

**Gambaran Pengetahuan Anak dan Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Kariogenik Serta Kebiasaan Menyikat Gigi dengan Terjadinya Karies pada Anak Sekolah di SD NEGERI 73 LAUTANG Kecamatan Belawa**

**Badai Septa<sup>1</sup>, Hans Lesmana<sup>2</sup>, Astri Handayani Asbi<sup>3</sup>**

ABSTRAK

Karies gigi merupakan masalah kesehatan gigi dan mulut yang paling sering dialami anak usia sekolah, dipengaruhi oleh pengetahuan anak, konsumsi makanan kariogenik. **Tujuan Penelitian:** untuk mengetahui gambaran pengetahuan anak, kebiasaan mengonsumsi makanan kariogenik, dan kebiasaan menyikat gigi terhadap kejadian karies pada siswa SD NEGERI 73 Lautang Kecamatan Belawa. **Metode Penelitian:** merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan jumlah sampel sebanyak 40 siswa yang dipilih secara total sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner dan dianalisis secara univariat. **Hasil penelitian:** menunjukkan bahwa 55% siswa memiliki pengetahuan yang baik, 62,5% memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan kariogenik dalam kategori sedang, dan 55% memiliki kebiasaan menyikat gigi yang baik. Meskipun pengetahuan anak tergolong baik, konsumsi makanan kariogenik masih cukup tinggi. Oleh karena itu, dibutuhkan peningkatan edukasi kesehatan gigi dan pengawasan dari orang tua serta pihak sekolah. **Kesimpulan:** bahwa pengetahuan tentang karies, konsumsi makanan kariogenik serta kebiasaan menyikat gigi terdapat kategori baik karena adanya pengawasan dari orang tua dan edukasi yang diterima di sekolah.

***A Result Of Children's Knowledge And Habits Of Consuming Cariogenic Foods And Tooth Brushing Habits With The Occurrence Of Caries In School Children At State Elementary School 73 Lautang, Belawa District***

ABSTRACT

*Dental caries is the most common oral health problem experienced by school aged children, influenced by children's knowledge, consumption of cariogenic foods, and tooth-brushing habits. **Research Objectives:** To determine the relationship between children's knowledge, cariogenic food consumption habits, and toothbrushing habits in relation to caries incidence among students at Lautang 73 Elementary School, Belawa District. **Research Methods:** This was a quantitative descriptive study with a sample of 40 students selected using total sampling. Data collection was conducted using a questionnaire and analyzed univariately. **Research results:** showed that 55% of students had good knowledge, 62.5% had moderate cariogenic food consumption habits, and 55% had good toothbrushing habits. Although children's knowledge was considered good, cariogenic food consumption was still quite high. Therefore, increased dentalhealth education and supervision from parents and schools are needed. **Conclusion:** that knowledge about caries, consumption of cariogenic foods and tooth brushing habits are in the good category due to supervision from parents and education received at school.*

*Keywords : dental caries, children's knowledge, cariogenic foods, tooth-brushing.*

**PENDAHULUAN**

Gigi adalah jaringan lunak yang terletak di rongga mulut dan merupakan jaringan paling keras dibandingkan jaringan tubuh lainnya. Namun, meskipun gigi merupakan jaringan tubuh yang paling keras, gigi juga mudah mengalami kerusakan, terutama jika tidak dirawat dengan baik. Karies gigi adalah masalah kesehatan yang umum ditemukan pada anak-anak, terutama di kalangan anak sekolah. Penyebab utama terjadinya karies yaitu interaksi antara mikroorganisme di dalam mulut dengan sisa makanan, terutama yang mengandung gula, yang menghasilkan asam yang dapat merusak enamel gigi. (Frayoga 2013)

Dampak yang terjadi bila sejak awal sudah mengalami karies adalah selain fungsi gigi sebagai pengunyah yang terganggu, rewel, gusi bengkak, anak juga akan mengalami gangguan dalam menjalankan aktifitas sehari-hari, sehingga anak tidak mau

makan dan akibat yang lebih parah bisa terjadi malnutrisi, hal tersebut akan menyebabkan daya tahan tubuh anak menurun dan anak akan mudah terkena penyakit. (Lanasari. 2021)

Masalah kesehatan gigi yang paling sering dialami oleh anak sekolah adalah karies gigi. Hal ini disebabkan oleh kebersihan mulut anak yang cenderung lebih buruk dan pola makan yang mengandung banyak makanan dan minuman manis, yang lebih sering dikonsumsi oleh anak-anak dibandingkan orang dewasa. Konsumsi berlebihan makanan manis ini dapat meningkatkan risiko terjadinya karies gigi. (Simarmata, Hidayat, and Johansen 2024)

