

## Gambaran Metode Menyikat Gigi dan Skor Plak pada Siswa Kelas V dan VI SD Negeri 2 Sidayu

Putri Nur Pritayanti, Quroti A'yun, Ety Yuniarly  
Jurusan Keperawatan Gigi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta  
Jalan Kyai Mojo No 56 Pingit Yogyakarta 55423, 0274-514306  
Email : [pnpritayanti@gmail.com](mailto:pnpritayanti@gmail.com)

### ABSTRAK

Metode menyikat gigi adalah cara yang umum dianjurkan untuk membersihkan deposit lunak pada permukaan gigi dan gusi yang merupakan tindakan preventif dalam menguji kebersihan dan kesehatan rongga mulut yang optimal. Plak adalah lapisan tipis yang tidak berwarna (transparan) tidak dapat dilihat dengan mata biasa, melekat pada gigi dan membentuk koloni. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran metode menyikat gigi dan skor plak pada siswa kelas V dan VI SD Negeri 2 Sidayu. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah siswa kelas V dan VI dengan jumlah 40 responden. Aspek yang diteliti pada penelitian ini adalah metode menyikat gigi dan skor plak. Penyajian data diolah dan dianalisis dalam bentuk tabulasi silang. Hasil dari penelitian ini berdasarkan jenis kelamin terdapat 25 siswa laki-laki dan 15 siswa perempuan. Sedangkan berdasarkan usia paling banyak terdapat siswa berusia 12 tahun dengan jumlah 16 siswa. Metode menyikat gigi paling banyak digunakan oleh siswa adalah metode *roll* dengan jumlah 14 responden (35%), sedangkan kriteria skor plak paling banyak adalah kriteria sedang dengan jumlah 23 responden (57,5%). Berdasarkan tabulasi silang antara metode menyikat gigi dengan skor plak, maka gambaran metode menyikat gigi dan skor plak pada siswa kelas V dan VI adalah metode horizontal dengan skor plak buruk sejumlah 9 responden (22,5%) dan

metode kombinasi dengan skor plak sedang sejumlah 9 responden (22,5%).

**Kata Kunci:** Metode menyikat gigi, Skor plak, Siswa

### ABSTRACT

Tooth brushing methods is the common way to clean soft deposit in the teeth and gum surface as a preventive effort to check the optimal health condition of mouth. Plaque is uncolored thin tissue (transparent), unseen only by the normal eye, attached in the teeth and make colony form. The purpose of this research was to know the description of tooth brushing methods and plaque score of class V and VI students at Sidayu 2 Elementary School. This research used descriptive quantitative research. The sample of this research was taken from students of class V and VI with total number of 40 students. Aspects inspected in this study were tooth brushing methods and plaque score. Data of the result in this research were managed and analyzed by cross tabulation table. The result of this research based on the gender was 25 male students and 15 female students. In the other side, based on age, there were 16 students at the age of 12 years old at the most. Tooth brushing method that the most respondent used was roll method which done by 14 respondents (35%), while plaque score criteria that the most respondents had was in average criteria. In the conclusion, based on crosstab between tooth brushing methods and plaque score, the description of the tooth brushing methods and plaque score in students of

class V and VI was horizontal method with bad criteria of plaque score as many as 9 respondents (22,5%) and combination method with average criteria of plaque score as many as 9 respondents (22,5%).

**Key words:** Tooth brushing methods, Plaque score, Student

## PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan salah satu faktor utama dalam keberhasilan pembangunan negara. Menjaga kesehatan gigi dan mulut sangat penting bukan saja untuk mencegah penyakit *oral*, melainkan juga untuk memelihara kesehatan umum<sup>1</sup>. Kesadaran masyarakat menjaga dan merawat kesehatan gigi dan mulut masih sangat rendah, juga masih rendahnya tingkat pendidikan masyarakat menyebabkan masyarakat tidak memeriksakan giginya. Riset Internal yang dilakukan Unilever tahun 2007, hanya terdapat 5,5% masyarakat Indonesia yang memeriksakan kesehatan gigi secara teratur ke dokter gigi<sup>2</sup>.

