

BAB 7

PERAN PERILAKU PEMELIHARAAN KESEHATAN GIGI TERHADAP STATUS KARIES PADA MURID SDN KRESEK I DAN SDN KRESEK II KABUPATEN TANGERANG MENURUT PANDANGAN ISLAM

7.1 Pandangan Islam tentang perilaku kesehatan gigi

Perilaku kesehatan (*health behavior*) adalah respons seseorang terhadap stimulus atau objek yang berkaitan dengan sehat-sakit, penyakit, dan faktor-faktor yang mempengaruhi sehat-sakit (kesehatan) seperti lingkungan, makanan, minuman, dan pelayanan kesehatan. Dengan perkataan lain perilaku kesehatan adalah semua aktivitas atau kegiatan seseorang baik yang dapat diamati (*observable*) maupun yang tidak dapat diamati (*unobservable*) yang berkaitan dengan pemeliharaan dan peningkatan kesehatan. Pemeliharaan kesehatan ini mencakup mencegah atau melindungi diri dari penyakit dan masalah kesehatan lain, meningkatkan kesehatan, dan mencari penyembuhan apabila sakit atau terkena masalah kesehatan.¹³

Perilaku manusia memiliki peran besar karena berpengaruh langsung terhadap kesehatan. Perilaku kesehatan gigi meliputi pengetahuan, sikap, dan tindakan yang berkaitan dengan konsep sehat dan sakit gigi serta upaya pencegahannya. Dalam konsep ini yang dimaksudkan dengan kesehatan gigi adalah gigi dan semua jaringan yang ada di dalam mulut, termasuk gusi.¹⁴

Islam telah menetapkan tujuan kehadirannya, di antaranya adalah untuk memelihara agama itu sendiri, akal, rohani, jasmani, harta, dan keturunan bagi seluruh umat manusia. Tubuh manusia pada hakekatnya adalah milik Allah SWT yang dianugerahkan oleh-Nya untuk digunakan sebaik-baiknya. Selain memerintahkan untuk menjaga kesehatan mental dan jiwa (rohani), Allah SWT juga memerintahkan untuk menjaga kesehatan dan kebersihan fisik.

Kesehatan manusia dapat diwujudkan dalam beberapa dimensi, yaitu jasmaniah material jasmaniah, kesehatan pola sikap yang dikendalikan oleh pikiran, dan kesehatan emosi-ruhaniyah yang disembuhkan oleh aspek spiritual

keagamaan.³⁴ Kehidupan manusia merupakan karunia Allah SWT yang sangat besar dan patut disyukuri, salah satu bentuk rasa syukur dengan menjaga kesehatan. Konsep sehat merupakan pendekatan yang meliputi sehat secara fisik, mental, sosial, dan iman.³⁵

Ajaran Islam sangat memperhatikan tentang kesehatan. Banyak tuntutan dan petunjuk Rasulullah SAW terkait kesehatan yang merupakan penjelasan dan sekaligus pengalaman pokok-pokok yang ada di dalam Al-Quran serta tercermin dalam kehidupan yang hubungannya dengan keluarga, sahabat, praktik pendidikan, dan pelajaran, kehidupan pribadi dan kelompok yang dilakukan Rasulullah SAW.³⁴

Sesuai dengan sunnah Nabi inilah maka umat Islam diajarkan untuk senantiasa bersyukur atas nikmat sehat yang diberikan oleh Allah SWT. Sehat adalah nikmat Allah SWT yang terbesar yang harus diterima manusia dengan rasa syukur. Salah satu cara untuk bersyukur atas nikmat terdapat dalam firman Allah dalam Al-Quran,

وَإِذ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ

“Dan (ingatlah juga), tatkala Tuhanmu memaklumkan; “Sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti Kami akan menambah (nikmat) kepadamu, dan jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka sesungguhnya azab-Ku sangat pedih” (QS Ibrahim (14): 7).³⁶

