

## LITERATURE REVIEW: PERILAKU MENYIKAT GIGI PADA REMAJA SEBAGAI UPAYA PEMELIHARAAN KESEHATAN GIGI DAN MULUT

### LITERATURE REVIEW: *BRUSHING BEHAVIOR IN ADOLESCENTS AS A MAINTENANCE OF DENTAL AND MOUTH HEALTH*

Endang Purwaningsih<sup>1\*</sup>, Aisyah Syarifah Aini<sup>2</sup>, Siti Fitria Ulfah<sup>3</sup>, Sri Hidayati<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Jurusan Keperawatan Gigi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Surabaya

\*Email: aisysyarifah@gmail.com

Diterima: 28 Juli 2021

Direvisi: 30 Oktober 2021

Disetujui: 19 Juni 2022

#### ABSTRAK

**Latar belakang:** DMF-T kelompok umur remaja masih mencapai 1,9 yang mana angka ini masih belum mencapai target RAN Pelayanan Kesehatan Gigi dan Mulut tahun 2020 yaitu indeks DMF-T yaitu sebesar 4,1 pada semua umur dan indeks DMF-T yaitu 1,26 pada kelompok umur 12 tahun yang masuk pada kelompok usia remaja.

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk perilaku remaja dalam menyikat gigi.

**Metode:** Penelitian ini adalah literatur review menggunakan metode penelusuran artikel yang telah lulus proses publikasi pada 4 database publikasi akademik dan full text yaitu Google Scholar, PubMed, Proquest, dan DOAJ terbitan 5 tahun terakhir tahun 2016-2020 yang dapat diakses fulltext dalam format pdf dan scholarly.

**Simpulan:** Sebagian remaja sudah menyikat gigi dua kali dalam sehari, namun masih terdapat remaja yang belum melakukan perilaku menyikat gigi dengan frekuensi menyikat gigi yang dianjurkan. Remaja cenderung menyikat gigi pada malam hari. Namun ada sebagian kelompok remaja yang belum memperhatikan waktu menyikat gigi yang baik dan benar. Sebagian besar remaja menggunakan teknik kombinasi dan sebagian lainnya menggunakan teknik vertikal dan remaja perempuan di uar negeri cenderung menggunakan dental floss sebagai alat penunjang menyikat gigi.

**Kata kunci:** Menyikat gigi; pemeliharaan kesehatan gigi; remaja

#### ABSTRACT

**Background:** DMF-T of adolescent grup is 1.9. This number can figure out still does not meet the RAN target for Dental and Oral Health Services in 2020, namely the DMF-T index of 4.1 for all ages and the DMF-T index of 1.26 in the 12 year age group.

**Objective:** This study aims to determine the form of adolescent behavior in brushing teeth.

**Methods:** This study was a literature review using the method of searching for articles that have passed the publication process in 4 academic publications and full text databases, namely Google Scholar, PubMed, Proquest, and DOAJ published in the last 5 years 2016-2020 which can be accessed in full text in pdf and formats. scholarly.

**Conclusion:** Some teenagers brush their teeth twice a day, but there are still teenagers who have not perform brushing behavior with the recommended frequency of brushing teeth. Teens tend to brush their teeth at night. However, there are some teenagers who have not paid attention to the time of brushing their teeth properly. Most adolescents use a combination technique and some use vertical techniques and female adolescents abroad tend to use dental floss as a supporting tool for brushing their teeth.

**Keywords:** Brushing teeth; dental health maintenance; adolescents

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa di mana jiwa intelektual, sosial, emosional dan kognitif sedang berkembang sehingga merupakan masa yang berharga dalam sebuah fase kehidupan seseorang. WHO menyatakan usia 12-15 tahun dijadikan usia yang menjadi indikator dalam "Global Goals for Oral Health 2020", usia tersebut dapat dijadikan indikator dalam pemantauan penyakit gigi dan perilaku dalam menyikat gigi dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut sebab hampir semua gigi permanen yang dapat digunakan indeks penelitian telah seutuhnya tumbuh kecuali molar tiga.