Berdasarkan hasil Riskesdas 2013, prevalensi nasional masalah gigi dan mulut adalah 25,9 persen, sebanyak 14 provinsi mempunyai prevalensi masalah gigi dan mulut diatas angka nasional. Hal yang paling dasar untuk dapat meningkatkan derajat kesehatan gigi dan mulut seseorang adalah dengan menyikat gigi. Menyikat gigi sebaiknya dilakukan minimal dua kali sehari yaitu setelah makan pagi dan sebelum tidur malam, waktu yang digunakan untuk menyikat gigi minimal sekitar 2 sampai 3 menit<sup>3</sup>.

Kesadaran *Oral hygiene* perlu ditingkatkan karena merupakan upaya pencegah terjadinya masalah gigi dan mulut yang paling efektif. *Oral hygiene* yang baik ditandai dengan gigi yang bebas dari plak, debris maupun kalkulus. Plak adalah lapisan tipis yang tidak berwarna tidak dapat dilihat

dengan mata biasa, melekat pada gigi dan membentuk koloni atau kumpulan yang terdiri dari air liur, sisa-sisa makanan, jaringan mati, fibrinogen, mikroorganisme dan lain sebagainya. Plak hanya dapat dilihat dengan pewarnaan gigi yang disebut dengan *disclosing solution*. Jika plak tetap melekat pada gigi selama lebih dari 72 jam, maka akan mengeras dan membentuk karang gigi (*kalkulus*/flossing/benang gigi)<sup>4</sup>. Untuk mengontrol terbentuknya plak, strategi mekanis dapat dilakukan, salah satunya dengan menyikat gigi<sup>5</sup>. Menyikat gigi merupakan cara yang paling efektif untuk membersihkan seluruh deposit lunak dan plak pada permukaan gigi. Untuk mendapatkan hasil yang maksimal, metode menyikat gigi dengan benar sangat diperlukan<sup>6</sup>.

Metode menyikat gigi adalah cara yang umum dianjurkan untuk membersihkan deposit lunak pada permukaan gigi dan gusi yang merupakan tindakan preventif dalam menguji keberhasilan dan kesehatan rongga mulut yang optimal<sup>7</sup>. Metode menyikat gigi yang biasa digunakan adalah vertikal, horizontal, fones dan kombinasi<sup>6</sup>.

Hasil pengamatan di SD Negeri 2 Sidayu pada siswa kelas V dan VI didapat 40 siswa dengan jumlah laki-laki sebanyak 25 siswa dan 15 siswa perempuan. Berdasarkan studi pendahuluan dengan cara wawancara yang saya lakukan sebelumnya dari 10 siswa, didapatkan 2 siswa menyikat gigi dengan metode vertikal, 2 siswa dengan metode horizontal, 2 siswa dengan metode *roll* dan 4 siswa dengan metode kombinasi.

Tujuan yang akan dicapai dalam kegiatan penelitian ini yaitu diketahuinya gambaran metode menyikat gigi dan skor plak pada siswa kelas V dan VI SD Negeri 2 Sidayu. Secara teoritis hasil penelitian ini dapat diambil manfaat untuk memberikan wawasan dan pengetahuan mengenai

gambaran metode menyikat gigi dan skor plak. Manfaat praktis bagi peneliti hasil penelitian ini dapat digunakan untuk memperluas wawasan dan menambah ilmu kesehatan gigi dan mulut khususnya mengenai metode menyikat gigi dan skor plak. Selain itu, manfaat praktis bagi masyarakat penelitian ini dapat diambil manfaat dalam memilih metode menyikat gigi yang efektif untuk digunakan.

### METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Penelitian ini merupakan penelitian *cross sectional*. Populasi yang digunakan pada penelitian ini yaitu siswa SD Negeri 2 Sidayu, sedangkan sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah kelas V dan VI dengan jumlah 40 responden. Waktu yang digunakan dalam penelitian ini adalah bulan Februari - Maret 2016. Tempat pelaksanaan kegiatan penelitian ini terdapat pada SD Negeri 2 Sidayu.