Penyakit dan kelainan gigi pada usia sekolah merupakan salah satu gangguan yang dapat mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan anak. Karies gigi merupakan penyakit infeksi yang merusak struktur gigi, yang terjadi karena interaksi berbagai faktor dalam mulut. (Muhammad Sowwam 2023)

(Prakoso 2016) menyatakan bahwa pemilihan pola makan yang salah dan pengaruh gaya hidup modern juga dapat menyebabkan timbulnya karies gigi pada anak. Karbohidrat seperti sukrosa yang dapat menyebabkan terjadinya karies gigi dikenal dengan sebutan makanan kariogenik. Pada umumnya anak usia tersebut mempunyai kebiasaan mengkonsumsi makanan yang manis atau mengandung gula murni seperti permen, coklat, dan roti donat. Konsumsi karbohidrat yang mudah terfermentasi, terutama sukrosa yang berlebihan mempunyai efek pada kesehatan gigi seseorang.

Merawat gigi yang baik pada usia sekolah dapat diberikan oleh orang tua dan petugas kesehatan. Pperan orang tua adalah mempelajari teknik menggosok gigi bersama anak, mengajarkan, mengawasi, dan memandu anak dalam menggosok gigi sampai mereka menjadi mandiri dalam menjaga kebersihan gigi. (Fauzi 2020)

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif yang menggunakan metode penelitian survey analitik dan pengambilan data dengan memberikan lembar kuesioner pada responden. Pada penelitian ini dilakukan dengan maksud untuk mengetahui peningkatan pengetahuan siswa-siswi tentang karies gigi, kebiasaan mengkonsumsi makanan kariogenik serta kebiasaan menyikat gigi. Penelitian ini dilakukan di SD NEGERI 73 Lautang Kecamatan Belawa. Sampel yang digunakan peneliti yaitu semua kelas 1 sampai kelas 6.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### HASIL

Berdasarkan penelitian jenis kelamin dan usia yang dilakukan di SD NEGERI 73 LAUTANG tahun 2025, maka didapat hasil sebagai berikut:

Tabel 4.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin dan usia

Karakteristik		Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin	Perempuan	20	50
	Laki-Laki	20	50
	<b>Total</b>	40	100
Usia	7 Tahun	3 Laki-Laki 2 Perempuan	12,50
	8 Tahun	3 Laki-Laki 6 Perempuan	22,5
	9 Tahun	4 Laki-Laki 4 Perempuan	20
	10 Tahun	1 Laki-Laki 4 Perempuan	12,50
	11 Tahun	4 Laki-Laki 2 Perempuan	15
	12 Tahun	5 Laki-Laki 2 Perempuan	17,50
	<b>Total</b>	40	100

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa distribusi jenis kelamin sama banyak yaitu laki-laki sebanyak 20 orang (50%) dan perempuan sebanyak 20 orang (50%). Sedangkan distribusi frekuensi berdasarkan usia di mana sebagian besar responden yang mengisi lembar kuesioner berumur 7 tahun yaitu 5 orang (12,5%), umur 8 tahun yaitu 9 orang (22,5%), umur 9 tahun yaitu 8 orang (20%), umur 10 tahun yaitu 5 orang (12,5%), dan umur 11 yaitu 6 orang (15%), kemudian berumur 12 tahun sebanyak 7 orang (17,5%).

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Siswa dengan Terjadinya Karies pada Anak Sekolah di SD NEGERI 73 LAUTANG Kecamatan Belawa

<b>Pengetahuan Anak</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase (%)</b>
Baik	22	55%
Sedang	17	42,5%
Buruk	1	2,5%
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

Tabel 4.2 diatas didapatkan tingkat pengetahuan siswa pada saat telah menjawab kuesioner yaitu didapatkan 22 siswa dengan kategori baik, 17 siswa dengan kategori sedang, dan 1 siswa dengan kategori kurang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anak memiliki pengetahuan yang baik tentang karies. Hal ini sejalan dengan penelitian (Muhammad Sowwam 2023) yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan gigi pada usia sekolah dasar dapat meningkatkan pemahaman anak tentang penyebab dan pencegahan karies.

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Kariogenik dengan Terjadinya Karies pada Anak Sekolah di SD NEGERI 73 LAUTANG Kecamatan Belawa

<b>Konsumsi Makanan Kariogenik</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase (%)</b>
Baik	14	35%
Sedang	25	62,5%
Buruk	1	2,5%
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

Tabel 4.3 diatas didapatkan tingkat kebiasaan mengonsumsi makanan kariogenik pada saat telah menjawab kuesioner yaitu didapatkan 14 siswa dengan kategori baik, 25 siswa dengan kategori sedang, dan 1 siswa dengan kategori kurang. Sebagian besar responden termasuk dalam kategori sering mengonsumsi makanan kariogenik. Hal ini menunjukkan bahwa masih kurangnya kontrol anak terhadap konsumsi makanan manis atau lengket yang dapat menyebabkan karies. Penelitian (Listrianah 2020) juga menemukan bahwa anak-anak usia sekolah cenderung mengonsumsi makanan ringan manis secara berlebihan, terutama saat diawasi.

