

GAMBARAN ORAL HYGIENE WANITA PASCA MENOPAUSE DI DESA JONJO KECAMATAN PARIGI KABUPATEN GOWA

Rini Irmayanti Sitanaya, Surya Irayani Yunus

ABSTRAK

Menopause adalah suatu keadaan seorang wanita yang tidak mengalami menstruasi secara permanen atau berhentinya menstruasi selama 12 bulan atau satu tahun lamanya. Saat menopause terjadi penurunan produksi hormon estrogen dan progesteron. Penurunan level estrogen dan progesteron tersebut juga diiringi dengan perubahan klinis di rongga mulut yaitu beresiko mengalami gingivitis dan juga mempengaruhi oral hygiene. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran oral hygiene wanita menopause di Desa Jonjo Kecamatan Parigi Kabupaten Gowa Provinsi Sulawesi Selatan. Jenis penelitian yang digunakan merupakan penelitian dekriptif. Penelitian ini dilakukan pada 30 orang perempuan menopause di Desa Jonjo Kecamatan Parigi Kabupaten Gowa Provinsi Sulawesi Selatan pada bulan Desember 2017. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner dan pemeriksaan OHI-S. Dari hasil penelitian yang dilakukan pada wanita menopause gambaran Oral Hygiene Index Simplified (OHI-S) perempuan menopause di Desa Jonjo Kecamatan Parigi Kabupaten Gowa sebagian besar termasuk dalam kategori buruk. Kesimpulan dari penelitian yang dilakukan pada wanita menopause dapat disimpulkan sebagai berikut gambaran Oral Hygiene Index Simplified (OHI-S) perempuan menopause di Desa Jonjo Kecamatan Parigi Kabupaten Gowa sebagian besar termasuk dalam kategori buruk. Diharapkan kepada wanita menopause agar setidaknya menjaga kebersihan gigi dan mulutnya baik itu kontrol enam bulan sekali kedokter gigi terdekat baik puskesmas maupun klinik.

Kata kunci : menopause, oral hygiene, OHI-S

PENDAHULUAN

Semua wanita akan mengalami masa menopause seiring dengan bertambahnya usia wanita tersebut. Menopause seperti tersirat dalam namanya adalah waktu berakhirnya masa menstruasi dan masa reproduksi wanita. Hal ini terjadi bukan hanya dikarenakan umur tetapi terjadi karena ovarium tidak lagi menghasilkan estrogen yang cukup untuk mempertahankan jaringan yang responsif dalam suatu fisiologis yang aktif.

Menopause yang dikenal sebagai masa berakhirnya menstruasi atau haid seringkali dianggap sebagai momok dalam kehidupan perempuan. Masa ini mengingatkan dirinya yang akan menjadi tua karena organ reproduksinya sudah tidak berfungsi lagi. Pangkal kekhawatiran atau keresahan yang sering muncul mungkin karena perempuan tidak haid lagi yang berarti tidak mempunyai anak lagi, namun lebih pada kekhawatiran terhadap hal-hal lain yang mungkin timbul menyertai berakhirnya masa reproduksi.

Rata-rata seorang perempuan memasuki masa menopause berbeda pada setiap ras.

Meskipun dalam satu ras tetapi, tidak sama pada setiap orang. Misalnya perempuan ras Asia mengalami menopause pada usia 44 tahun, sementara perempuan Eropa sekitar usia 47 tahun (Yatim, 2001).

Berdasarkan data yang diperoleh dari WHO, pada tahun 1990, total populasi wanita yang mengalami menopause di seluruh dunia mencapai 476 juta orang dan diperkirakan pada tahun 2030 akan mencapai 1,2 milyar orang (Mulyani 2013). Sindroma menopause dialami oleh banyak wanita hampir diseluruh dunia, sekitar 70-80% wanita Eropa, 60% wanita di Amerika, 57% wanita di Malaysia, 18% wanita di Cina, 10% wanita di Jepang, dan di Indonesia diperkirakan jumlah orang yang menderita baik akut maupun kronik mencapai 5% dari jumlah penduduk, dengan perbandingan antara wanita dan pria 2:1 (Hawari,dalam Prabandani, 2009). Pada tahun 2020 diperkirakan jumlah perempuan yang hidup dalam usia menopause di Indonesia adalah 30,3 juta orang (Baziad, dalam Prabandani, 2009).