Dalam penelitian ini aspek yang diteliti meliputi metode menyikat gigi dan skor plak, sedangkan aspek tak terkontrol pada penelitian ini adalah jenis sikat gigi, bentuk sikat gigi, merk sikat gigi. Batasan istilah dalam penelitian ini meliputi, metode menyikat gigi dan skor plak. Metode menyikat gigi meliputi metode vertikal, metode horizontal, metode *roll* dan metode kombinasi. Penghitungan skor plak untuk anak-anak menggunakan teknik PHP-M dengan menjumlahkan setiap skor plak pada permukaan gigi yang sebelumnya telah diolesi dengan *disclosing solution*. Apabila terdapat plak di salah satu area, maka diberi skor 1 dan jika tidak ada plak diberi skor 0 dengan kriteria skor plak baik (0 - 20), sedang (21 - 40) dan buruk (41 - 60). Gigi indeks yang diperiksa meliputi gigi paling belakang yang tumbuh di kuadran kanan atas, gigi kaninus atas kanan atau gigi yang

terseleksi, gigi premolar atau molar kuadran kiri atas, gigi paling belakang yang tumbuh pada kuadran kiri bawah, gigi kaninus kiri bawah atau gigi yang terseleksi dan gigi premolar atau molar kuadran kanan bawah. Untuk melihat gambaran metode menyikat gigi dan skor plak pada siswa kelas V dan VI SD Negeri 2 Sidayu, peneliti menggunakan penyajian data dalam bentuk tabulasi silang. Penelitian dilakukan dengan memperhatikan etika dan menghargai hak-hak subyek penelitian dengan menandatangani *informed consent*.

### HASIL PENELITIAN

Penelitian dengan judul Gambaran Metode Menyikat Gigi dan Skor Plak pada Siswa Kelas V dan VI SD Negeri 2 Sidayu diperoleh hasil sebagai berikut:

1. Distribusi frekuensi jenis kelamin responden

Tabel 1. Distribusi frekuensi jenis kelamin responden

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase (%)
Laki-laki	25	62,5
Perempuan	15	37,5
Jumlah	40	100

Berdasarkan Tabel 1., dapat dilihat bahwa jenis kelamin responden paling banyak adalah laki-laki dengan jumlah 25 responden (62,5%).

2. Distribusi frekuensi usia responden

Tabel 2. Distribusi frekuensi usia responden

Usia (Tahun)	Jumlah	Persentase (%)
10	7	17,5

11	13	32,5
12	16	40
13	2	5
14	1	5
16	1	2,5
Jumlah	40	100

Berdasarkan Tabel 2., dapat dilihat bahwa usia responden paling banyak adalah usia 12 tahun dengan jumlah 16 responden (40%).

3. Distribusi frekuensi metode menyikat gigi pada responden

Tabel 3. Distribusi frekuensi metode menyikat gigi pada responden

Metode	Jumlah	Persentase (%)
Vertikal	4	10
Horizontal	12	30
<i>Roll</i>	14	35
Kombinasi	10	25
Jumlah	40	100

Berdasarkan Tabel 3., dapat dilihat responden menggunakan metode menyikat gigi *roll* paling banyak, dengan jumlah 14 responden (35%).

4. Distribusi frekuensi skor plak pada responden

Tabel 4. Distribusi frekuensi skor plak pada responden

Skor Plak	Jumlah	Persentase (%)
Baik	0	0
Sedang	23	57,5
Buruk	17	42,5
Jumlah	40	100

Berdasarkan Tabel 4., dapat dilihat skor plak rata-rata pada responden memiliki kriteria sedang, dengan jumlah 23 responden (57,5%).

5. Distribusi frekuensi pendidikan orang tua responden

Tabel 5. Distribusi frekuensi pendidikan orang tua responden

Pendidikan Orang Tua	Jumlah	Persentase (%)
Tinggi	5	12,5
Sedang	30	75
Rendah	5	12,5
Jumlah	40	100

Berdasarkan Tabel 5., dapat dilihat pendidikan orang tua responden pada tingkat sedang paling banyak, dengan jumlah 30 responden (75%).