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Kebiasaan Menyikat Gigi dengan Terjadinya Karies pada Anak Sekolah di SD NEGERI 73 LAUTANG Kecamatan Belawa

<b>Kebiasaan Menyikat Gigi</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase (%)</b>
Baik	22	55%
Sedang	11	27,5%
Buruk	2	5%
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

Tabel 4.4 diatas didapatkan tingkat kebiasaan menyikat gigi pada saat telah menjawab kuesioner yaitu didapatkan 22 siswa dengan kategori baik, 11 siswa dengan kategori sedang, dan 2 siswa dengan kategori kurang. Mayoritas responden memiliki kebiasaan menyikat gigi yang baik. Namun, terdapat juga sebagian kecil anak yang menyikat gigi denganburuk. Hal ini menunjukkan perlunya pembiasaan dan pengawasan dari orang tua atau guru. Penelitian (Pipit Mulyah 2020) mengungkapkan bahwa pembiasaan menyikat gigi dua kali sehari dan teknik menyikat yang benar berkolerasi kuat terhadap pencegahan karies.

## **PEMBAHASAN**

### **Karakteristik responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia**

#### **a. Jenis Kelamin**

Berdasarkan hasil distribusi frekuensi, ditemukan bahwa anak perempuan lebih dominan dalam mengkonsumsi makanan kariogenik dibandingkan anak laki-laki. Hal ini dapat dijelaskan melalui preferensi rasa serta kebiasaan. Anak perempuan cenderung lebih menyukai makanan manis seperti permen, coklat, kue, dan lain-lain di mana makanan tersebut termasuk dalam karbohidrat berbentuk tepung atau cairan yang bersifat lengket serta hancur di dalam mulut. Menurut (Fauzi 2020), hal ini berkaitan dengan faktor psikologi dan lingkungan, di mana anak perempuan lebih mudah terdorong untuk mengkonsumsi makanan manis sebagai bentuk kenyamanan atau hadiah.

#### **b. Usia**

Anak usia 8-10 tahun menunjukkan kecenderungan lebih tinggi dalam mengkonsumsi makanan manis. Pada usia ini, anak-anak mulai mendapatkan kebebasan memilih makanan secara mandiri, terutama di luar pengawasan orang tua. Selain itu, pengaruh teman, iklan makanan, serta ketersediaan makanan manis di lingkungan sekolah turut menjadi faktor pendorong. Bila tidak diimbangi dengan edukasi kesehatan gigi atau terjalannya UKGS, kebiasaan ini dapat meningkatkan risiko karies.

#### **Pengetahuan Anak**

Berdasarkan tabel 4.2 hasil distribusi frekuensi dari 40 responden, diketahui bahwa sebagian besar anak memiliki tingkat pengetahuan tentang karies dalam kategori baik yaitu 22 siswa. Hal ini menunjukkan bahwa anak-anak di SD Negeri 73 Lautang telah memiliki pemahaman yang cukup mengenai karies gigi, termasuk penyebab, pencegahan, dan dampaknya. Pengetahuan yang baik ini kemungkinan diperoleh dari peran aktif guru, orang tua serta program penyuluhan kesehatan gigi dari puskesmas atau pihak sekolah. Menurut (Safira Diyanti Elbees 2017) pengetahuan yang baik mengenai karies gigi akan membentuk sikap positif anak terhadap pentingnya menyikat gigi secara teratur, menghindari konsumsi makanan yang merusak gigi, serta rutin memeriksakan gigi ke fasilitas kesehatan.

#### **Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Kariogenik**

Dari tabel 4.3 hasil analisis, terlihat bahwa sebagian besar anak masih memiliki kebiasaan mengkonsumsi makanan kariogenik secara tinggi. Hal ini dikarenakan siswa kurang paham akibat mengkonsumsi makanan kariogenik seperti beng-beng, chocolates, coki-coki, permen yang mudah dijumpai di

kantin SD Negeri 73 Lautang, di mana makanan tersebut ialah jenis makanan yang dapat menyebabkan karies gigi. Penelitian ini oleh (Nopriyanto, Fatoni, and Aminuddin 2019) menunjukkan mayoritas responden memiliki tingkat konsumsi makanan kariogenik dalam kategori beresiko dan semakin banyak mengonsumsi makanan kariogenik maka semakin besar peluang terjadinya penyakit karies gigi dan hal tersebut bisa dicegah dengan mengurangi konsumsi makanan kariogenik. Kebiasaan ini menjadi faktor risiko utama dalam terjadinya karies gigi, karena sisa makanan manis yang menempel di gigi dapat difermentasi oleh bakteri menjadi asam yang merusak email gigi.

