



Mahakarya Sebuah Senyuman:



Merawat Gigi, Menyentuh Hati,
dan Menemukan Keagungan Ilahi



*(Menemukan Jejak Keagungan Ilahi
dalam Setiap Senyuman)*



Prof. Dr. FX Ady Soesetijo, drg., Sp. Pros.



Mahakarya Sebuah Senyuman: Merawat Gigi, Menyentuh Hati, dan Menemukan Keagungan Ilahi

Prof. Dr. drg. FX. Ady Soesetijo, Sp.Pros.

PT CIPTA DIGITAL EDUKASI

Anggota IKAPI: No. 666/DKI/2026



Mahakarya Sebuah Senyuman: Merawat Gigi, Menyentuh Hati, dan Menemukan Keagungan Ilahi

Penulis : Prof. Dr. drg. FX. Ady Soesetijo, Sp.Pros.
ISBN : 978-634-7808-16-5 (PDF)
Penyunting Naskah : Endah Romadhon
Tata Letak : Endah Romadhon
Desain Sampul : Novikean Keysah Sanisri

Penerbit

PT Cipta Digital Edukasi

Jl. Wijaya Ii/Wijaya Grand Centre Blok G-15, Desa/Kelurahan Pulo, Kec. Kebayoran Baru, Kota Adm.
Jakarta Selatan, Provinsi DKI Jakarta, Kode Pos: 1216

E-Mail : penerbitcde@gmail.com

Website : cideka.com

© Hak cipta dilindungi oleh undang-undang

Berlaku selama 50 (lima puluh) tahun sejak ciptaan tersebut pertama kali dilakukan pengumuman.

Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari penerbit. Ketentuan Pidana Sanksi Pelanggaran UU No. 28 Tahun 2014 Tentang Hak Cipta.

1. Barang siapa dengan sengaja dan tanpa hak melakukan perbuatan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 2 ayat (1) atau Pasal 49 ayat (1) dan ayat (2) dipidana dengan pidana penjara masing-masing paling singkat 1 (satu) bulan dan/atau denda paling sedikit Rp1.000.000,00 (satu juta rupiah), atau pidana penjara paling lama 7 (Tujuh) tahun dan/atau denda paling banyak Rp5.000.000.000,00 (lima miliar rupiah).
2. Barang siapa dengan sengaja menyerahkan, menyiarkan, memamerkan, mengedarkan atau menjual kepada umum suatu ciptaan atau barang hasil pelanggaran Hak Cipta atau Hak Terkait sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dipidana dengan pidana penjara paling lama 5 (lima) tahun dan/atau denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).

KATA PENGANTAR

Menemukan Cahaya di Balik Ketulusan Senyuman

Setiap manusia lahir membawa sebuah mahakarya yang melekat pada wajahnya: sebuah senyuman. Namun, sering kali kita lupa bahwa di balik seuntai senyum yang tulus, terdapat jalinan keajaiban yang mempertemukan kesehatan fisik, kedalaman empati antarmanusia, hingga puncaknya, yaitu sebuah kesadaran spiritual akan keagungan Sang Pencipta.

Buku Mahakarya Sebuah Senyuman: Merawat Gigi, Menyentuh Hati, dan Menemukan Keagungan Ilahi hadir bukan sebagai diktat medis yang rigid. Melalui untaian kata di dalam buku ini, penulis mengajak kita semua untuk melihat kesehatan rongga mulut dari kacamata yang jauh lebih luas dan universal. Buku ini ditulis untuk semua kalangan; bagi siapa saja yang ingin merayakan kehidupan lewat cara paling sederhana yang kita miliki.

Redaksi menyambut baik kehadiran buku ini karena berhasil meruntuhkan dinding pembatas antara sains harian dan refleksi kehidupan. Di sini, Anda tidak akan menemukan instruksi klinis yang menjemukan. Sebaliknya, Anda akan diajak bertualang melintasi lima bab yang memikat: mulai dari memahami anatomi senyum sebagai bahasa universal, menyadari pentingnya merawat gigi sebagai bentuk amanah raga, hingga menemukan hikmah spiritual di balik kesempurnaan desain gigi manusia.

