

## **BAB IV**

### **PENUTUP**

#### **4.1 Kesimpulan**

Resesi gingiva merupakan salah satu penyakit mulut yang sering ditemukan dalam praktek klinis sehari-hari yang dapat disebabkan oleh berbagai faktor salah satunya yaitu teknik menyikat gigi yang tidak tepat. Teknik menyikat gigi yang tidak tepat berhubungan dengan beberapa variabel seperti durasi dan frekuensi, jenis bulu sikat, serta metode menyikat gigi yang salah. Frekuensi menyikat gigi 3 kali atau lebih dalam sehari, durasi menyikat >3 menit, jenis bulu sikat gigi tipe sedang dan keras, serta metode menyikat horizontal dan vertikal merupakan faktor yang berpengaruh terhadap resesi gingiva. Semua teknik tersebut saling memengaruhi hingga dapat menyebabkan terjadinya resesi gingiva. Teknik menyikat gigi yang tepat dapat dilakukan dengan cara menyikat gigi secara teratur 2 kali sehari pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur, dengan durasi 2 menit, menggunakan metode menyikat gigi yang benar sesuai dengan kebutuhan setiap individu, serta menggunakan jenis bulu sikat gigi lembut agar tidak merusak jaringan disekitar gigi yang dapat menyebabkan terjadinya resesi gingiva.