6. Distribusi frekuensi pekerjaan orang tua reponden

Tabel 6. Distribusi frekuensi pekerjaan orang tua responden

Pendidikan Orang Tua	Jumlah	Persentase (%)
Pegawai	6	15
Swasta	34	85
Jumlah	40	100

Berdasarkan Tabel 6., dapat dilihat pekerjaan orang tua responden yaitu swastapaling banyak, dengan jumlah 34 responden (85%)

7. Tabulasi silang usia responden dengan metode menyikat gigi

Tabel 7. Tabulasi silang usia responden dengan metode menyikat gigi

Usia (Tahun)	Metode menyikat gigi								Total	
	Vertikal		Horizontal		Roll		Kombinasi		n	%
	n	%	n	%	n	%	n	%		
10	0	0	0	0	2	5	5	12,5	7	17,5
11	3	7,5	6	15	4	10	0	0	13	32,5
12	1	2,5	5	12,5	5	12,5	5	12,5	16	40
13	0	0	0	0	2	5	0	0	2	5
14	0	0	1	2,5	0	0	0	0	1	2,5
16	0	0	0	0	1	2,5	0	0	1	2,5
Total	4	10	12	30	14	35	10	25	40	100

Berdasarkan Tabel 7., nilai terbesar terdapat pada usia 11 dengan metode horizontal yaitu dengan jumlah 6 responden (15%).

8. Tabulasi silang usia responden dengan skor plak

Tabel 8. Tabulasi silang usia responden dengan skor plak

Usia (Tahun)	Skor Plak						Total	
	Baik		Sedang		Buruk		n	%
	n	%	n	%	n	%		
10	0	0	4	10	3	7,5	7	17,5
11	0	0	5	12,5	8	20	13	32,5
12	0	0	10	25	6	15	16	40
13	0	0	2	5	0	0	2	5
14	0	0	1	2,5	0	0	1	2,5
16	0	0	1	2,5	0	0	1	2,5
Total	0	0	23	57,5	17	42,5	40	100

Berdasarkan Tabel 8., nilai tertinggi terdapat pada usia 12 tahun dengan skor plak sedang, yaitu dengan nilai 10 (25%).

9. Tabulasi silang jenis kelamin responden dengan metode menyikat gigi

Tabel 9. Tabulasi silang jenis kelamin responden dengan metode menyikat gigi

Jenis Kelamin	Metode menyikat gigi				Total
	Vertikal	Horizontal	Roll	Kombinasi	

	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Laki-laki	2	5	7	17,5	11	27,5	5	12,5	25	62,5
Perempuan	2	5	5	12,5	3	7,5	5	12,5	15	37,5
Total	4	10	12	30	14	35	10	25	40	100

Berdasarkan Tabel 9., nilai tertinggi pada responden berjenis kelamin laki-laki dengan metode menyikat *roll*, dengan jumlah 11 responden (27,5%).

10. Tabulasi silang jenis kelamin responden dengan skor plak

Tabel 10. Tabulasi silang jenis kelamin responden dengan skor plak

Jenis Kelamin	Skor Plak						Total	
	Baik		Sedang		Buruk		n	%
	n	%	n	%	n	%		
Laki-laki	0	0	14	35	11	27,5	25	62,5
Perempuan	0	0	9	22,5	6	15	15	37,5
Total	0	0	23	57,5	17	42,5	40	100

Berdasarkan Tabel 10., nilai tertinggi terdapat pada responden berjenis kelamin laki-laki terhadap skor plak sedang, dengan nilai 14 (35%).

11. Tabulasi silang pendidikan orang tua responden dengan metode menyikat gigi

Tabel 11. Tabulasi silang pendidikan orang tua responden dengan metode menyikat gigi

Pend. Orang Tua	Metode menyikat gigi								Total	
	Vertikal		Horizontal		<i>Roll</i>		Kombinasi		n	%
	n	%	n	%	n	%	n	%		
Tinggi	1	2,5	0	0	2	5	2	5	5	12,5
Sedang	3	7,5	11	27,5	8	20	8	20	30	75
Rendah	0	0	1	2,5	4	10	0	0	5	12,5
Total	4	10	12	30	14	35	10	25	40	100

Berdasarkan Tabel 11., nilai tertinggi terdapat pada pendidikan orang tua responden sedang dengan metode menyikat gigi horizontal, dengan jumlah 11 responden (27,5%).

12. Tabulasi silang pendidikan orang tua responden dengan skor plak

Tabel 12. Tabulasi silang pendidikan orang tua responden dengan skor plak pada responden.

