke arah gigi. Dengan demikian, selain melakukan pembersihan terhadap plak yang menempel pada permukaan gigi, juga melakukan pemijatan terhadap gusi yang akan memperlancar peredaran darah disekitar gusi dan menjadi lebih sehat. Posisi dari bulu sikat terhadap permukaan gigi bersudut  $45^\circ$ . Tetapi apabila telah terbentuk karang gigi maka harus kontrol ke dokter gigi untuk dilakukan pembersihan karang gigi, karena hal tersebut tidak dapat dilakukan sendiri oleh pasien, sebab memerlukan alat khusus.

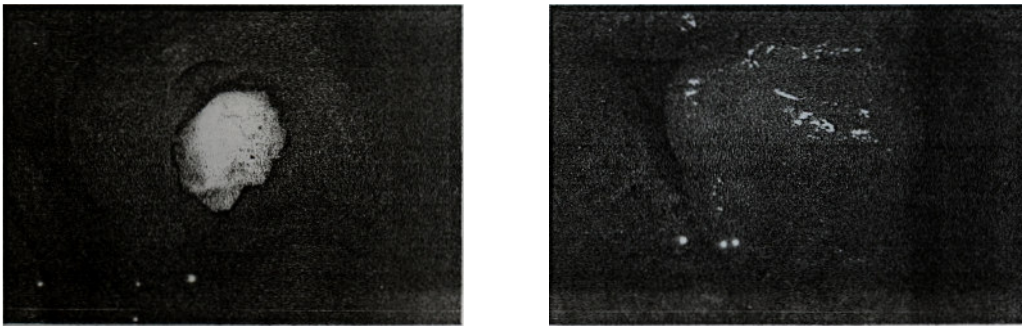


Gambar 3.1 - Teknik menyikat gigi<sup>1</sup>

### **11.3 PENAMBALAN GIGI**

Penambalan gigi terhadap gigi yang berlubang sebaiknya dilakukan sedini mungkin sebelum kelainannya menjadi lebih berat lagi. Apabila penambalan dilakukan sedini mungkin, kunjungan ke dokter gigi menjadi lebih sedikit, dalam artian sekali datang bisa langsung dilakukan penambalan langsung. Apabila kelainannya sudah lebih berat, maka gigi tersebut harus dilakukan perawatan terlebih dahulu sehingga memerlukan kunjungan yang lebih banyak.

Pada saat sekarang ini jenis bahan tambal sudah lebih baik lagi, baik dari segi kekuatan atau pun kemiripan bahan tambal dengan warna gigi, sehingga gigi yang sudah ditambal tidak terlihat telah ditambal.



Gambar 3.2 - Sebelum dan Sesudah Penambalan Gigi

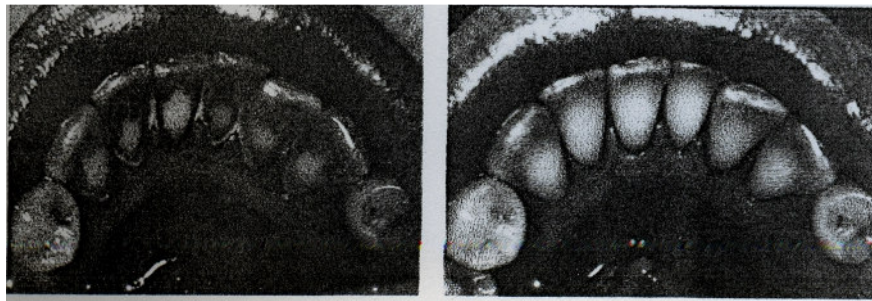
### **11.4 PENCABUTAN GIGI**

Pencabutan gigi dilakukan apabila gigi tersebut sudah tidak dapat lagi dipertahankan dan apabila gigi tersebut menjadi penyebab dari infeksi di dalam rongga mulut dan dapat menyebabkan kelainan ke organ yang lainnya. Sebagai salah satu contoh gigi yang harus dicabut ialah gigi rahang bawah yang paling ujung dan tertanam dan menyebabkan sakit dan bengkak, bahkan dapat menyebabkan kesulitan buka mulut. Karena terjadi peradangan disekitar gigi tersebut dan mempengaruhi

jaringan otot disekirarnya sehingga ototnya menjadi tegang dan sulit untuk membuka mulut. Pencabutan gigi ini termasuk ke dalam operasi keel] karena tingkat kesulitann\_ya dibnadingkan dengan pencabutan gigi yang biasa.

### **1115KONTROL ENAM BULAN SEKALI**

Kontrol tiap enam bulan dilakukan meskipun tidak ada keluhan. Hal ini dilakukan untuk memeriksa apakah terdapat gigi lain yang berlubang selain yang telah ditambal, sehingga dapat dilakukan perawatan sedini mungkin. Selain itu juga untuk melihat, apakah telah terdapat kembali karang gigi dan kelainan-kelainan lainnya yang mungkin ada.



Gambar 3.3 - Sebelum dan sesudah dilakukan pembersihan karang gigi



## BAB IV

### KESIMPULAN

Gigi yang sehat adalah gigi yang rapih, bersih, bercahaya dan didukung oleh gusi yang sehat, yaitu gusi yang kencang dan berwarna merah muda. Untuk mencapai kesehatan gigi dan mulut yang optimal, maka harus dilakukan perawatan secara berkala, sehingga didapatkan kondisi gigi dan jaringan rongga mulut yang sehat. Hal tersebut dapat dicapai dengan memeriksakan kesehatan gigi dan mulut ke dokter gigi setiap enam bulan sekali dan bukan hanya apabila terdapat keluhan saja.



,

### PUSTAKA

1. Pine, M C. Comunit Oral Health. Reed Educational & Professional Publishing Ltd.  
1997
2. almatsier, S. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. PT Gramedia Pustaka Utama. Jakarta. 2003
3. Newman. Takei. Carranza,. Clinical Periodontology. 9<sup>th</sup> edition. W B Saunders  
Company. Philadelphia. 2002
4. Dental Caries :1 *MedlinePlus Medical Isncyclopedia*, page accessed August 14,  
2006.