### **Kebiasaan Menyikat Gigi**

Analisis data pada tabel 4.4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kebiasaan menyikat gigi yang baik dengan kategori baik. Hal ini dikarenakan siswa sudah mengetahui dan melakukan cara menyikat gigi yang benar yaitu dua kali sehari, yaitu pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur, dengan teknik menyikat yang benar. Kebiasaan ini sangat berpengaruh dalam mencegah pembentukan plak dan perkembangan bakteri penyebab karies.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan anak tentang karies, kebiasaan mengonsumsi makanan kariogenik serta kebiasaan menyikat gigi yaitu memiliki kebiasaan yang baik karena adanya pengawasan dari orang tua serta edukasi yang diterima di sekolah.

## **SARAN**

Diharapkan kepada orang tua, guru dan tenaga kesehatan dalam mengarahkan anak untuk mengutamakan kesadaran pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut terutama dalam membatasi konsumsi makanan kariogenik seperti permen, coklat dan minuman manis dan perlu membiasakan menyikat gigi secara rutin dua kali sehari dengan cara yang benar serta perlu lebih ditingkatkan lagi kegiatan edukasi berupa penyuluhan kesehatan gigi dan mulut untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang kesehatan gigi dan mulut.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Fauzi, Indra. 2020. "Hubungan Konsumsi Makanan Kariogenik Dan Kebiasaan Menggosok Gigi Dengan Karies Gigi Pada Anak SDN 2 Cireunde Di Tangerang Selatan." *Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah*, 38. <https://repository.uinjkt.ac.id/>.
- Frayoga, Chandra. 2013. "Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Karies Gigi Pada Anak Usi Prasekolah." *Ilmu Kesehatan Masyarakat*.
- Lanasari., Nur Aini. 2021. "Kebersihan Gigi Dan Mulut Terhadap Terjadinya Karies Pada Anak Sekolah Dasar Di Makassar." *Media Kesehatan Gigi: Politeknik Kesehatan Makassar* 20 (1): 49–54. <https://doi.org/10.32382/mkg.v20i1.2180>.
- Listriana. 2020. "Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Kesehatan Gigi Dan Mulut Pada Siswa Kelas III Dan IV Sekolah Dasar Negeri Kanoman." *Jurnal Kesehatan Indonesia*, no. 2014: 7–20.
- Muhammad Sowwam, Muhammad Sowwam. 2023. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Karies Gigi Pada Anak Di SD Negeri 4 Bener Ngrampal Sragen." *Intan Husada : Jurnal Ilmiah Keperawatan* 11 (01): 51–59. <https://doi.org/10.52236/ih.v11i1.264>.
- Nopriyanto, Dwi, Muhammad Ihfan Dian Fatoni, and Muhammad Aminuddin. 2019. "Resiko Karies Gigi Pada Siswa Kelas 4 Dan 5 Sdn 016 Palaran Dilihat Dari Konsumsi Makanan Kariogenik Dan Kebiasaan Menyikat Gigi : Studi Deskriptif." *Jurnal Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan (Publikasi Artikel Science Dan Art Kesehatan, Bermutu,*

*Unggul, Manfaat Dan Inovatif* 2 (1): 31–36. <http://e-journals.unmul.ac.id/index.php/JKPBK/article/view/3470>.

- Pipit Mulyah, Dyah Aminatun dkk. 2020. "Gambaran Pengetahuan Tentang Makanan Kariogenik Dan Kasus Karies Gigi Pada Siswa Sekolah Dasar." *Journal GEEJ* 7 (2): 6–13.
- Prakoso, Harry Maulana. 2016. "Hubungan Antara Kebiasaan Konsumsi Makanan Kariogenik Dan Menggosok Gigi Pada Anak Serta Pengetahuan Ibu Dengan Kejadian Karies Gigi Di PAUD Taman Ceria Surakarta." *Gastronomía Ecuatoriana y Turismo Local*. 1 (69): 5–24.
- Safira Diyanti Elbees, Chandra Tri Wahyudi. 2017. "Hubungan Kebiasaan Menggosok Gigi Dan Frekuensi Konsumsi Makanan Kariogenik Dengan Karies Pada Anak Usia Di Sdn Pancoran Mas 2." *Jurnal Keperawatan Priority*, 487–96.
- Simarmata, Rawaty, Wisnu Hidayat, and Johansen. 2024. "Faktor-Faktor Berhubungan Dengan Kejadian Karies Gigi Anak SD Negeri 2 & Negeri 14 Aeksipitundai." *Prepotif Jurnal Kesehatan Masyarakat* 8 (1): 403–11.