Pendidikan Orang Tua	Skor Plak						Total	
	Baik		Sedang		Buruk		n	%
	n	%	n	%	n	%		
Tinggi	0	0	4	10	1	2,5	5	12,5
Sedang	0	0	17	42,5	13	32,5	30	75
Rendah	0	0	2	5	3	7,5	5	12,5
Total	0	0	23	57,5	17	42,5	40	100

Berdasarkan Tabel 12., nilai tertinggi terdapat pada pendidikan orang tua responden sedang dengan skor plak sedang, dengan nilai 17 (42,%).

13. Tabulasi silang pekerjaan orang tua responden dengan metode menyikat gigi

Tabel 13. Tabulasi silang pekerjaan orang tua responden dengan metode menyikat gigi

Pekerjaan Orang Tua	Metode menyikat gigi								Total	
	Vertikal		Horizontal		Roll		Kombinasi		n	%
	n	%	n	%	n	%	n	%		
Pegawai	1	2,5	0	0	1	2,5	4	10	6	15
Swasta	3	7,5	12	30	13	32,5	6	15	34	85
Total	4	10	12	30	14	35	10	25	40	100

Berdasarkan Tabel 13., nilai tertinggi terdapat pada pekerjaan orang tua responden swasta dengan metode menyikat gigi *roll*, dengan jumlah 13 responden (32,5%).

14. Tabulasi silang pekerjaan orang tua responden dengan skor plak

Tabel 14. Tabulasi silang pekerjaan orang tua responden dengan skor plak pada responden

Pekerjaan Orang Tua	Skor Plak						Total	
	Baik		Sedang		Buruk		n	%
	n	%	n	%	n	%		
Pegawai	0	0	5	12,5	1	2,5	6	15
Swasta	0	0	18	45	16	40	34	85
Total	0	0	23	57,5	17	42,5	40	100

Berdasarkan Tabel 14., nilai tertinggi terdapat pada pekerjaan orang tua responden swasta dengan skor plak sedang, dengan nilai 18 (45%).

15. Tabulasi silang metode menyikat gigi dengan skor plak

Tabel 15. Tabulasi silang metode menyikat gigi dengan skor plak pada responden

Metode Menyikat Gigi	Skor Plak						Total	
	Baik		Sedang		Buruk		n	%
	n	%	n	%	n	%		
Vertikal	0	0	3	7,5	1	2,5	4	10
Horizontal	0	0	3	7,5	9	22,5	12	30
<i>Roll</i>	0	0	8	20	6	15	14	35
Kombinasi	0	0	9	22,5	1	2,5	10	25
Total	0	0	23	57,5	17	42,5	40	100

Berdasarkan Tabel 15., dapat dilihat nilai tertinggi terdapat pada metode horizontal terhadap skor plak buruk dengan nilai 9 (22,5%), sedangkan pada metode kombinasi terhadap skor plak sedang bernilai 9 (22,5%).



## PEMBAHASAN

Hasil penelitian dengan judul Gambaran Metode Menyikat Gigi dan Skor Plak pada Siswa Kelas V dan VI SD Negeri 2 Sidayu akan disajikan dalam bentuk pembahasan sebagai berikut.

Berdasarkan Tabel 3., dapat dilihat bahwa responden menggunakan metode menyikat gigi *roll* paling banyak, dengan jumlah 14 responden (35%), sedangkan responden menggunakan metode vertikal paling sedikit, yaitu 4 responden (10%), menurut responden metode *roll* banyak digunakan karena sangat mudah dilakukan di seluruh permukaan gigi, hal ini sejalan dengan pendapat yang menyatakan bahwa metode *roll* merupakan cara yang paling sering dianjurkan karena sederhana tetapi efisien dan dapat digunakan di seluruh bagian mulut<sup>7</sup>.

Dari Tabel 4., dapat dilihat skor plak rata-rata pada responden memiliki kriteria sedang, dengan jumlah 23 responden (57,5%), sedangkan responden dengan kriteria skor plak baik berjumlah 0 responden (0%), dari hasil skor plak yang diperoleh masih banyak skor plak yang masuk dalam kriteria sedang, hal ini dikarenakan dalam proses menyikat gigi pada responden masih kurang tepat, seperti menyikat tidak ke semua permukaan gigi sehingga masih banyak terdapat skor plak yang tersisa. Hal ini sejalan dengan pendapat yang menyatakan bahwa teknik penyikatan gigi harus dapat membersihkan semua permukaan gigi dan gusi secara efisien terutama daerah saku gusi dan interdental; pergerakan sikat gigi tidak boleh menyebabkan kerusakan jaringan gusi atau abrasi; teknik penyikatan harus sederhana, tepat dan efisien waktu<sup>7</sup>.