Menurut WHO, remaja adalah penduduk dalam kisaran usia 10-19 tahun. Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014 menyebutkan bahwa remaja ialah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Memasuki fase remaja, seseorang akan mengalami perubahan bentuk psikologis, mental dan fisik pada kehidupan mereka. Rasa malu biasanya sudah mulai muncul dalam diri sebagai bentuk perubahan psikologis. Hal ini biasanya muncul ketika penampilan mereka dirasa tidak indah dalam penampilan fisik, termasuk gigi yang tidak estetik yang timbul oleh adanya penyakit gigi yang muncul sebagai akibat gigi yang tidak dilakukan pemeliharaan dengan baik.<sup>1</sup>

Penyakit gigi adalah penyakit yang banyak berhubungan dengan akibat makanan dan gaya hidup. Terjadi kemungkinan peningkatan risiko untuk kesehatan gigi pada masa remaja karena seorang remaja akan menggunakan kebebasan dalam memutuskan sendiri makanan yang ingin mereka konsumsi. Remaja cenderung memilih apa yang dia inginkan dengan pilihannya sendiri, termasuk upaya pemeliharaan kesehatan gigi yang akan dipilih. Remaja pada masa ini berusaha untuk mencari penyesuaian

dengan lingkungannya sehingga ia berusaha mencari jalan serta kebebasan untuk menemukan hal tersebut, termasuk cara untuk melakukan pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut dalam dirinya.<sup>2</sup>

Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa mayoritas penduduk Indonesia (94,7%) mempunyai perilaku kebiasaan menyikat gigi yang baik yaitu sudah menerapkan perilaku menyikat gigi setiap hari. Namun sayangnya dari persentase tersebut hanya 2,8% yang menyikat gigi di waktu yang benar, yaitu minimal dua kali, pagi saat sesudah makan pagi dan malam saat sebelum tidur. Rentang yang tinggi antara perilaku masyarakat menyikat gigi setiap hari dengan perilaku masyarakat untuk menyikat gigi yang baik dan benar merupakan kesenjangan yang perlu diperhatikan.

Berkaitan dengan yang disampaikan pada Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI bahwa target Indonesia Bebas Karies 2030 adalah indeks DMF-T anak kelompok umur 12 tahun yang juga merupakan cakupan usia remaja mencapai angka 1. Pada tahun 2018, rata-rata indeks DMF-T gigi permanen di Indonesia mencapai angka 7,1 sedangkan untuk kelompok umur 12 tahun adalah 1,9. Angka ini masih belum memenuhi target RAN Pelayanan Kesehatan Gigi dan Mulut yang diharapkan pada tahun 2020 yaitu mencapai angka indeks DMF-T 4,1 pada semua umur dan indeks DMF-T 1,26 pada kelompok umur 12 tahun. Dalam hal ini menurut Lembaga Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI pada tahun 2019, karies termasuk akibat faktor risiko kesehatan gigi dan mulut salah satunya adalah kurang menjaga kesehatan gigi dan mulut salah satunya perilaku menyikat gigi yang kurang benar.<sup>3</sup>

Remaja cenderung menyikat gigi dengan waktu yang menurut mereka adalah waktu yang lama yaitu 2 menit. Mereka cenderung menganggap semakin lama menyikat gigi akan membuat perilaku menyikat gigi mereka menjadi baik. Namun

hasil analisa menyatakan ada beberapa bagian dari sekstan yang terlewat sehingga perilaku menyikat gigi belum optimal dikarenakan permukaan palatinal dan lingual yang terabaikan. Hal ini berakibat sehingga plak yang terdapat pada gigi belum terangkat dengan maksimal. Perilaku ini juga merupakan hal yang perlu diperhatikan dalam meninjau perilaku remaja dalam menyikat gigi dan mulut.<sup>4</sup>