Perempuan yang sedang berada pada fase menopause maupun paska menopause beresiko mengalami beberapa masalah pada rongga mulut. Manifestasi klinis pada rongga mulut diantaranya adalah

Ketidaknyamanan pada rongga mulut, penurunan sekresi saliva periodontitis, burning mouth syndrom, xerostomia (mulut kering) dan penipisan mukosa rongga mulut. Pada jaringan periodontal, menurunnya kadar estrogen pada wanita usia lanjut dihubungkan dengan gingivitis, peningkatan kehilangan tulang alveolar, kehilangan perlekatan jaringan periodontal, peningkatan keparahan penyakit periodontal dan kehilangan gigi (Siregar, 2015).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini bersifat observasi deskriptif yang bertujuan untuk melihat bagaimana gambaran oral hygiene wanita pasca menopause di desa Jonjo kecamatan Parigi kabupaten Gowa. Penelitian ini melibatkan penduduk wanita di desa Jonjo sebagai populasi. Sampel penelitian diambil dengan menggunakan metode purposive random sampling, dimana hanya sampel yang memenuhi kriteria saja yang diambil sebagai sampel. Kriteria sampel yang digunakan adalah wanita usia 50 tahun keatas yang sudah tidak mengalami menstruasi lagi selama minimal enam bulan terakhir, masih memiliki gigi minimal 20 buah, bisa membaca, dan bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini. Untuk mengumpulkan data kebersihan mulut sampel digunakan lembar observasi dan untuk data lainnya digunakan lembar kuesioner.

Pengukuran kebersihan gigi dan mulut dilakukan dengan memeriksa keadaan mulut

sampel dan dihitung dengan menggunakan indeks OHI-S menurut Green dan Vermillon. Nilai dari OHI-S ini merupakan nilai yang diperoleh dari penjumlahan antara debris indeks dan kalkulus indeks. Pemeriksaan klinis dilakukan pada gigi-gigi indeks untuk melihat banyaknya debris dan kalkulus. kemudian diberi skor. : Untuk rahang atas yang diperiksa adalah : gigi molar pertama kanan atas pada permukaan bukal., gigi insisivus pertama atas pada permukaan labial., gigi molar pertama kiri atas pada permukaan bukal. Sedangkan untuk rahang bawah yang diperiksa :

- Gigi molar pertama kiri bawah permukaan lingual
- Gigi insisivus pertama kiri bawah pada permukaan labial.
- Gigi molar pertama kanan bawah pada permukaan lingual.

Penilaian OHI-S sebagai berikut :

$$\text{Rumus OHI-S} = \text{Debris Index} + \text{Calculus}$$

- Baik (good), apabila nilai berada di antara 0-1,2.
- Sedang (fair), apabila nilai berada diantara 1,3-3,0.
- Buruk (poor), apabila nilai berada diantara 3,1-6,0.

HASIL PENELITIAN

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada 30 orang sampel yang memenuhi kriteria inklusi sampel, berdasarkan lembar observasi dan kuesioner pada wanita di Desa Jonjo Kecamatan Parigi Kabupaten Gowa maka diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi umur responden terhadap lamanya menopause

Lama menopause	Umur										Total	
	52		53		54		55		56		N	%
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
2	1	50.0%	1	50.0%	0	0	0	0%	0	0%	2	100.0%
3	5	62.5%	1	12.5%	2	25.0%	0	0%	0	0%	8	100.0%
4	3	37.5%	2	25.0%	3	37.5%	0	0%	0	0%	8	100.0%
5	0	0%	1	12.5%	3	37.5%	3	37.5%	1	12.5%	8	100.0%
6	0	12.5%	0	0%	0	0%	0	0%	1	100.0%	1	100.0%
7	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	3	100.0%	3	100.0%
Total	9	30 %	5	16.7%	8	26.7%	3	10.0%	5	16.7%	30	100.0%