Dari Tabel 7., yaitu tabulasi silang antara usia responden dengan metode menyikat gigi, nilai terbesar terdapat pada

usia 11 dengan metode horizontal yaitu dengan jumlah 6 responden (15%). Pada Tabel 9., yaitu tabulasi silang antara jenis kelamin responden dengan metode menyikat gigi, nilai tertinggi terdapat pada responden berjenis kelamin laki-laki terhadap metode menyikat *roll*, dengan jumlah 11 responden (27,5%). Pada Tabel 11., yaitu tabulasi silang antara pendidikan orang tua responden dengan metode menyikat gigi, nilai tertinggi terdapat pada pendidikan orang tua responden sedang dengan metode menyikat gigi horizontal, dengan jumlah 11 responden (27,5%). Pada Tabel 13., yaitu tabulasi silang antara pekerjaan orang tua responden dengan metode menyikat gigi, nilai tertinggi terdapat pada pekerjaan orang tua responden swasta dengan metode menyikat gigi *roll*, dengan jumlah 13 responden (32,5%). Berdasarkan tabel hasil penelitian yang telah dijabarkan, maka metode menyikat gigi pada responden tidak dipengaruhi oleh usia, jenis kelamin, pendidikan orang tua responden dan pekerjaan orang tua responden. Akan tetapi penelitian ini tidak sependapat dengan hasil penelitian mengenaifaktor yang mempengaruhi ketrampilan anak menggosok gigi bahwa ketrampilan menggosok gigi pada anak sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor demografi seperti usia, jenis kelamin, pengetahuan, dan pekerjaan orang tua<sup>8</sup>.

Pada Tabel 8., yaitu tabulasi silang antara usia responden dengan skor plak, nilai tertinggi terdapat pada usia 12 tahun dengan skor plak sedang, yaitu dengan nilai 10 (25%). Pada Tabel 10., yaitu tabulasi silang antara jenis kelamin responden dengan skor plak, nilai tertinggi terdapat pada responden berjenis kelamin laki-laki terhadap skor plak sedang, dengan nilai 14 (35%). Pada Tabel 12., yaitu tabulasi silang

antara pendidikan orang tua responden dengan skor plak, nilai tertinggi terdapat pada pendidikan orang tua responden sedang dengan skor plak sedang, dengan nilai 17 (42,5%). Pada Tabel 14., yaitu tabulasi silang antara pekerjaan orang tua responden dengan skor plak, nilai tertinggi terdapat pada pekerjaan orang tua responden swasta dengan skor plak sedang, dengan nilai 18 (45%). Berdasarkan tabel yang telah dijabarkan, maka skor plak pada responden dipengaruhi oleh usia, jenis kelamin, pendidikan orang tua responden dan pekerjaan orang tua responden. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa ada hubungan jenis kelamin dengan kebersihan gigi dan mulut<sup>9</sup>. Selain itu, hasil penelitian yang lain juga menyatakan bahwa kebersihan gigi mulut dipengaruhi oleh faktor usia, semakin tua umur anak maka kebersihan gigi dan mulut semakin terjaga<sup>8</sup>.

Berdasarkan Tabel 15., yaitu tabel tabulasi silang antara metode menyikat gigi dengan skor plak pada responden dapat dilihat bahwa nilai paling tinggi terdapat pada metode horizontal terhadap skor plak buruk dengan nilai 9 (22,5%) hasil tersebut sejalan dengan pendapat bahwa teknik menyikat gigi horizontal tidak memiliki kelebihan khusus, sehingga lebih sebagai pelengkap saja dengan gerakan menyikat yang halus, selain itu metode ini juga menyebabkan resiko penurunan gusi atau resesi gingiva<sup>10</sup>. Pada metode kombinasi terhadap skor plak sedang memiliki nilai 9 (22,5%), hal ini sejalan dengan kesimpulan hasil penelitian bahwa menyikat gigi dengan metode kombinasi sangat disarankan karena metode ini efektif dalam menurunkan skor plak gigi<sup>6</sup>. Selain itu, pendapat yang lain juga menyatakan bahwa cara menyikat gigi yang paling efektif

adalah dengan mengombinasikan metode-metode vertikal, horizontal dan *roll*<sup>11</sup>.