Praktek kebersihan mulut oleh masing-masing individu adalah tindakan pencegahan yang paling dianjurkan, sehingga individu telah melakukan tindakan pencegahan yang sesungguhnya. Praktek kebersihan mulut ini dapat dilakukan oleh individu dengan cara menyikat gigi. Menyikat gigi berfungsi untuk menghilangkan dan menghindari terjadinya pembentukan plak dan debris, membersihkan kotoran sisa makanan yang menempel pada gigi, menstimulasi jaringan gingiva, serta menghilangkan halitosis atau biasa disebut bau mulut yang tidak diinginkan.<sup>5</sup>

Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI tahun 2019 menyebutkan upaya yang dapat dilakukan sebagai upaya memelihara kesehatan gigi dan mulut yaitu menerapkan perilaku menyikat gigi 2 kali sehari. Kebersihan gigi ialah salah satu faktor yang mempengaruhi kesehatan gigi. Keadaan kebersihan mulut dapat dinilai dari adanya sisa makanan dan kalkulus yang terdapat di permukaan gigi. Dampak buruk dari perilaku menyikat gigi yang kurang baik, bisa berakibat menimbulkan berbagai penyakit serius, karena kuman yang sudah membusuk dalam gigi dapat menyebabkan infeksi di kemudian hari pada jaringan gusi hingga masuk ke dalam aliran darah. Kondisi tersebut dapat mengakibatkan peradangan pada bagian tubuh lain seperti halnya pada otot jantung, ginjal, sendi, hingga muncul sakit kepala yang berkepanjangan, mata dan organ tubuh lainnya.

Berdasarkan teori H.L Blum, empat faktor penting adalah keturunan, lingkungan termasuk fisik maupun sosial dan budaya, perilaku, dan pelayanan kesehatan akan berpengaruh pada status kesehatan gigi dan mulut seseorang atau masyarakat. Berdasarkan empat faktor tersebut, perilaku adalah pemilik peranan yang penting dalam mempengaruhi status kesehatan gigi dan mulut.<sup>6</sup> Perilaku ini juga dapat berpengaruh pada faktor lingkungan dan pelayanan kesehatan. Menggosok gigi dapat dilakukan untuk menjaga kebersihan gigi dan mulut. Cara ini ialah cara paling mudah yang dapat diterapkan. Perilaku menyikat gigi dapat dikatakan baik serta benar apabila dilakukan secara tekun, teliti, dan teratur. Menyikat gigi merupakan rutinitas yang penting dan harus dipertahankan dalam menjaga serta memelihara kesehatan gigi agar terhindar dari bakteri serta membersihkan sisa makanan yang melekat dengan menggunakan bantuan sikat gigi.<sup>7</sup>

Menggosok gigi pada waktu yang optimal dapat diterapkan setelah sarapan di pagi hari dan malam sebelum tidur. Menggosok gigi setelah makan di pagi hari diharapkan dapat membersihkan sisa makanan yang menempel setelah makan dan malam sebelum tidur bertujuan untuk membersihkan sisa makanan yang menempel setelah makan malam. Dalam rangka mewujudkan pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut pada remaja maka diperlukan terlaksananya perilaku menyikat gigi dengan benar dimana perilaku menyikat gigi pada remaja akan dikaji pada penelitian ini melalui metode *systematic literature review*.

## METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah *literature review* atau tinjauan pustaka. Studi *literature review* adalah cara yang digunakan untuk mengumpulkan data atau sumber yang berhubungan pada

sebuah topik tertentu yang bisa didapat dari berbagai sumber seperti jurnal, buku, internet, dan pustaka lain. Penelitian ini hanya menggunakan sumber literatur dari jurnal artikel. Pencarian literatur dilakukan selama satu bulan.