Berdasarkan hasil kuesioner pada subjek penelitian diperoleh bahwa sampel paling lama menopause berada pada umur 56 tahun dengan jumlah 3 orang atau 100.0% serta lama

menopause 7 tahun. Sedangkan angka terendah lamanya menopause 2 tahun berada pada umur 52 dan 53 tahun dengan jumlah masing-masing 1 orang atau 50.0%.

Tabel 2. Distribusi nilai OHI-S responden

Kriteria OHI-S	N	%
Baik	1	3.3 %
Sedang	9	30 %
Buruk	20	66.7 %
Jumlah	30	100 %

Kriteria OHI-S Pada sampel wanita menopause menunjukkan paling banyak sampel ber kriteria buruk yakni dengan jumlah 20 orang atau 66.7%.

Disusul kategori sedang dengan jumlah 9 orang atau 30%, sedangkan kategori baik dengan jumlah 1 orang atau 3,3%.

Tabel 3. Distribusi umur dan nilai OHI-S responden

Umur	Kriteria OHI-S					
	Baik		Sedang		Buruk	
	N	%	N	%	N	%
52	0	0	4	44,4	5	55,6
53	0	0	3	60,0	2	40,0
54	1	12,5	1	12,5	6	75,0
55	0	0	0	0	3	100
56	0	0	1	20,0	4	80,0
Jumlah	1	1%	9	30,0	20	66,7

Berdasarkan hasil pemeriksaan Oral Hygiene Indeks Simplified (OHI-S) pada subjek penelitian diperoleh bahwa kriteria OHI-S dengan kategori buruk yaitu 20 orang atau 66.7%, sedangkan

dengan kategori sedang sebanyak 9 orang atau 30.0% serta kategori baik dengan jumlah 1 orang atau 3.3%.

Tabel 4. Distribusi nilai OHI-S responden terhadap lamanya menopause

Lama menopause	Kriteria OHI-S						Total	
	Baik		Sedang		Buruk			
	N	%	N	%	N	%	N	%
2 Thn	0	0 %	1	50 %	1	50 %	2	100.0%
3 Thn	0	0 %	1	12,5 %	7	87,5 %	8	100.0%
4 Thn	1	12,5%	4	50 %	3	37,5 %	8	100.0%
5 Thn	0	0 %	2	25 %	6	75 %	8	100.0%
6 Thn	0	0 %	1	100 %	0	0 %	1	100 %
7 Thn	0	0 %	0	0 %	3	100.0%	3	100.0%
Total	1	3.3%	9	30.0%	20	66.7%	30	100.0%

Berdasarkan tabel diatas responden terhadap hasil pemeriksaan Oral Hygiene Index Simplified (OHI-S) dan lamanya menopause menunjukkan bahwa responden dengan kategori OHI-S buruk sebanyak 7 orang atau 87,5% dengan lama menopause 3

tahun. Disusul kategori OHI-S sedang berjumlah 4 orang dengan lama menopause 4 tahun. Serta kategori OHI-S baik berjumlah 1 orang dengan lama menopause 4 tahun.

Tabel 5. Distribusi Responden Terhadap Frekuensi Menyikat Gigi

Frekuensi menyikat gigi (sehari)	F	%
1	25	83,3%
2	5	16,7%
Total	30	100%

Berdasarkan tabel 4.5 terlihat bahwa sebagian besar wanita menopause di Desa Jonjo Kecamatan Parigi Kabupaten Gowa memiliki

kebiasaan menyikat gigi sekali sehari yaitu sebanyak 25 orang (83.3%).

PEMBAHASAN

Menopause adalah masa terjadinya penghentian menstruasi secara permanen setelah hilangnya aktivitas ovarium. Tahun-tahun sebelum menopause yang meliputi perubahan dari siklus-siklus ovulatorik normal ke penghentian mens dikenal sebagai tahun transisi menopause.