**Astri Handayani**

**GAMBARAN PENGETAHUAN ANAK TTG MAKANAN  
KARIOGENIK**

Quick Submit

Quick Submit

Politeknik Kesehatan Kemenkes Makassar

**Document Details**

Submission ID

trn:oid::1:3333127729

Submission Date

Sep 9, 2025, 1:12 AM GMT+7

Download Date

Sep 9, 2025, 1:23 AM GMT+7

File Name

PO713261221006\_ASTRI\_HANDAYANI\_ASBI-1.pdf

File Size

596.8 KB

8 Pages

2,485 Words

15,127 Characters





## 19% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

### Exclusions

- 60 Excluded Matches

### Top Sources

- 18% Internet sources
- 11% Publications
- 9% Submitted works (Student Papers)

### Integrity Flags

#### 0 Integrity Flags for Review

No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.





### Top Sources

- 18% Internet sources
- 11% Publications
- 9% Submitted works (Student Papers)

### Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Internet	id.123dok.com	3%
2	Internet	core.ac.uk	2%
3	Internet	journal.poltekkes-mks.ac.id	2%
4	Internet	ecampus.poltekkes-medan.ac.id	1%
5	Internet	repository.uinjkt.ac.id	1%
6	Student papers	Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan	1%
7	Internet	stikeswh.ac.id:8082	1%
8	Internet	www.scribd.com	1%
9	Internet	ejurnal.poltekkestasikmalaya.ac.id	<1%
10	Internet	repository.stikes-bhm.ac.id	<1%
11	Internet	ayulindia.blogspot.com	<1%





Page 4 of 12 - Integrity Overview

Submission ID: trn:oid::1:3333127729

12	Student papers	Sriwijaya University	<1%
13	Internet	journals.stikim.ac.id	<1%
14	Internet	eprints.uny.ac.id	<1%
15	Internet	repository.uinsu.ac.id	<1%
16	Publication	Nisa Yusufiatun, Anie Kristiani, Anang. "PARENTS' KNOWLEDGE WITH PERMANEN..."	<1%
17	Internet	jurnal.borneo.ac.id	<1%
18	Internet	repository.poltekeskupang.ac.id	<1%
19	Internet	text-id.123dok.com	<1%
20	Publication	Lina Rosini, Rudi Triyanto, Rieza Zulfahmi. "CARIOGENIC FOODS AND DRINK WIT..."	<1%
21	Publication	Trisye Sampakang, Paulina N. Gunawan, Juliatri .. "STATUS KEBERSIHAN MULUT A..."	<1%
22	Internet	journal.universitaspahlawan.ac.id	<1%
23	Publication	Citra Cahyati Nst, Delfriana Ayu A, Pramilenia Rosdiana Putri, Nurdinda Filza Mah...	<1%
24	Publication	Padila Padiia, Juli Andri, Andry Sartika, Muhammad Bagus Andrianto, Sekani Niry...	<1%



Page 4 of 12 - Integrity Overview

Submission ID: trn:oid::1:3333127729

**Gambaran Pengetahuan Anak dan Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Kariogenik Serta Kebiasaan Menyikat Gigi dengan Terjadinya Karies pada Anak Sekolah di SD NEGERI 73 LAUTANG Kecamatan Belawa**

**Badai Septa<sup>1</sup>, Hans Lesmana<sup>2</sup>, Astri Handayani Asbi<sup>3</sup>**

**ABSTRAK**

Karies gigi merupakan masalah kesehatan gigi dan mulut yang paling sering dialami anak usia sekolah, dipengaruhi oleh pengetahuan anak, konsumsi makanan kariogenik. **Tujuan Penelitian:** untuk mengetahui gambaran pengetahuan anak, kebiasaan mengonsumsi makanan kariogenik, dan kebiasaan menyikat gigi terhadap kejadian karies pada siswa SD NEGERI 73 Lautang Kecamatan Belawa. **Metode Penelitian:** merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan jumlah sampel sebanyak 40 siswa yang dipilih secara total sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner dan dianalisis secara univariat. **Hasil penelitian:** menunjukkan bahwa 55% siswa memiliki pengetahuan yang baik, 62,5% memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan kariogenik dalam kategori sedang, dan 55% memiliki kebiasaan menyikat gigi yang baik. Meskipun pengetahuan anak tergolong baik, konsumsi makanan kariogenik masih cukup tinggi. Oleh karena itu, dibutuhkan peningkatan edukasi kesehatan gigi dan pengawasan dari orang tua serta pihak sekolah. **Kesimpulan:** bahwa pengetahuan tentang karies, konsumsi makanan kariogenik serta kebiasaan menyikat gigi terdapat kategori baik karena adanya pengawasan dari orang tua dan edukasi yang diterima di sekolah.