Strategi pencarian literatur penelitian ini menggunakan metode penelusuran artikel yang telah lulus proses publikasi pada 4 *database* publikasi akademik dan *full text* yaitu *Google Scholar*, *PubMed*, *Proquest*, dan *DOAJ* menggunakan kata

kunci yang dipilih yakni: jurnal bahasa Indonesia menggunakan perilaku, menyikat gigi, remaja dan jurnal bahasa Inggris menggunakan "*adolescent toothbrushing behavior*". Artikel atau jurnal yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi diambil untuk selanjutnya. Literature review ini menggunakan literatur terbitan 5 tahun terakhir tahun 2016-2020 yang dapat diakses *fulltext* dalam format pdf dan *scholarly*.

## HASIL

Penulis (Tahun)	Metode	Hasil	Database
Sirat, dkk. (2020)	Desain: <i>Cross sectional</i> Sampel: Sebanyak 35 remaja yang merokok dengan usia 12-21 tahun. Instrumen: Wawancara, kuesioner	Remaja perokok yang memiliki perilaku menyikat gigi dengan kriteria perlu diberikan bimbingan yaitu 23 orang (65,7%) dan paling sedikit dengan kriteria sangat baik yaitu satu orang (2,9%). Hal ini dilihat dari perilaku menyikat gigi yang tidak benar dilihat dari teknik dan cara menyikat gigi, serta waktu menyikat gigi yang tidak benar.	<i>Google Scholar</i>
Linasari & Meilendra (2018)	Desain: <i>Cross sectional</i> Sampel: 142 orang Instumen: Kuesioner	Presentase terbesar kebiasaan menyikat gigi siswa/i pada malam hari	<i>Google Scholar</i>
Deinzer, dkk. (2019)	Desain: Deskriptif analitik Sampel: 174 anak usia 12 tahun Instrumen: Wawancara dan observasi	Rata-rata anak menggosok gigi selama 200 detik $\pm$ 80.48 detik Cara menyikat gigi: Lebih dari 55% anak melewati setidaknya satu sekstan saat menyikat permukaan bagian dalam, 16% melewati semuanya. Hanya 7,5% dari anak-anak yang menyikat permukaan dalam dan luar dengan gerakan yang diinginkan (gerakan vertikal pada permukaan dalam dan gerakan melingkar pada permukaan luar) dari total setidaknya 90% dari waktu masing-masing menyikat. Sebaliknya, menyikat horizontal sangat umum digunakan pada permukaan lateral	<i>Pro Quest</i>
Sadeghipour, dkk. (2019)	Deasin: <i>Cross sectional</i> Sampel: 201 remaja perempuan Instrumen: Kuesioner	39,3% siswa menyikat dua kali atau lebih setiap hari; sekitar 48,2% siswa menyikat sekali sehari dan sisanya (12,3%) melaporkan kadang-kadang dalam seminggu atau tidak menyikat gigi	<i>PubMed</i>