Kami berharap, setelah membalik halaman terakhir buku ini, membaca tidak lagi sekadar melihat gigi sebagai alat pengunyah belaka. Lebih dari itu, kita semua dapat merawatnya sebagai bentuk konsistensi rasa syukur, menggunakannya untuk menyebarkan kedamaian, dan senantiasa menemukan jejak keagungan Ilahi dalam setiap lengkung senyuman.

Selamat membaca, selamat merawat titipan-Nya, dan selamat tersenyum dengan sepenuh hati.

Jember, Juli 2026

Penulis

PRAKATA

Merayakan Kehidupan Lewat Ketulusan Senyuman

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Kuasa atas karunia-Nya. Buku dengan judul ***Mahakarya Sebuah Senyuman: Merawat Gigi, Menyentuh Hati, dan Menemukan Keagungan Ilahi*** (*Menemukan jejak transendensi dan rahasia penciptaan dalam setiap senyuman*) ini dapat diselesaikan. Buku ini mengajak pembaca melihat perawatan gigi sebagai wujud syukur dan refleksi mendalam, bukan sekadar prosedur klinis semata. Melalui untaian cerita sehari-hari, pembaca diajak memaknai kembali senyuman tulus sebagai bahasa universal yang menyentuh hati dan mencerminkan keagungan Ilahi.

Buku ini hadir dari sebuah perenungan mendalam tentang esensi sejati dari sebuah senyuman. Penulis ingin mengajak Anda semua, masyarakat luas dari berbagai latar belakang, untuk keluar sejenak dari sudut pandang klinis yang rigid. Buku ini ditulis bukan untuk menggurui secara medis, melainkan untuk berbagi cerita dan rasa tentang bagaimana sebuah tindakan sederhana; yaitu seperti merawat gigi mampu menyentuh kedalaman hati manusia dan menuntun kita menemukan jejak-jejak keagungan Ilahi.

Setiap bab dalam buku ini dirancang agar dekat dengan kehidupan kita sehari-hari. Kita akan melihat bagaimana senyuman bekerja sebagai bahasa universal yang mencairkan kebekuan sosial, bagaimana merawat raga merupakan bentuk nyata dari rasa syukur

atas amanah Sang Pencipta, hingga bagaimana desain sebutir gigi menyimpan presisi teknologi Ilahi yang luar biasa menakjubkan.

Buku ini adalah undangan terbuka bagi siapa saja untuk kembali tersenyum dengan utuh. Bukan hanya senyum yang indah di mata manusia, tetapi senyuman sehat yang memancarkan kedamaian, menebar empati, dan menjadi saksi atas rasa syukur kita kepada Pencipta kehidupan.

Akhir kata, saya berharap untaian pemikiran sederhana di dalam buku ini dapat memberikan cara pandang baru bagi Anda dalam merawat diri dan memaknai hidup. Selamat membaca, dan mari kita rayakan keagungan-Nya lewat setiap lengkung senyuman kita.

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	iii
PRAKATA	v
DAFTAR ISI	vii
PROLOG.....	1
Bab 1: Filosofi Sebuah Senyuman: Lebih dari Sekadar Estetika	3
A. Keajaiban Anatomi Senyum: Bagaimana Otot-Otot Wajah Bekerja Menciptakan Ekspresi Paling Indah Manusia	4
B. Bahasa Universal Tanpa Kata: Senyum sebagai Jembatan Komunikasi Lintas Budaya, Ras, dan Generasi.....	9
C. Daya Magis Sebuah Senyuman: Efek Psikologis Senyum dalam Menularkan Kebahagiaan dan Mencairkan Suasana	14
D. Senyuman dalam Pandangan Ilahi: Refleksi Spiritual tentang Senyum sebagai Bentuk Ibadah dan Sedekah Paling Mudah	18
Bab 2: Gerbang Kesehatan Tubuh: Merawat Titipan Sang Pencipta	23
A. Mulut sebagai Jendela Tubuh: Bagaimana Kesehatan Gigi Memengaruhi Jantung, Otak, dan Daya Tahan Tubuh.....	24
B. Seni Merawat Estetika Alami: Panduan Praktis Rutinitas Menjaga Kebersihan Gigi yang Mudah Diterapkan Siapa Saja	29
C. Meluruskan Mitos Seputar Gigi: Membongkar Kebiasaan Salah Populer di Masyarakat dengan Penjelasan Logis	35
D Rasa Syukur lewat Perawatan: Menjaga Kesehatan Gigi sebagai Bentuk Amanah dan Tanggung Jawab Kepada Pencipta	40
Bab 3: Psikologi Senyuman: Menemukan Keberanian dan Rasa Percaya Diri	45
A. Dampak Sosial Gigi yang Rusak: Bagaimana Masalah Gigi Tersembunyi Bisa Mengikis Rasa Percaya Diri Seseorang.....	46
B. Transformasi Mental Lewat Senyuman: Hubungan antara Kelengkapan Gigi dengan Optimisme dalam Interaksi Sosial	51