Berbagai macam cara dapat dilakukan untuk menjaga tubuh tetap sehat. Salah satunya adalah berobat jika mengalami sakit, olahraga, makan-makanan bergizi, dan mengatur pola hidup. Perintah untuk berobat terdapat dalam hadits yang diriwayatkan oleh Usamah bin Syarik RA,³⁷

كُنْتُ عِنْدَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، وَجَاءَتِ
 الْأَعْرَابُ، فَقَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، أَنْتَ دَاوَى؟ فَقَالَ:
 نَعَمْ يَا عِبَادَ اللَّهِ، تَدَاوَوْا، فَإِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ لَمْ
 يَضَعْ دَاءً إِلَّا وَضَعَ لَهُ شِفَاءً غَيْرَ دَاءٍ وَاحِدٍ.
 قَالُوا: مَا هُوَ؟ قَالَ: الْهَرَمُ

“Aku pernah berada disamping Rasulullah SAW. Lalu datanglah serombongan arab dusun. Mereka bertanya, “Wahai Rasulullah, bolehkah kami berobat?” Beliau menjawab: “Iya, wahai para hamba Allah, berobatlah. Sebab Allah Subhanahu wa Ta’ala tidaklah meletakkan sebuah penyakit melainkan meletakkan pula obatnya, kecuali satu penyakit.” Mereka bertanya: “Penyakit apa itu?” Beliau menjawab: “Penyakit tua” (HR. Ahmad & Al-Bukhari)

Berikut sabda Nabi saw tentang menjaga pola makan,³⁸

عن المقدم بن معدي كرب أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: مَا مَلَأَ أَدْمِيَّ وَعَاءَ شَرًّا مِنْ بَطْنِهِ، بِحَسْبِ ابْنِ آدَمَ لُقَيْمَةٌ يُقْمَنَ صَلْبَهُ فَإِنْ كَانَ لِأَمْحَالَةَ فَاعِلًا فَتُلُتْ لِطَعَامِهِ وَتُلُتْ لِشَرِّهِ بِهِ وَتُلُتْ لِنَفْسِهِ

“Dari miqdam bin ma’dikariba sesungguhnya Rasulullah SAW bersabda: “Tidaklah seorang anak Adam mengisi sesuatu yang lebih buruk dari perutnya sendiri, cukuplah bagi anak adam beberapa suap yang dapat menegakkan tulang punggungnya, jikapun ingin berbuat lebih, maka sepertiga untuk makanan dan sepertiga untuk minum dan sepertiga lagi untuk nafasnya.” (HR. Tirmidzi dan Ibnu Hibban)

7.2 Pandangan Islam tentang kesehatan dan kebersihan gigi

Gigi merupakan salah satu organ pengunyah yang terdiri dari gigi-gigi pada rahang atas dan bawah.

Gigi memiliki 4 fungsi, yaitu pertama untuk mengunyah makanan. Fungsi kedua, gigi diperlukan untuk berbicara dengan jelas, contohnya kalau seseorang kehilangan gigi seri di rahang atas maka ia akan berbicara dengan suara berdesis dan tidak jelas ucapan katanya.

Fungsi ketiga, gigi mendorong pertumbuhan rahang, sehingga bentuk muka menjadi selaras. Fungsi keempat, gigi diciptakan sebagai daya dukung agar wajah terlihat indah.²

Kesehatan gigi atau sekarang sering disebut sebagai kesehatan mulut adalah kesejahteraan rongga mulut, termasuk gigi geligi dan struktur jaringan pendukungnya bebas dari penyakit dan rasa sakit.² Salah satu penyakit yang sering terjadi pada gigi adalah karies atau gigi berlubang. Karies adalah penyakit penyakit yang disebabkan oleh beberapa faktor. Terdapat empat faktor utama yaitu host (gigi), substrat (makanan), mikroorganisme (bakteri), serta waktu. Karena karies bukanlah suatu penyakit yang cepat muncul gejala klinisnya, maka penyakit ini dapat dicegah.²⁴ Hal ini sesuai dalam agama Islam yang menganjurkan umatnya untuk menjauhi suatu kemudaratan (dalam hal ini adalah penyakit). Disebutkan dalam kaidah fiqih yaitu kaidah keempat yang berbunyi,³⁹