Penulis (Tahun)	Metode	Hasil	Database
Wulandari, dkk. (2018)	Desain: Cross sectional Sampel: 92 anak usia 12 tahun Instrumen: Wawancara, kuesioner	Hasil penelitian menunjukkan hanya 2,4% dari total sampel yang menyikat gigi dengan interval 12 jam.	Google Scholar
Barsevičienė, dkk. (2018)	Desain: <i>Cross sectional</i> Sampel: 1.150 remaja (52,4% perempuan dan 47,6% laki laki) dan usia rata-rata adalah 13,4 tahun. Instrumen: Wawancara, kuesioner	Anak perempuan menyikat gigi di pagi hari (92,9%) dan malam sebelum tidur (91,0%), serta anak laki-laki (85,0% dan 77,5%) Cara menyikat gigi: Hampir semua peserta (98,5%) menggunakan pasta gigi dan sikat gigi setiap hari, tetapi anak perempuan lebih sering menggunakan benang gigi (66,3% dibandingkan laki-laki 33,7%)	ProQuest
Sulistiyani, dkk. (2017)	Desain: <i>Cross sectional</i> Sampel: 40 orang (20 remaja laki-laki dan 20 remaja perempuan) Instrumen: Kuesioner	Sebanyak 42,5% responden menyikat gigi dengan metode kombinasi dan 2,5% responden menyikat gigi dengan metode vertikal.	Google Scholar
Mardelita (2019)	Desain: Deskriptif analitik Sampel: 70 remaja Instrumen: Kuesioner	Lebih dari setengah responden mempunyai sikap yang masih kurang baik mengenai pemeliharaan kesehatan gigi sebesar 31.2% sedangkan yang memiliki sikap baik sebesar 68.8%.  Sebagian besar responden sudah menyikat gigi dengan frekuensi lebih dari 2 (dua) kali sehari, tetapi waktu dan cara menyikat gigi dilakukan kurang tepat.	Google Scholar
Fitri, dkk. (2017)	Desain: <i>Cross sectional</i> Sampel: 67 orang, 34 laki-laki dan 33 perempuan. Instrumen: Kuesioner	Ketika malam hari sebanyak 98,50% waktu menyikat gigi dipagi hari yakni sebanyak 10,44% Frekuensi menyikat gigi: frekuensi menyikat gigi yang sesuai yaitu 35,82%,	Google Scholar
Puspitarini & Arini (2019)	Desain: <i>Cross sectional</i> Sampel: 50 orang Instrumen: wawancara dan observasi	Menyikat gigi: Perilaku Menyikat Gigi dengan kriteria masih perlu bimbingan berjumlah 36 orang (72%), kriteria baik 5 orang (10%) dan tidak ada dengan kriteria sangat baik, kriteria cukup 9 orang (18%).	Google Scholar

## PEMBAHASAN

### a. Analisis frekuensi menyikat gigi

Frekuensi menyikat gigi adalah banyaknya jumlah atau seberapa sering menyikat gigi dilakukan oleh seseorang dalam suatu kurun waktu tertentu. Jika dalam menyikat gigi ini, kurun waktu yang digunakan adalah 1 kali 24 jam atau satu hari. Frekuensi menyikat gigi yang dianjurkan adalah paling sedikit 2 kali dalam sehari sebagaimana dijelaskan oleh Safitri (2019) bahwa frekuensi menyikat gigi yang baik dan disarankan adalah paling sedikit setidaknya 2-3 kali sehari. Frekuensi menyikat gigi ini perlu diperhatikan karena akan berpengaruh pada perilaku menyikat gigi dan selanjutnya berpengaruh dan terwujudnya status kesehatan gigi remaja yang baik pada seseorang tersebut (Safitri, 2019). Seorang remaja menurut penelitian Deinzer, dkk. (2019) cenderung menyikat gigi dalam waktu 200 detik atau lebih dari waktu minimal dalam satu kali kegiatan menyikat gigi.<sup>4</sup> Hal ini sudah sesuai sebagaimana yang dianjurkan bahwa seorang dianjurkan menyikat gigi minimal selama dua menit (Sembiring, 2019). Namun perlu diperhatikan ada remaja yang masih belum memiliki frekuensi menyikat gigi yang benar. Seperti halnya dalam penelitian Sadeghipour, dkk. (2017) yang menunjukkan bahwa beberapa remaja masih ada yang menyikat gigi hanya sekali atau tidak sama sekali dalam kurun waktu tertentu.<sup>7</sup> Selanjutnya, menurut Wulandari (2018) juga menyebutkan bahwa perilaku juga berhubungan dengan sumber informasi termasuk pengetahuan yang didapatkan oleh remaja tersebut sesuai yang dijelaskan pada teori H.L Blum (1974) 39 cit (Notoatmodjo, 2014) menyebutkan bahwa salah satu yang merupakan *predisposing factors* adalah pengetahuan atau sumber informasi dan sikap seseorang yang akan membentuk suatu perilaku.<sup>8</sup> Berdasarkan hasil analisa yang telah dilakukan pada jurnal yang telah diklasifikasi dapat dijelaskan bahwa perilaku menyikat