C. Mengatasi Rasa Takut Tersembunyi: Mengapa Manusia Takut Merawat Gigi Dan Cara Membangun Keberanian Diri.....	56
D. Kisah Sukses di Balik Tawa: Inspirasi tentang Orang-Orang yang Bangkit dan Meraih Peluang Setelah Memperbaiki Senyumnya	61
Bab 4: Pesona Gigi Sehat di Setiap Fase Kehidupan	68
A. Senyum Polos Masa Kanak-Kanak: Pentingnya Menjaga Gigi Susu Demi Masa Depan dan Pertumbuhan Anak	71
B. Ekspresi Diri Masa Remaja dan Dewasa: Gigi sebagai Aset Penampilan, Karir, dan Ekspresi Jati Diri	76
C. Keagungan Senyum di Usia Senja: Bagaimana Gigi yang Bertahan di Masa Tua Menjaga Kualitas Hidup dan Kebahagiaan	83
D. Investasi Masa Depan: Mengapa Merawat Gigi Sejak Dini adalah Investasi Kesehatan Jangka Panjang Terbaik.....	88
Bab 5: Menemukan Keagungan Ilahi dalam Setiap Lengkung Senyuman.....	93
A. Desain Gigi yang Sempurna: Mengagumi Presisi Bentuk, Fungsi, dan Kekuatan Enamel Gigi Ciptaan Tuhan	96
B. Hikmah di Balik Alarm Rasa Sakit: Filosofi Rasa Sakit Gigi sebagai Pengingat Manusia untuk Bersyukur saat Sehat.....	101
C. Estetika Ilahi pada Wajah: Bagaimana Susunan Gigi Membentuk Harmoni Visual Wajah yang Penuh Keagungan	106
D. Senyum sebagai Warisan Kebaikan: Menjadikan Senyum Sehat sebagai Sarana Menyebarkan Kedamaian di Muka Bumi.....	112
EPILOG	117
GLOSARIUM.....	120
INDEKS.....	127
SINOPSIS.....	131
DAFTAR PUSTAKA	133
PROFIL PENULIS.....	141
CATATAN PENULIS: Refleksi Objektif.....	144

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Ghazali, I. (2020). *Ihya Ulumuddin: Menghidupkan Kembali Ilmu-Ilmu Agama (Edisi Terjemahan)*. Jakarta: Republika Penerbit.
- Al-Mubarakfuri, S. R. (2015). *Sirah Nabawiyah: Sejarah Hidup Nabi Muhammad SAW*. Jakarta: Darul Haq.
- American Academy of Pediatric Dentistry. (2021). *Guideline on Periodicity of Examination, Preventive Dental Services, Anticipatory Guidance/Counseling, and Oral Treatment for Infants, Children, and Adolescents*. Chicago: AAPD Reference Manual.
- Anusavice, K. J., Shen, C., & Rawls, H. R. (2013). *Phillips' Science of Dental Materials (12th ed.)*. St. Louis: Elsevier Health Sciences.
- Asmawi, M. (2018). *Filsafat Kesehatan Islam: Harmoni Jiwa, Raga, dan Dimensi Ilahi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bakar, A. (2012). *Kedokteran Gigi Pencegahan (Preventive Dentistry)*. Yogyakarta: Wahana Medika.
- Bateson, G. (2000). *Steps to an Ecology of Mind: Collected Essays in Anthropology, Psychiatry, Evolution, and Epistemology*. Chicago: University of Chicago Press.
- Berne, R. M., & Levy, M. N. (2020). *Physiology (7th ed.)*. Philadelphia: Mosby Elsevier.