Terlepas dari metode yang digunakan dalam menyikat gigi, pada dasarnya individu harus menyikat giginya secara menyeluruh. Permukaan yang baik diawali dengan menyikat gigi pada rahang atas, setelah itu menyikat gigi bagian bukal gigi posterior, dilanjutkan pada bagian labial gigi anterior, bagian bukal gigi posterior di region lain, bagian palatal pada gigi posterior serta anterior dan diakhiri dengan menyikat bagian oklusal seluruh gigi. Hal yang sama dilakukan pada gigi rahang bawah<sup>10</sup>.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada penelitian tentang gambaran metode menyikat gigi dan skor plak pada 40 siswa kelas V dan VI SD Negeri 2 Sidayu dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Sembilan siswa (22,5%) menyikat gigi dengan metode horizontal dan memiliki kriteria skor plak buruk.
2. Sembilan siswa (22,5%) menyikat gigi dengan metode kombinasi dan memiliki kriteria skor plak sedang.

### **SARAN**

1. Bagi peneliti, hasil penelitian ini agar dapat dijadikan sebagai pedoman untuk upaya promotif mengenai ilmu kesehatan gigi dan mulut khususnya mengenai metode menyikat gigi dan skor plak.
2. Bagi siswa kelas V dan VI SD Negeri 2 Sidayu, hasil penelitian ini agar dapat dijadikan sebagai tambahan wawasan ilmu mengenai kesehatan gigi khususnya dalam penggunaan metode menyikat gigi dan kriteria skor plak.
3. Bagi penelitian selanjutnya diharapkan adanya penelitian tentang hubungan

penggunaan metode menyikat gigi terhadap penurunan skor plak.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. Hermawan, R. (2010). *Menyehatkan Daerah Mulut*. Edisi ke 1. Yogyakarta: Bukubiru.
2. Wibowo, Eny. (2010). Mayoritas Orang Indonesia Salah Gosok Gigi. (Online). Tersedia: <http://www.go4healthylife.com/articles/1855/1/Mayoritas-Orang-Indonesia-Salah-Gosok-Gigi/Page1.html> [18 November 2015]
3. Rahmadhan, A. G. (2010). *Serba Serbi Kesehatan Gigi & Mulut*. Edisi ke 1. Jakarta: Bukuné.
4. Kusumawardani, Endah. (2011). Buruknya Kesehatan Gigi dan Mulut. Edisi ke 1. Yogyakarta: SIKLUS Hanggar Kreator.
5. Sriyono, Niken W. (2007). *Pengantar Ilmu Kedokteran Gigi Pencegahan*. Edisi ke 2.
6. Suyatmi, D., Ediati, S. dan Purwati, D. (2013). “Sikat Gigi Metode Kombinasi Efektif Menurunkan Skor Plak”. *Jurnal Teknologi Kesehatan*. 9 (2), 59-177.
7. Putri, M. H., Herijulianti, E. dan Nurjannah, N. (2011). *Ilmu Pencegahan Penyakit Jaringan Keras dan Jaringan Pendukung Gigi*. Edisi ke 1. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
8. Sari, Efendi dan Dian. (2012). “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode Simulasi Menggosok Gigi Teknik Modifikasi Bass Dengan Ketrampilan Dan Kebersihan Gigi Mulut Pada Anak MI At-Taufiq Kelas V”. *Indonesian Journal of Community Health Nursing*. 1 (1), 1-15.
9. Ningsih. (2015). “Hubungan Jenis Kelamin Terhadap Kebersihan Rongga Mulut Anak Panti Asuhan”. *ODONTO Dental Journal*. (2) 1, 14-19.
10. Prasetyo, D. F. H. (2014). Teknik Menyikat Gigi. (Online). Tersedia: <http://www.scribd.com/doc/200836702/Teknik-Menyikat-Gigi> [5 Juni 2016]
11. Pratiwi, D. (2009). *Gigi Sehat dan Cantik Perawatan Praktis Sehari-hari*. Edisi ke 1. Jakarta: Penerbit Buku Kompas.