gigi remaja dalam hal frekuensinya menunjukkan hasil yang belum sesuai dengan frekuensi minimal yang disarankan yakni menyikat gigi yakni 2 kali sehari yang mana perilaku ini akan berpengaruh dalam perilaku pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut pada remaja. Seperti halnya yang disampaikan Safitri (2019) yang menyatakan bahwa frekuensi pada kebiasaan membersihkan gigi dan mulut merupakan salah satu bentuk perilaku yang nantinya dapat mempengaruhi baik atau buruknya kebersihan gigi dan mulut. Salah satu bentuk perilakunya ialah dengan menyikat gigi dengan contoh frekuensi 1 kali, 2 kali, 3 kali hingga 4 kali. Namun, frekuensi menyikat gigi yang baik dan disarankan untuk diterapkan paling sedikit setidaknya 2-3 kali sehari.

### b. Analisis waktu menyikat gigi

Perilaku menyikat gigi merupakan hal yang termasuk dalam upaya pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut remaja. Waktu menyikat gigi termasuk dalam komponen perilaku menyikat gigi dan perlu diperhatikan sehingga sebagaimana yang disampaikan oleh Sirat (2017) pada penelitiannya, dalam pelaksanaan perilaku menyikat gigi remaja perlu bimbingan dengan pengajaran dan pendampingan oleh orang tua di rumah maupun guru di sekolah untuk melakukan perilaku menyikat gigi yang baik dan benar.<sup>9</sup> Waktu menyikat gigi minimal dua kali dalam sehari, yaitu pagi hari setelah sarapan dan malam hari sebelum tidur sesuai 40 dengan penelitian pada jurnal.<sup>10</sup> Hal ini disebabkan masih ada remaja yang hanya menyikat gigi seminggu sekali saja.<sup>7</sup> Adapun waktu yang belum sesuai atau salah dalam menyikat gigi tentunya dapat berpengaruh pula pada kesehatan gigi dan mulut remaja tersebut.<sup>11</sup> Berdasarkan jenis kelamin, remaja perempuan cenderung menyikat gigi dengan memperhatikan waktu yang baik dan benar yaitu pagi dan malam sebelum tidur yang sejalan dengan penjelasan dari

Barsevičienė, dkk. (2018) dalam penelitiannya. Hasil analisis terkait dengan waktu menyikat gigi dapat dijelaskan bahwa sebagian anak remaja sudah cukup mengetahui waktu untuk menyikat gigi yaitu pagi dan malam.<sup>12</sup> Namun ada beberapa remaja yang masih belum mengetahui waktu menyikat gigi yang baik dan benar. Presentase waktu menyikat gigi pada remaja dapat dipengaruhi oleh sikap dan keyakinan remaja itu sendiri sebagai *predisposing factors* yang akan membentuk sebuah perilaku. Waktu menyikat gigi akan berpengaruh pada kesehatan gigi dan mulut dan status kebersihan gigi dan mulut yang baik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Şenocak (2019) bahwa waktu menyikat gigi yang baik adalah setiap sesudah makan pagi dan malam sebelum tidur. Pernyataan ini juga didukung oleh penelitian Sembiring (2019) yang menyatakan bahwa pemeliharaan kebersihan gigi dan mulut dapat dilakukan dengan menyikat gigi teratur dengan baik dan benar.