Perempuan yang sedang berada pada fase menopause maupun paska menopause beresiko mengalami beberapa masalah pada rongga mulut. Manifestasi klinis pada rongga mulut diantaranya adalah, ketidaknyamanan pada rongga mulut, penurunan sekresi saliva periodontitis, burning mouth syndrom, xerostomia (mulut kering) dan penipisan mukosa rongga

mulut. Pada jaringan periodontal, menurunnya kadar estrogen pada wanita usia lanjut dihubungkan dengan gingivitis, peningkatan kehilangan tulang alveolar, kehilangan perlekatan jaringan periodontal, peningkatan keparahan penyakit periodontal dan kehilangan gigi (Siregar, 2015).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 30 orang wanita menopause di Desa Jonjo Kecamatan Parigi kabupaten Gowa Provinsi Sulawesi Selatan memiliki keadaan Oral Hygiene sebagian besar masuk dalam kategori buruk, yaitu berjumlah 20 orang (66.7%). Disusul dengan kategori sedang yang berjumlah 9 orang

(30.0%). Dan kategori baik yaitu sebanyak 1 orang atau 3.3%.

Hasil tersebut sesuai dengan teori Hidayati dkk yang menyatakan bahwa pada perempuan paskamenopause akumulasi kalkulus gigi yang terjadi disebabkan oleh perubahan hormonal yang menyebabkan penurunan ketahanan rongga mulut dalam merespons terjadinya plak dan kalkulus gigi. Akumulasi kalkulus gigi juga dapat dipengaruhi oleh laju aliran saliva, diet (asupan makanan) dan perubahan kemampuan fisiologi.

Penurunan hormon reproduksi juga menyebabkan terjadinya xerostomia pada perempuan paskamenopause. Xerostomia atau mulut kering ini biasanya terjadi pada 20-90% wanita menopause. Pada wanita menopause, komposisi dan penurunan aliran saliva sangat tergantung pada hormon estrogen. Estrogen merupakan suatu hormonsteroid yang mempunyai reseptor di kelenjar saliva dan mukosa mulut.(Hidayati dkk)

Streckfus, dkk menunjukkan bahwa perempuan premenopause mempunyai aliran saliva yang lebih tinggi dibandingkan perempuan paskamenopause. Mereka membandingkan laju aliran saliva pada tiga kelompok perempuan. Masing-masing kelompok dibagi berdasarkan usia, yaitu 39 tahun (premenopause), 48 tahun (perimenopause), dan 55 tahun (paskamenopause), terbukti bahwa perempuan premenopause mempunyai laju aliran saliva yang lebih tinggi dibandingkan paskamenopause. Selanjutnya dapat dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai tingkat kebersihan gigi dan mulut pada perempuan premenopause dan Paskamenopause. Padahal aliran dan komposisi saliva berperan penting dalam mengontrol pembentukan plak, kalkulus, stain, karies gigi, dan penyakit periodonsium. Jika terjadi penurunan kuantitas dan kualitas saliva maka mekanisme pembersihan alami pada permukaan dalam mulut menjadi tidak efektif, sehingga debris dan stain akan semakin mudah terbentuk, meningkatnya

akumulasi plak gigi, dan pada akhirnya akan memperbanyak kalkulus yang terjadi.

Selain itu diet (asupan makanan) juga dapat mempengaruhi kalkulus yang terjadi. Menurut Putri, dkk tindakan pertama yang dapat dilakukan untuk mencegah atau setidaknya mengontrol pembentukan plak adalah dengan membatasi makanan yang banyak mengandung karbohidrat terutama sukrosa, makanan lunak dan makanan yang mudah menempel pada permukaan gigi juga sebaiknya dihindari. Pada perempuan paskamenopause dengan usia diatas 50 tahun biasanya juga mengalami penurunan nafsu makan karena perubahan indera pengecap, kehilangan banyak gigi, dan keterbatasan fisik yang ada. Sehingga berpengaruh pada asupan nutrisi dan pemilihan jenis diet yang dikonsumsi. Tekstur diet yang lunak mempermudah akumulasi plak dan pembentukan kalkulus (Hidayati dkk).