الضَّرَرُ يُزَالُ

“Kemudaratan harus dihilangkan”

Dan sesuai dengan hadits yang berbunyi,

لَا ضَرَرَ وَلَا ضِرَارَ

“Tidak boleh memudaratkan dan tidak boleh dimudaratkan” (HR. Hakim dan lainnya dari Abu Sa’id al Khudri, HR. Ibnu Majah dari Ibnu ‘Abbas)

Dalam kehidupan manusia, gigi, dan mulut merupakan investasi bagi kesehatan sepanjang hidup. Allah SWT menyebutkan mengenai gigi di dalam Alquran surat al-Maidah ayat 45 yaitu⁴⁰

وَكُنِبْنَا عَلَيْهِمْ فِيهَا أَنَّ النَّفْسَ بِالنَّفْسِ وَالْعَيْنَ بِالْعَيْنِ وَالْأَنْفَ بِالْأَنْفِ
وَالْأُذُنَ بِالْأُذُنِ وَالسِّنَّ بِالسِّنِّ وَالْجُرُوحَ قِصَاصٌ فَمَنْ تَصَدَّقَ بِهِ
فَهُوَ كَفَّارَةٌ لَهُ وَمَنْ لَمْ يَحْكَمْ بِمَا أَنْزَلَ اللَّهُ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ ﴿٤٥﴾

“Dan Kami telah tetapkan terhadap mereka di dalamnya (At Taurat) bahwasanya jiwa (dibalas) dengan jiwa, mata dengan mata, hidung dengan hidung, telinga dengan telinga, gigi dengan gigi, dan luka luka (pun) ada qishaashnya. Barangsiapa yang melepaskan (hak qishaash)nya, maka melepaskan hak itu (menjadi) penebus dosa baginya. Barangsiapa tidak memutuskan perkara menurut apa yang diturunkan Allah, maka mereka itu adalah orang-orang yang zalim.” (QS Al-Maidah (5): 45.

Dari surat QS. Al Maidah: 45 di atas menunjukkan bahwasanya Allah SWT menjadikan gigi sebagai sesuatu yang penting dan harus dijaga.

Untuk menjaga kesehatan gigi perlu diperhatikan kebersihannya. Salah satu cara membersihkan gigi adalah dengan menyikat gigi. Menurut Potter dan Perry (2005), menyikat gigi adalah membersihkan gigi, harus memperhatikan pelaksanaan waktu yang tepat membersihkan gigi. Penggunaan alat yang tepat untuk menyikat gigi, dan cara yang tepat untuk menyikat gigi.⁸

Waktu yang tepat untuk menyikat gigi adalah setelah sarapan pagi dan sebelum tidur malam. Alat yang tepat adalah sikat gigi yang berujung kecil dan bulu sikatnya lembut, serta diganti setiap tiga bulan sekali. Gerakan yang baik dalam menyikat gigi adalah gerakan atas dan bawah. Menyikat gigi yang baik merupakan cara paling efektif untuk mencegah karies.^{8,17}

Sejalan dengan ilmu kedokteran gigi, syariat Islam juga memperhatikan kebersihan mulut dan gigi melalui perintah siwak. Dalam arti khusus, bersiwak adalah tindakan membersihkan gigi dengan kayu siwak, sedangkan dalam arti umumnya adalah tiap-tiap benda yang dipergunakan untuk membersihkan gigi.³⁵ Rasulullah SAW pun adalah orang yang sangat memperhatikan kebersihan dan kesehatan giginya. Hal ini digambarkan dalam hadits⁴¹