### c. Analisis Cara Menyikat Gigi

Cara menyikat gigi diterapkan dalam perilaku menyikat gigi yang bertujuan untuk menjaga kesehatan rongga mulut dan mendapatkan status kebersihan rongga mulut yang baik. Sebagaimana dijelaskan dalam penelitian Sulistyani (2017) menunjukkan sebagian remaja menggunakan cara dengan menerapkan teknik horizontal dalam menyikat giginya.<sup>12</sup> Sebagian remaja lainnya menggunakan teknik roll, vertikal, maupun horizontal saja. Adapun remaja cenderung masih melewatkan bagian gigi yang tidak terlihat oleh mata sehingga gigi bagian dalam cenderung terlewat untuk dibersihkan sehingga hasil menyikat gigi kurang efektif sejalan dengan penelitian Deinzer, dkk. (2019) yang sudah dilaksanakan sebelumnya.<sup>4</sup> Berdasarkan jenis kelamin, remaja perempuan cenderung rajin menyikat gigi dibandingkan dengan laki

laki. Barsevičienė (2018) menyatakan remaja perempuan menggunakan sikat gigi dan pasta gigi setiap hari dan cenderung lebih sering menggunakan benang gigi.<sup>13</sup> Di Indonesia berdasarkan jurnal yang dianalisis, remaja belum menggunakan benang gigi atau *dental floss* sebagai tambahan dalam menyikat gigi. Alat tambahan yang digunakan oleh remaja tersebut dapat menunjukkan bahwa mereka bisa saja mendapatkan pengetahuan lebih tentang cara menyikat gigi yang akan mendukung dan membantu terjadinya perilaku menyikat gigi yang bisa disebut sebagai *predisposing factors* sejalan dengan yang dijelaskan oleh Green dalam Notoatmodjo (2011).<sup>14</sup> Berdasarkan hasil analisis beberapa jurnal di atas dapat dilihat bagaimana remaja melakukan kegiatan menyikat gigi. Selain itu, dapat dilihat pula cara apa yang digunakan mereka dalam menyikat gigi sebagai upaya pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut mereka. Mayoritas cara atau teknik yang digunakan merupakan teknik kombinasi. Adapun cara, metode, serta teknik yang digunakan akan berpengaruh dalam perilaku menyikat gigi. Menyikat gigi merupakan tindakan yang dapat dikatakan efisien untuk merawat kebersihan mulut yang baik dan untuk mencegah karies gigi sebagai serta masalah periodontal. Menyikat gigi cukup dalam mencegah menumpuknya plak pada gigi sehingga dibutuhkan teknik yang baik dan benar pula dalam melakukannya.<sup>15</sup>

### SIMPULAN

Berdasarkan dari hasil analisis beberapa jurnal tentang kebiasaan menyikat gigi sebagai upaya pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut pada remaja dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Perilaku menyikat gigi tentang frekuensi menyikat gigi adalah sebagai berikut menunjukkan remaja sudah menyikat gigi dua kali dalam sehari, sebagaimana frekuensi yang telah dianjurkan namun

masih terdapat remaja yang belum melakukan perilaku menyikat gigi dengan frekuensi menyikat gigi yang dianjurkan dikarenakan kurangnya informasi dan pengetahuan dan dukungan dari lingkungan.