- Bird, D. L., & Robinson, D. S. (2021). *Modern Dental Assisting (13th ed.)*. St. Louis: Elsevier.
- Bogodistov, Y., & Dost, F. (2017). Proximity begins with a smile, but which one? Associating non-duchenne smiles with higher psychological distance. *Frontiers in Psychology*, 8, Artikel 1374.
- Bowen, W. H. (2015). *The Development of Early Childhood Caries in Humans*. *Journal of Dental Research*, 94(12), 1634–1641.
- Carranza, F. A., Newman, M. G., Takei, H. H., & Klokkevold, P. R. (2019). *Clinical Periodontology (13th ed.)*. Philadelphia: W.B. Saunders Company.
- Darwin, C. (1872). *The Expression of the Emotions in Man and Animals*. London: John Murray.
- Dawkins, R. (2016). *The Selfish Gene (40th Anniversary ed.)*. Oxford: Oxford University Press.
- De Waal, F. (2019). *Mama's Last Hug: Animal Emotions and What They Tell Us About Ourselves*. New York: W. W. Norton & Company.
- Dimatteo, M. R. (2017). *Enhancing Patient Compliance in Dentistry: A Psychological Approach*. *Journal of Behavioral Medicine*, 40(3), 211-224.
- Ekman, P. (2003). *Emotions Revealed: Recognizing Faces and Feelings to Improve Communication and Emotional Life*. New York: Times Books.

- Ekman, P., & Friesen, W. V. (2007). *Unmasking the Face: A Guide to Recognizing Emotions from Facial Clues*. Los Angeles: Malor Books.
- Eliades, T., & Katsaros, C. (2018). *The Orthodontic Patient: Treatment and Biomechanics*. Berlin: Quintessence Publishing.
- Fejerskov, O., & Kidd, E. (2016). *Dental Caries: The Disease and its Clinical Management (3rd ed.)*. Oxford: Wiley-Blackwell.
- Frank, M. G., Ekman, P., & Friesen, W. V. (1993). *Behavioral Markers of Sign Of Enjoyment: The Duchenne Smile*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(1), 83–93.
- Fridlund, A. J. (2014). *Human Facial Expression: An Evolutionary View*. San Diego: Academic Press.
- Garg, N., & Garg, A. (2019). *Textbook of Operative Dentistry (4th ed.)*. New Delhi: Jaypee Brothers Medical Publishers.
- Giacoman, R. A., & Friedman, P. K. (2016). *Oral Health and Quality of Life in Older Adults*. *Dental Clinics of North America*, 60(2), 339–355.
- Goleman, D. (2006). *Social Intelligence: The New Science of Human Relationships*. New York: Bantam Books.
- Guyton, A. C., & Hall, J. E. (2021). *Textbook of Medical Physiology (14th ed.)*. Philadelphia: Elsevier.
- Haga, S. (2012). *The Mirror Neuron System in Facial Mimicry and Emotion Recognition*. *Neuroscience Letters*, 511(2), 120–125.

- Hawking, S. (2018). *Brief Answers to the Big Questions*. New York: Bantam Books.
- Houwink, B. (2014). *Ilmu Kedokteran Gigi Pencegahan (Terjemahan)*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Iacoboni, M. (2009). *Mirroring People: The Science of How We Connect with Others*. New York: Picador.
- Imang, M. (2017). *Psikologi Komunikasi Lintas Budaya: Memahami Kode Non-Verbal Manusia*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Jones, J. A., & Ship, J. A. (2015). *Geriatric Dentistry: Caring for Our Aging Population*. Oxford: Wiley-Blackwell.
- Jovita, R. (2019). *Seni dan Estetika Restorasi Gigi Depan*. Jakarta: EGC Kedokteran.
- Kahneman, D. (2011). *Thinking, Fast and Slow*. New York: Farrar, Straus and Giroux.
- Kaye, E. D., & Valencia, A. (2010). *Tooth Loss and Cognitive Decline in Older Adults: A Longitudinal Study*. *Journal of the American Geriatrics Society*, 58(4), 711–718.
- Keltner, D. (2009). *Born to Be Good: The Science of a Meaningful Life*. New York: W. W. Norton & Company.
- Kidd, E. A. (2005). *Essentials of Dental Caries (3rd ed.)*. Oxford: Oxford University Press.
- Koch, G., Poulsen, S., & Espelid, I. (2017). *Pediatric Dentistry: A Clinical Approach (3rd ed.)*. Oxford: Wiley-Blackwell.
- Laird, J. D. (2007). *Feelings: The Perception of Self*. Oxford: Oxford University Press.