السِّوَاكُ مَطْهَرَةٌ لِلْفَمِ مَرْضَاةٌ لِلرَّبِّ

“Bersiwak itu akan membuat mulut bersih dan diridhai Allah.” (HR An-Nasa’I, Ahmad)

Nabi menganjurkan bersiwak setiap kali hendak shalat, memasuki masjid, sebelum tidur, atau ketika bangun tidur, setiap gigi terasa kotor, dan sebagainya. Betapa pentingnya siwak ini, dalam hadits Nabi dinyatakan, sekiranya tidak memberatkan umat pasti akan mewajibkannya. Disebutkan dari Abu Hurairah, Rasulullah saw bersabda,

لَوْلَا أَنِ أَشَقَّ عَلَى أُمَّتِي أَوْ عَلَى النَّاسِ لَأَمَرْتُهُمْ بِالسِّوَاكِ مَعَ كُلِّ صَلَاةٍ

“Sekiranya tidak memberatkan umatku atau kepada manusia maka pasti aku perintahkan mereka bersiwak setiap kali shalat.” (HR. Al-Bukhari dan Muslim)

Siwak atau *miswak* adalah membersihkan gigi, gusi, dan mulut menggunakan dahan atau akar dari pohon Aarak atau Peelu (*Salvadora persica*). Tumbuhan itu umumnya tumbuh di jazirah Arab.

Hukum bersiwak adalah sunah *muakkadah* karena siwak termasuk perilaku yang paling sering dilakukan oleh Rasulullah saw.⁴⁰

Dianjurkan bersiwak dengan menggunakan kayu yang lembut dan dapat membersihkan mulut, tidak melukai, tidak membahayakan, dan tidak pula merusaknya. Seperti kayu arak, pelepah kurma, dan zaitun.⁴²

Sebaik-baik jenis siwak adalah dari pohon arak, karena ia memiliki aroma yang wangi dan serabutnya dapat membersihkan kotoran di sela-sela gigi. Para ahli kedokteran modern melakukan penelitian terhadap kayu arak, hasilnya terdapat beberapa poin berikut⁴²

1. Siwak mengandung asam tanic. Zat ini berfungsi melawan kerusakan gigi sebagai antiseptik, mengatasi pendarahan. Selain itu, zat tersebut dapat membersihkan, menyembuhkan luka kecil, dan mencegah pendarahan pada gusi dan gusi.
 2. Siwak mengandung bahan sejenis bahan mustard, yaitu *glycoside*, zat yang memiliki aroma tajam dan rasa yang sedikit membakar. Itulah yang dirasakan oleh pengguna siwak pertama kalinya. Bahan ini juga membantu membunuh kuman.
 3. Komponen tumbuhan terdiri atas serat-serat yang banyak mengandung *sodium bicarbonate*. Zat yang bagus digunakan untuk membuat pasta gigi, menurut asosiasi pengobatan gigi yang menginduk pada Asosiasi Kedokteran Gigi Amerika.
 4. Siwak mengandung bahan pencegah kerusakan gigi. Hal itu telah disebutkan oleh lebih dari satu penelitian dalam beberapa penelitian yang dilakukan terhadap kayu arak. Mereka menegaskan bahwa siwak mengandung zat-zat yang dapat membunuh mikroba.
 5. Ditemukan pula bahwa secara kimiawi siwak mengandung serat-serat selulosa dan sebagian volatile oil, resin aromatic, dan garam mineral utamanya sodium klorida atau garam makanan, dan oksalat kapur.
- Dalam penelitian terhadap siwak, ditemukan bahwa ia merupakan sikat alami yang sarat dengan garam mineral dan zat-zat aromatik yang membantu membersihkan gigi.