***A Result Of Children's Knowledge And Habits Of Consuming Cariogenic Foods And Tooth Brushing Habits With The Occurrence Of Caries In School Children At State Elementary School 73 Lautang, Belawa District***

**ABSTRACT**

Dental caries is the most common oral health problem experienced by school aged children, influenced by children's knowledge, consumption of cariogenic foods, and tooth-brushing habits. **Research Objectives:** To determine the relationship between children's knowledge, cariogenic food consumption habits, and toothbrushing habits in relation to caries incidence among students at Lautang 73 Elementary School, Belawa District. **Research Methods:** This was a quantitative descriptive study with a sample of 40 students selected using total sampling. Data collection was conducted using a questionnaire and analyzed univariately. **Research results:** showed that 55% of students had good knowledge, 62.5% had moderate cariogenic food consumption habits, and 55% had good toothbrushing habits. Although children's knowledge was considered good, cariogenic food consumption was still quite high. Therefore, increased dentalhealth education and supervision from parents and schools are needed. **Conclusion:** that knowledge about caries, consumption of cariogenic foods and tooth brushing habits are in the good category due to supervision from parents and education received at school.

**Keywords :** dental caries, children's knowledge, cariogenic foods, tooth-brushing.

**PENDAHULUAN**

Gigi adalah jaringan lunak yang terletak di rongga mulut dan merupakan jaringan paling keras dibandingkan jaringan tubuh lainnya. Namun, meskipun gigi merupakan jaringan tubuh yang paling keras, gigi juga mudah mengalami kerusakan, terutama jika tidak dirawat dengan baik. Karies gigi adalah masalah kesehatan yang umum ditemukan pada anak-anak, terutama di kalangan anak sekolah. Penyebab utama terjadinya karies yaitu interaksi antara mikroorganisme di dalam mulut dengan sisa makanan, terutama yang mengandung gula, yang menghasilkan asam yang dapat merusak enamel gigi. (Frayoga 2013)

Dampak yang terjadi bila sejak awal sudah mengalami karies adalah selain fungsi gigi sebagai pengunyah yang terganggu, rewel, gusi bengkak, anak juga akan mengalami gangguan dalam menjalankan aktifitas sehari-hari, sehingga anak tidak mau



11

makan dan akibat yang lebih parah bisa terjadi malnutrisi, hal tersebut akan menyebabkan daya tahan tubuh anak menurun dan anak akan mudah terkena penyakit. (Lanasari. 2021)

12

Masalah kesehatan gigi yang paling sering dialami oleh anak sekolah adalah karies gigi. Hal ini disebabkan oleh kebersihan mulut anak yang cenderung lebih buruk dan pola makan yang mengandung banyak makanan dan minuman manis, yang lebih sering dikonsumsi oleh anak-anak dibandingkan orang dewasa. Konsumsi berlebihan makanan manis ini dapat meningkatkan risiko terjadinya karies gigi. (Simarmata, Hidayat, and Johansen 2024)

11

22

10

Penyakit dan kelainan gigi pada usia sekolah merupakan salah satu gangguan yang dapat mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan anak. Karies gigi merupakan penyakit infeksi yang merusak struktur gigi, yang terjadi karena interaksi berbagai faktor dalam mulut. (Muhammad Sowwan 2023)

1

(Prakoso 2016) menyatakan bahwa pemilihan pola makan yang salah dan pengaruh gaya hidup modern juga dapat menyebabkan timbulnya karies gigi pada anak. Karbohidrat seperti sukrosa yang dapat menyebabkan terjadinya karies gigi dikenal dengan sebutan makanan kariogenik. Pada umumnya anak usia tersebut mempunyai kebiasaan mengkonsumsi makanan yang manis atau mengandung gula murni seperti permen, cokelat, dan roti donat. Konsumsi karbohidrat yang mudah terfermentasi, terutama sukrosa yang berlebihan mempunyai efek pada kesehatan gigi seseorang.

5

Merawat gigi yang baik pada usia sekolah dapat diberikan oleh orang tua dan petugas kesehatan. Peran orang tua adalah mempelajari teknik menggosok gigi bersama anak, mengajarkan, mengawasi, dan memandu anak dalam menggosok gigi sampai mereka menjadi mandiri dalam menjaga kebersihan gigi. (Fauzi 2020)

**METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif yang menggunakan metode penelitian survey analitik dan pengambilan data dengan memberikan lembar kuesioner pada responden. Pada penelitian ini dilakukan dengan maksud untuk mengetahui peningkatan pengetahuan siswa-siswi tentang karies gigi, kebiasaan mengkonsumsi makanan kariogenik serta kebiasaan menyikat gigi. Penelitian ini dilakukan di SD NEGERI 73 Lautang Kecamatan Belawa. Sampel yang digunakan peneliti yaitu semua kelas 1 sampai kelas 6.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**HASIL**

Berdasarkan penelitian jenis kelamin dan usia yang dilakukan di SD NEGERI 73 LAUTANG tahun 2025, maka didapat hasil sebagai berikut:

Tabel 4.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin dan usia

Karakteristik		Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin	Perempuan	20	50
	Laki-Laki	20	50
	<b>Total</b>	40	100
Usia	7 Tahun	3 Laki-Laki 2 Perempuan	12,50
	8 Tahun	3 Laki-Laki 6 Perempuan	22,5
	9 Tahun	4 Laki-Laki 4 Perempuan	20
	10 Tahun	1 Laki-Laki 4 Perempuan	12,50
	11 Tahun	4 Laki-Laki 2 Perempuan	15
	12 Tahun	5 Laki-Laki 2 Perempuan	17,50
	<b>Total</b>	40	100



Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa distribusi jenis kelamin sama banyak yaitu laki-laki sebanyak 20 orang (50%) dan perempuan sebanyak 20 orang (50%). Sedangkan distribusi frekuensi berdasarkan usia di mana sebagian besar responden yang mengisi lembar kuesioner berumur 7 tahun yaitu 5 orang (12,5%), umur 8 tahun yaitu 9 orang (22,5%), umur 9 tahun yaitu 8 orang (20%), umur 10 tahun yaitu 5 orang (12,5%), dan umur 11 tahun 6 orang (15%), kemudian berumur 12 tahun sebanyak 7 orang (17,5%).

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Siswa dengan Terjadinya Karies pada Anak Sekolah di SD NEGERI 73 LAUTANG Kecamatan Belawa

Pengetahuan Anak	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	22	55%
Sedang	17	42,5%
Buruk	1	2,5%
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

Tabel 4.2 diatas didapatkan tingkat pengetahuan siswa pada saat telah menjawab kuesioner yaitu didapatkan 22 siswa dengan kategori baik, 17 siswa dengan kategori sedang, dan 1 siswa dengan kategori kurang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anak memiliki pengetahuan yang baik tentang karies. Hal ini sejalan dengan penelitian (Muhammad Sowwam 2023) yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan gigi pada usia sekolah dasar dapat meningkatkan pemahaman anak tentang penyebab dan pencegahan karies.

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Kariogenik dengan Terjadinya Karies pada Anak Sekolah di SD NEGERI 73 LAUTANG Kecamatan Belawa

Konsumsi Makanan Kriogenik	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	14	35%
Sedang	25	62,5%
Buruk	1	2,5%
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

Tabel 4.3 diatas didapatkan tingkat kebiasaan mengonsumsi makanan kariogenik pada saat telah menjawab kuesioner yaitu didapatkan 14 siswa dengan kategori baik, 25 siswa dengan kategori sedang, dan 1 siswa dengan kategori kurang. Sebagian besar responden termasuk dalam kategori sering mengonsumsi makanan kariogenik. Hal ini menunjukkan bahwa masih kurangnya kontrol anak terhadap konsumsi makanan manis atau lengket yang dapat menyebabkan karies. Penelitian (Listrianah 2020) juga menemukan bahwa anak-anak usia sekolah cenderung mengonsumsi makanan ringan manis secara berlebihan, terutama saat diawasi.

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Kebiasaan Menyikat Gigi dengan Terjadinya Karies pada Anak Sekolah di SD NEGERI 73 LAUTANG Kecamatan Belawa

Kebiasaan Menyikat Gigi	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	22	55%
Sedang	11	27,5%
Buruk	2	5%
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

Tabel 4.4 diatas didapatkan tingkat kebiasaan menyikat gigi pada saat telah menjawab kuesioner yaitu didapatkan 22 siswa dengan kategori baik, 11 siswa dengan kategori sedang, dan 2 siswa dengan kategori kurang. Mayoritas responden memiliki kebiasaan menyikat gigi yang baik. Namun, terdapat juga sebagian kecil anak yang menyikat gigi denganburuk. Hal ini menunjukkan perlunya pembiasaan dan pengawasan dari orang tua atau guru. Penelitian (Pipit Mulyah 2020) mengungkapkan bahwa pembiasaan menyikat gigi dua kali sehari dan teknik menyikat yang benar berkolerasi kuat terhadap pencegahan karies.

## PEMBAHASAN

### Katakteristik responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia

#### a. Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil distribusi frekuensi, ditemukan bahwa anak perempuan lebih dominan dalam mengkonsumsi makanan kariogenik dibandingkan anak laki-laki. Hal ini dapat dijelaskan melalui preferensi rasa serta kebiasaan. Anak perempuan cenderung lebih menyukai makanan manis seperti permen, coklat, kue, dan lain-lain di mana makanan tersebut termasuk dalam karbohidrat berbentuk tepung atau cairan yang bersifat lengket serta hancur di dalam mulut. Menurut (Fauzi 2020), hal ini berkaitan dengan faktor psikologi dan lingkungan, di mana anak perempuan lebih mudah terdorong untuk mengkonsumsi makanan manis sebagai bentuk kenyamanan atau hadiah.