- Lieberman, D. E. (2013). *The Story of the Human Body: Evolution, Health, and Disease*. New York: Pantheon Books.
- Little, J. W., Falace, D. A., Miller, C. S., & Rhodus, N. L. (2018). *Dental Management of the Medically Compromised Patient (9th ed.)*. St. Louis: Elsevier.
- Malamed, S. F. (2019). *Handbook of Local Anesthesia (7th ed.)*. St. Louis: Elsevier.
- Matsumoto, D., & Hwang, H. C. (2012). *Evidence for a Universal Face of Pride and Shame. Journal of Nonverbal Behavior*, 36(1), 1-17.
- McDonald, R. E., Avery, D. R., & Dean, J. A. (2016). *Dentistry for the Child and Adolescent (10th ed.)*. St. Louis: Mosby.
- Melsen, B. (2012). *Adult Orthodontics*. Oxford: Wiley-Blackwell.
- Moestopo, S. (2011). *Etika Profesi dan Komunikasi Efektif Pasien-Dokter Gigi*. Jakarta: UI Press.
- Nelson, S. J. (2015). *Wheeler's Dental Anatomy, Physiology and Occlusion (10th ed.)*. St. Louis: Elsevier.
- Nematollahi, H. (2014). *The Effect of Early Childhood Caries on Quality of Life of Children and Their Parents. Journal of Dentistry of Tehran University*, 11(3), 266-273.
- Nitschke, I., & Müller, F. (2020). *Gerodontology: State of the Art and Future Challenges. International Dental Journal*, 70(1), 5-12.
- Okeson, J. P. (2019). *Management of Temporomandibular Disorders and Occlusion (8th ed.)*. St. Louis: Elsevier.

- Oktavia, D. (2021). *Hubungan Kesehatan Gigi dan Mulut terhadap Kualitas Hidup Lansia di Indonesia*. *Jurnal Kedokteran Komunitas*, 9(2), 145-152.
- Pinker, S. (2002). *The Blank Slate: The Modern Denial of Human Nature*. New York: Viking.
- Pitts, T. R. (2017). Bracket Positioning for Smile Arc Protection. *Journal of Clinical Orthodontics (JCO)*, 51(3), 142-149.
- Proffit, W. R., Fields, H. W., & Sarver, D. M. (2018). *Contemporary Orthodontics (6th ed.)*. St. Louis: Elsevier.
- Ramadhan, A. (2016). *Sedekah Paling Mudah: Dahsyatnya Energi Senyuman dalam Prespektif Al-Qur'an dan Sunnah*. Yogyakarta: Diva Press.
- Ranganathan, K., & Venkatesh, E. (2019). *Saliva and Oral Health: A Review of its Functions and Pathological Changes*. *Journal of Oral and Maxillofacial Pathology*, 23(2), 245-253.
- Rizzolatti, G., & Sinigaglia, C. (2008). *Mirrors in the Brain: How Our Minds Share Actions and Emotions*. Oxford: Oxford University Press.
- Rotter, J. B. (1980). *Interpersonal Trust, Trustworthiness, and Gullibility*. *American Psychologist*, 35(1), 1–7.
- Sapolsky, R. M. (2017). *Behave: The Biology of Humans at Our Best and Worst*. New York: Penguin Press.
- Seligman, M. E. (2011). *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being*. New York: Free Press.