Tata cara bersiwak dianjurkan memulai bersiwak dari sebelah kanan berdasarkan hadits Ummul Mukminin Aisyah ra, ia berkata⁴²

كَانَ رَسُولُ اللَّهِ يُعْجِبُهُ التَّيْمُنُ فِي تَتَعُّلِهِ وَتَرَاجُلِهِ وَطُهُورِهِ وَفِي شَأْنِهِ كُلِّهِ

“Adalah menyenangkan Rasulullah untuk memulai dengan yang kanan ketika memakai sandal, menyisir rambut, ketika bersuci, dan dalam semua keadaan” (HR. Al-Bukhari dan Muslim)

Siwak diqiyaskan dengan wudhu. Bersiwak dilakukan dengan cara gerakan menyamping. Sesuai dalam hadits,⁴²

إِذَا شَرِبْتُمْ فَاشْرَبُوا مَصًّا وَإِذَا اسْتَكْتُمْ فَاسْتَاكُوا عَرْضًا

“Apabila kalian minum maka minumlah dengan cara mengisap. Dan apabila kalian bersiwak maka bersiwaklah secara melebar.” (HR. Al-Baihaqi dalam As-Sunan Al-Kubra)

Sikat gigi perlu untuk diganti setiap tiga bulan sekali. Dalam Islam, diriwayatkan bahwa disunahkan mencuci siwak sebelum memakainya, begitu pula sesudah memakainya. Hal ini berdasarkan hadits⁴²

كَانَ نَبِيُّ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَسْتَاكُ فَيُعْطِينِي السِّوَاكَ لِأَغْسِلُهُ، فَأَبْدَأُ بِهِ فَاسْتَاكُ ثُمَّ أَغْسِلُهُ، ثُمَّ أَدْفَعُهُ إِلَيْهِ

“Rasulullah SAW pernah memberikan siwak kepadaku untuk dicuci. Kemudian aku memakainya untuk bersiwak. Lalu aku mencucinya dan memberikannya kepada beliau.” (HR. Abu Dawud)

7.3 Analisis hasil penelitian dan tinjauan menurut Islam

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada siswa sekolah dasar SDN Kresek 1 dan SDN Kresek 2 Kabupaten Tangerang, dari 222 orang siswa ditemukan 185 atau 83,3% menderita karies. Menurut hasil jawaban kuesioner, sebagian besar orang tidak mengganti sikat giginya setiap tiga bulan sekali. Melihat dari keadaan klinis rongga mulutnya juga masih banyak yang kebersihannya sangat kurang.

Sedangkan didalam Islam, Allah SWT sangat mencintai kebersihan. Terdapat dalam firman-Nya,

إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ

“*Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertaubat dan orang-orang yang menyucikan/membersihkan diri.*” (QS Al-Baqarah (2): 222)

Dan terdapat dalam beberapa hadits,

إِنَّ اللَّهَ طَيِّبٌ يُحِبُّ الطَّيِّبَ نَظِيفٌ يُحِبُّ النَّظَافَةَ كَرِيمٌ يُحِبُّ
الْكَرَمَ جَوَادٌ يُحِبُّ الْجُودَ فَنَظِّفُوا أَفْنِيَّتَكُمْ وَلَا تَشْبِهُوا بِالْيَهُودِ

“*Sesungguhnya Allah baik, menyukai kebaikan. Dia Maha Bersih, menyukai kebersihan. Maha Mulia, menyukai kemuliaan. Maha Dermawan, menyukai kedermawanan. Karena itu bersihkanlah halaman rumahmu dan jangan meniru-niru orang-orang Yahudi.*” (HR. Tirmidzi).

النَّظَافَةُ مِنَ الْإِيمَانِ

“*Kebersihan itu sebagian dari iman.*” (HR. Ahmad)

الْإِسْلَامُ نَظِيفٌ فَتَنْظَّفُوا فَإِنَّهُ لَا يَدْخُلُ الْجَنَّةَ إِلَّا نَظِيفٌ

“Agama Islam itu (agama) yang bersih, maka hendaklah kamu menjaga kebersihan, karena sesungguhnya tidak akan masuk surga kecuali orang-orang yang bersih.” (HR. Baihaqy)