

***MATCHA (CAMELLIA SINENSIS)* SEBAGAI PENGHAMBAT PERTUMBUHAN BAKTERI PLAK GIGI UNTUK KESEHATAN**

GINGIVA

Tsaniaturrohmah¹

¹Mahasiswa Jurusan Kesehatan Gigi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
tsaniaaa7@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : *Gingivitis* merupakan peradangan pada *gingiva* yang umumnya disebabkan oleh akumulasi plak gigi. Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan prevalensi *gingivitis* sebesar 14,1%. Pengendalian plak gigi menjadi langkah penting dalam pencegahan *gingivitis*. *Matcha (Camellia sinensis)* mengandung senyawa bioaktif yang berpotensi menghambat pertumbuhan bakteri plak dan menjaga kesehatan *gingiva*. **Metode :** *Literature review* dilakukan berdasarkan masalah dan metode penelitian, dari 5 penelitian yang digunakan, 2 diantaranya menggunakan metode eksperimental *in vitro* (mekanisme antibakteri), dan 3 diantaranya menggunakan penelitian klinis pada manusia. Sampel yang digunakan dalam penelitian klinis merupakan penderita *gingivitis*. **Hasil :** *Matcha (Camellia sinensis)* berperan sebagai penghambat pertumbuhan bakteri plak gigi untuk kesehatan *gingiva* melalui mekanisme yang saling berkaitan, yaitu menghambat pertumbuhan bakteri patogen rongga mulut, mengurangi pembentukan biofilm plak, menekan proses inflamasi, dan meningkatkan kapasitas antioksidan *saliva*. Mekanisme tersebut berkontribusi dalam mengurangi akumulasi plak sebagai faktor etiologi *gingivitis* sehingga mendukung pemeliharaan kesehatan *gingiva*. **Kesimpulan :** Berdasarkan 5 studi yang dianalisis dapat disimpulkan bahwa *matcha (camellia sinensis)* berperan sebagai penghambat pertumbuhan bakteri plak gigi melalui kemampuannya menghambat pertumbuhan bakteri patogen, mengurangi pembentukan biofilm, serta menekan aktivitas virulensi bakteri. Penurunan jumlah bakteri plak berkontribusi terhadap berkurangnya proses inflamasi pada jaringan *gingiva*. Aktivitas antiinflamasi dan antioksidan yang dimiliki *matcha* turut mendukung pemeliharaan kesehatan *gingiva*.

Kata Kunci : *Matcha*, Bakteri Plak Gigi, *Gingiva*, *Epigallocatechin-3-gallate (EGCG)*

Daftar Pustaka : 69(2015-2025)

MATCHA (CAMELLIA SINENSIS) AS AN INHIBITOR OF DENTAL PLAQUE BACTERIAL GROWTH FOR GINGIVAL HEALTH

Tsaniaturrohmah¹

¹*Student Majoring of Dental Health Department, the Polytechnic of the Ministry
of Health Tasikmalaya
tsaniaaa7@gmail.com*

ABSTRACT

Background : *Gingivitis is an inflammation of the gingival tissue primarily caused by the accumulation of dental plaque. The 2023 Indonesian Health Survey (SKI) reported a gingivitis prevalence of 14.1%. Dental plaque control is an important measure in the prevention of gingivitis. Matcha (Camellia sinensis) contains bioactive compounds that have the potential to inhibit the growth of plaque-forming bacteria and promote gingival health..* **Method :** *This literature review was conducted based on research problems and methodologies. Of the five studies included, two employed in vitro experimental methods to investigate antibacterial mechanisms, while three involved clinical studies in humans. The clinical study samples consisted of patients with gingivitis.* **Result :** *Matcha (Camellia sinensis) acts as an inhibitor of dental plaque bacterial growth and supports gingival health through several interrelated mechanisms. These include inhibiting the growth of oral pathogenic bacteria, reducing plaque biofilm formation, suppressing inflammatory processes, and enhancing the antioxidant capacity of saliva. These mechanisms contribute to reducing plaque accumulation, which is a major etiological factor of gingivitis, thereby supporting the maintenance of gingival health..* **Conclusion :** *Based on the analysis of five studies, matcha (Camellia sinensis) has the potential to inhibit the growth of dental plaque bacteria through its ability to suppress the growth of pathogenic bacteria, reduce biofilm formation, and inhibit bacterial virulence activity. The reduction in plaque bacterial levels contributes to decreased inflammation in gingival tissues. Furthermore, the anti-inflammatory and antioxidant properties of matcha support the maintenance of gingival health.*

Keywords : *Matcha, Dental Plaque Bacteria, Gingiva, Epigallocatechin-3-gallate (EGCG)*

References : *69(2015-2025)*