2. Perilaku remaja tentang waktu menyikat gigi sebagai upaya pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut menunjukkan sebagian besar remaja sudah menerapkan waktu menyikat gigi yang tepat dan sesuai. Namun ada Sebagian remaja yang belum memperhatikan waktu menyikat gigi yang baik dan benar dan perlu bimbingan.
3. Perilaku remaja mengenai cara serta teknik menyikat gigi yang baik dan benar sebagai upaya pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut menunjukkan remaja cenderung menggunakan teknik kombinasi dan remaja di luar negeri cenderung menggunakan alat tambahan seperti *dental floss*.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan banyak terima kasih pada semua pihak yang telah membantu dalam penelitian ini khususnya Bapak Ibu Dosen pembimbing serta penguji dari Jurusan Keperawatan Gigi Poltekkes Surabaya yang senantiasa membimbing hingga tersusunnya penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Boy H, Khairullah A. Hubungan karies gigi dengan kualitas hidup remaja SMA di Kota Jambi. *Jurnal Kesehatan Gigi*. 2019; 6(1):10–13. DOI: <https://doi.org/10.31983/jkg.v6i1.3888>.
2. Diananda A. Psikologi remaja dan permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*. 2019; 1(1): 116–133. DOI: <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>.
3. Sakti ES. *Faktor risiko kesehatan gigi dan mulut*. Infodatin. Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI. Jakarta. 2019.
4. Deinzer R, Cordes O, Weber J, Hassebrauck L, Weik U, Krämer N, Pieper K, Margraf-Stiksrud J. Toothbrushing behavior in children - An observational study of toothbrushing performance in 12 year olds. *BMC Oral Health*. 2019; 19(1), 1–10. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12903-019-0755-z>.
5. Arianto A, Shaluhiah Z, Nugraha P. Perilaku Menggosok gigi pada siswa sekolah dasar kelas V dan VI di Kecamatan Sumberejo. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*. 2016; 9(2), 127–135. Available from: <https://doi.org/10.14710/JPKI.9.2.127-135>.
6. Lei PF, Krisyudhanti E, Ngadilah C, Obi AL. Status karies gigi, status kebersihan gigi dan mulut dan status gingivitis ibu hamil trimester I dan II. *Dental Therapist Journal*. 2019;1(1), 28–38.
7. Sadeghipour M, Khoshnevisan MH, Jafari A, Shariatpanahi SP. Friendship network and dental brushing behavior among middle school students: An agent based modeling approach. *PLoS ONE*. 2017;12(1), 1–15. Available from: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0169236>.
8. Wulandari NNF, Handoko SA, Kurniati DPY. (2018). Determinan perilaku perawatan kesehatan gigi dan mulut pada anak usia 12 tahun di wilayah kerja Puskesmas I Baturiti. *Intisari Sains Medis*. 2018; 9(3), 55–58. DOI: <https://doi.org/10.15562/ism.v9i3.265>.
9. Sirat SNM, Puspita NPV. Gambaran OHI-S dan Perilaku menyikat gigi pada siswa kelas VI SDN 5 Pekutatan Kecamatan Pekutatan Kabupaten Jembrana tahun 2016. *Jurnal Skala Husada*. 2017; 14: 34–40. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1516-18462008000300012>.
10. Pitaloka DAM. (2018). Tingginya angka OHI-S dilihat dari perilaku cara menggosok gigi yang benar. *OSF Preprints*. 2018. DOI: <https://doi.org/10.31219/osf.io/x7h2v>.
11. Linasari L, Meilendra K.. Hubungan perilaku menyikat gigi pada malam hari dengan tingkat keparahan gingivitis pada remaja di Bandar Lampung. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*. 2019; 14(2): 200–204. DOI: <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i2.1307>.
12. Sulistyani I, A'yun Q, Sutrisno S. Gambaran pengetahuan dan metode menyikat gigi pada anggota Karang Taruna Dusun Bungas Sumberagung. *Journal of Oral Health Care*. 2017; 5(2): 141–147. DOI: <https://e-journal.poltekkesjogja.ac.id/index.php/JGM/article/view/315>.
13. Barseviciene Š, Žymantienė E, Andrušienė J. Gender Differences in oral care habits, attitudes and behaviours of adolescents in the City of Klaipėda. *CBU International Conference Proceedings*. 2018; 6:870–875.



DOI:

<https://doi.org/10.12955/cbup.v6.1263>.

14. Notoatmojo S. *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. PT. Rineka Cipta, Jakarta. 2014.

15. Ilyas M, Ashraf S, Jamil H. (2018). Tooth brushing techniques. *The Professional Medical Journal*. 2018; 25(1): 135–139. DOI: <https://doi.org/10.29309/tpmj/18.4429>