- Shi, L., & Zheng, Y. (2018). *Facial Feedback and Emotion Regulation: Mechanisms and Applications. Advances in Psychological Science*, 26(10), 1800-1812.
- Soames, J. V., & Southam, J. C. (2005). *Oral Pathology (4th ed.)*. Oxford: Oxford University Press.
- Strack, F., Martin, L. L., & Stepper, S. (1988). *Inhibiting and Facilitating Conditions of the Human Smile: A Nonobtrusive Test of the Facial Feedback Hypothesis. Journal of Personality and Social Psychology*, 54(5), 768–777.
- Sudarmo, P. (2015). *Anatomi dan Fisiologi Sistem Stomatognasi*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Sujati, W. (2019). *Aspek Religi-Spiritual dalam Dunia Medis: Seni Penyembuhan Holistik*. Bandung: Mizan.
- Tarigan, R. (2014). *Karies Gigi (Edisi 2)*. Jakarta: EGC Kedokteran.
- Thylstrup, A., & Fejerskov, O. (1994). *Textbook of Clinical Cariology (2nd ed.)*. Copenhagen: Munksgaard.
- Vandeventer, J., & Patterson, E. (2012). Differentiating Duchenne from non-Duchenne smiles using active appearance models. Dalam *2012 IEEE Fifth International Conference on Biometrics: Theory, Applications and Systems (BTAS)* (hlm. 46-51). IEEE.
- Walls, A. W., & Meurman, J. H. (2012). *Geriatric Dentistry: Evaluation of the Aging Mouth. Advances in Dental Research*, 24(1), 32-37.

- Williams, C. A. (2016). *The Biological Foundations of Facial Expression and Non-verbal Social Signalling*. *Philosophical Transactions of the Royal Society B*, 371(1693), 2015-2028.
- Wright, R. (1994). *The Moral Animal: Why We Are the Way We Are: The New Science of Evolutionary Psychology*. New York: Vintage Books.



MAHAKARYA SEBUAH SENYUMAN: Merawat Gigi, Menyentuh Hati, dan Menemukan Keagungan Ilahi

Pernahkah Anda menyadari bahwa saat bibir Anda melengkung untuk tersenyum, ada orkestrasi 17 otot wajah yang bekerja serentak dalam hitungan milidetik? Atau bahwa enamel yang melindungi gigi Anda adalah jaringan biologis terkeras di tubuh, yang dirancang lebih kuat daripada baja untuk menopang kehidupan Anda?

Buku ini mengajak kita menembus batas visual kulit luar untuk menyingkap sebuah rahasia besar: bahwa senyuman bukan sekadar gerak refleks daging, melainkan sebuah mahakarya arsitektur Ilahi yang mahasempurna. Di tengah dunia modern yang terkotak-kotak oleh perbedaan ras, budaya, dan benturan ego, senyuman hadir sebagai bahasa universal tanpa kata yang mampu meruntuhkan kecurigaan dan menyebarkan kedamaian secara instan.

Melalui perpaduan sains klinis yang presisi dan refleksi spiritual yang mendalam, Anda akan dituntun untuk memahami:

- Keajaiban Anatomi: Bagaimana koordinasi saraf dan biomekanika tubuh didesain secara khusus untuk mengekspresikan kebahagiaan.
- Investasi Lintas Usia: Mengapa merawat gigi dari masa kanak-kanak, dewasa, hingga usia senja adalah kunci menjaga martabat dan kualitas hidup.
- Hikmah di Balik Rasa Sakit: Menemukan kasih sayang Tuhan yang tersamarkan di balik alarm sakit gigi sebagai pengingat rasa syukur.
- Estetika Ilahi: Bagaimana susunan geligi membentuk harmoni optik pada wajah untuk memancarkan keluhuran jiwa.

Membaca buku ini akan mengubah cara Anda menatap cermin. Merawat gigi bukan lagi sekadar urusan kosmetik yang dangkal, melainkan sebuah ritual ibadah dan bentuk penghormatan tertinggi terhadap titipan Sang Pencipta. Karena pada setiap senyuman yang sehat dan tulus, ada pesan cinta kasih Tuhan yang sedang Anda teruskan kepada semesta.