Sebagian besar responden hanya menyikat gigi sekali sehari (83,3%) yaitu pada saat mandi pagi. Hal ini mungkin disebabkan pemahaman masyarakat hanya sikat gigi pada saat mandi saja. Kemudian suhu udara di desa ini cukup dingin karena letaknya di kaki gunung Bawakaraeng . Sehingga pada malam hari, mereka menjadi malas untuk menyikat gigi dengan alasan airnya dingin. Akibatnya tingkat oral hygiene wanita menopause di desa ini masih tergolong buruk yaitu sebanyak 66,7%.

Menurut Putri, dkk (2010), pembersihan harian plak dengan menggunakan benang gigi (flossing), menyikat gigi, dan penggunaan obat kumur adalah usaha terbaik untuk mencegah karies dan penyakit periodontal. Tetapi teori lain menyatakan bahwa pada orang tua usia lanjut (50-65 tahun) biasanya juga mengalami kesulitan pada prosedur pembersihan mulut yang disebabkan kondisi fisik dan fisiologis yang sudah mengalami kemunduran serta keterbatasan mobilitas.

Hal tersebut menunjukkan bahwa meskipun perempuan paska menopause tersebut teratur dua kali sehari menyikat gigi, namun akibat

bertambahnya usia menyebabkan kemampuan motorik menurun, sehingga mereka tetap beresiko memiliki oral hygiene yang buruk. Sesuai dengan pendapat Brunson bahwa insiden kalkulus mencapai kenaikan terbesar pada usia 30 tahunan dan akan semakin meningkat seiring dengan bertambahnya usia hingga didapatkan data bahwa 9 dari 10 individu diatas 50 tahun memiliki kalkulus pada giginya.

Kurangnya perhatian dan pengetahuan tentang kesehatan gigi dan mulut pada manula utamanya wanita menopause, hal ini mengakibatkan subyek tidak mencari pengobatan dan mengabaikannya begitu saja ketika terjadi rasa sakit pada rongga mulut.

Rendahnya kebersihan rongga mulut (oral hygiene) dapat menjadipemicu terjadinya penyakit periodontal. Mikroorganisme penyebab terjadinyaperiodontitis dapat berkembang biak dalam kondisi rongga mulut asam akibat rendahnya tingkat kebersihan oral hygiene.

Berdasarkan tabel distribusi nilai OHI-S responden terhadaplamnya menopause menunjukkan bahwa reponden dengan kategori OHI-S buruk sebanyak 7 orang atau 87,5% dengan lama menopause 3 tahun. Disusul kategori OHI-S sedang berjumlah 4 orang dengan lama menopause 4 tahun. Serta ketegori OHI-S baik berjumlah 1 orang dengan lama menopause 4 tahun. Hal menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh yang berarti terhadap lama menopause seorang wanita dengan kondisi oral hygiene. Tergantung subyek itu sendiri bagaimana menjaga kesehatan gigi dan mulutnya

Penelitian ini merupakan penelitian diskriptif secara sistematis, faktual, dan akurat terhadap suatu populasi atau daerah tertentu, mengenai sifat-sifat atau faktor-faktor tertentu. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran oral hygiene wanita menopause.

Kesehatan gigi dan mulut wanita menopause lama menopausenya seorang seorang wanita diukur dari berbagai faktor diantaranya, jumlah anak yang dilahirkan, usia

pertama datang bulan, siklus haid yang tidak teratur mempengaruhi wanita tersebut

Rata-rata penduduk di Desa Jonjo Kecamatan Parigi mengkomsumsi kopi, kebiasaan mengkomsumsi kopi dengan jumlah yang berlebihan inilah yang membuat keadaan OHI-S wanita menopause di Desa Jonjo termasuk dalam kategori buruk dan tanpa pengetahuan tentang kesehatan gigi dan mulut serta dampak kopi itu sendiri pada keadaan OHI-S dan rentan terbentuknya kalkulus, dan warna gigi yang lebih kusam. Dari hasil survei yang dilakukan peneliti, peneliti sama sekali tidak menemukan kebiasaan merokok wanita ataupun kebiasaan mengkomsumsi minuman beralkohol.

Penelitian yang dilakukan oleh Hidayati dkk, (2010) pada Kelompok Wanita Tani di Kecamatan Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman, memperlihatkan bahwa walaupun seluruh sampel memiliki OHI-S baik tetapi, tetap mengalami terjadinya gingivitis. Perubahan gingiva yang berhubungan dengan menopause biasanya menggambarkan respons yang berlebihan terhadap dental biofilm. Gejala dari gingivitis akibat pengaruh hormon termasuk akumulasi plak dan kalkulus pada gigi, adalah adanya inflamasi pada gingival. Gingiva yang memerah, dan adanya perdarahan pada gingiva. Perubahan ini bervariasi tergantung respon masing-masing individual terhadap berbagai iritan di rongga mulutnya tersebut.

Menurut Aldilla (2012) keberadaan reseptor estrogen pada jaringan dirongga mulut menunjukkan bahwa jaringan rongga mulut juga menjadi organ target estrogen. Pada jaringan periodontal, berkurangnya kadar estrogen pada masa menopause dihubungkan dengan peningkatan keparahan penyakit periodontal. Keparahan penyakit periodontal itu sendiri juga dipengaruhi oleh status kebersihan mulut yang berarti semakin banyak kalkulus semakin parah penyakit periodontalnya. Hal ini juga disebabkan karena kalkulus selalu dilapisi

oleh plak yang tidak mengalami mineralisasi yang merupakan etiologi utama penyakit periodontal.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada wanita menopause dapat disimpulkan bahwa gambaran Oral Hygiene Index Simplified (OHI-S) perempuan menopause di Desa Jonjo Kecamatan Parigi Kabupaten Gowa sebagian besar termasuk dalam kategori buruk.

SARAN

Diharapkan kepada wanita menopause agar setidaknya menjaga kebersihan gigi dan mulutnya baik itu kontrol enam bulan sekali ke dokter gigi terdekat baik puskesmas maupun klinik.

DAFTAR PUSTAKA

Aldilla Purani Putri. 2012. *Pengaruh Status Menopause terhadap Burning Mouth Syndrome (BMS)*.

- Alexa. 2013. *Pengertian Oral Hygiene*. <http://www.psychologymania.com>. Diakses tanggal 6 maret 2017.
- Eusterman D,Vincent. *Burning Mouth Syndrome*.New England Dental Center.2009 ;2:124-135.
- Hidayati, Rima Samiarti, Wenerli Septevani. 2010. *Pengaruh Oral Hygiene pada Wanita Paska Menopause dengan Kejadian Gingivitis pada Kelompok Wanita Tani (KWT) di Kecamatan Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman*.
- Hestiantoro Andon dkk. *Imperial Menopause PCOS Endometriosis Recurrent Misscariage Invitro Fertilization Adolescent Gynecologi Uterine Bleeding*. 2012. Jakarta. CV Sagung Seto.
- Ida Farida. 2012. *Cara Mengukur Kebersihan Gigi dan Mulut (OHI-S)*. <http://www.idafarida.blogspot.com>. Diakses pada tanggal 7 maret 2017.
- Mieke. 2009. *Food Debris*. <http://www.igbalsandira.blogspot.com>. Diakses pada tanggal 10 maret 2017.
- Rindawakz. 2010. *Cara Mencegah dan Mengatasi Karang Gigi*. <http://www.ridwanaz.com>. Diakses tanggal 10 maret 2017
- Tanjaya, Justine-Elza I.A. *IL-1 β Genetic Polimorphism in Menopause Women as Periodontal Disease Risk Factor*. *Journal of Dentistry Indonesia*.