#### b. Usia

Anak usia 8-10 tahun menunjukkan kecenderungan lebih tinggi dalam mengkonsumsi makanan manis. Pada usia ini, anak-anak mulai mendapatkan kebebasan memilih makanan secara mandiri, terutama di luar pengawasan orang tua. Selain itu, pengaruh teman, iklan makanan, serta ketersediaan makanan manis di lingkungan sekolah turut menjadi faktor pendorong. Bila tidak diimbangi dengan edukasi kesehatan gigi atau terjalannya UKGS, kebiasaan ini dapat meningkatkan risiko karies.

#### Pengetahuan Anak

Berdasarkan tabel 4.2 hasil distribusi frekuensi dari 40 responden, diketahui bahwa sebagian besar anak memiliki tingkat pengetahuan tentang karies dalam kategori baik yaitu 22 siswa. Hal ini menunjukkan bahwa anak-anak di SD Negeri 73 Lautang telah memiliki pemahaman yang cukup mengenai karies gigi, termasuk penyebab, pencegahan, dan dampaknya. Pengetahuan yang baik ini kemungkinan diperoleh dari peran aktif guru, orang tua serta program penyuluhan kesehatan gigi dari puskesmas atau pihak sekolah. Menurut (Safira Diyanti Elbees 2017) pengetahuan yang baik mengenai karies gigi akan membentuk sikap positif anak terhadap pentingnya menyikat gigi secara teratur, menghindari konsumsi makanan yang merusak gigi, serta rutin memeriksakan gigi ke fasilitas kesehatan.

#### Kebiasaan Mengkonsumsi Makanan Kariogenik

Dari tabel 4.3 hasil analisis, terlihat bahwa sebagian besar anak masih memiliki kebiasaan mengkonsumsi makanan kariogenik secara tinggi. Hal ini dikarenakan siswa kurang paham akibat mengkonsumsi makanan kariogenik seperti beng-beng, chocolates, coki-coki, permen yang mudah dijumpai di

kantin SD Negeri 73 Lautang, di mana makanan tersebut ialah jenis makanan yang dapat menyebabkan karies gigi. Penelitian ini oleh (Nopriyanto, Faton, and Aminuddin 2019) menunjukkan mayoritas responden memiliki tingkat konsumsi makanan kariogenik dalam kategori beresiko dan semakin banyak mengonsumsi makanan kariogenik maka semakin besar peluang terjadinya penyakit karies gigi dan hal tersebut bisa dicegah dengan mengurangi konsumsi makanan kariogenik. Kebiasaan ini menjadi faktor risiko utama dalam terjadinya karies gigi, karena sisa makanan manis yang menempel di gigi dapat difermentasi oleh bakteri menjadi asam yang merusak email gigi.

#### Kebiasaan Menyikat Gigi

Analisis data pada tabel 4.4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kebiasaan menyikat gigi yang baik dengan kategori baik. Hal ini dikarenakan siswa sudah mengetahui dan melakukan cara menyikat gigi yang benar yaitu dua kali sehari, yaitu pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur, dengan teknik menyikat yang benar. Kebiasaan ini sangat berpengaruh dalam mencegah pembentukan plak dan perkembangan bakteri penyebab karies.

#### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan anak tentang karies, kebiasaan mengonsumsi makanan kariogenik serta kebiasaan menyikat gigi yaitu memiliki kebiasaan yang baik karena adanya pengawasan dari orang tua serta edukasi yang diterima di sekolah.

#### SARAN

Diharapkan kepada orang tua, guru dan tenaga kesehatan dalam mengarahkan anak untuk mengutamakan kesadaran pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut terutama dalam membatasi konsumsi makanan kariogenik seperti permen, coklat dan minuman manis dan perlu membiasakan menyikat gigi secara rutin dua kali sehari dengan cara yang benar serta perlu lebih ditingkatkan lagi kegiatan edukasi berupa penyuluhan kesehatan gigi dan mulut untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang kesehatan gigi dan mulut.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Fauzi, Indra. 2020. "Hubungan Konsumsi Makanan Kariogenik Dan Kebiasaan Menggosok Gigi Dengan Karies Gigi Pada Anak SDN 2 Cireundeu Di Tangerang Selatan." *Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah*, 38. <https://repository.uinjkt.ac.id/>.
- Frayoga, Chandra. 2013. "Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Karies Gigi Pada Anak Usi Prasekolah." *Ilmu Kesehatan Masyarakat*.
- Lanasari., Nur Aini. 2021. "Kebersihan Gigi Dan Mulut Terhadap Terjadinya Karies Pada Anak Sekolah Dasar Di Makassar." *Media Kesehatan Gigi: Politeknik Kesehatan Makassar* 20 (1): 49–54. <https://doi.org/10.32382/mkg.v20i1.2180>.
- Listriana. 2020. "Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Kesehatan Gigi Dan Mulut Pada Siswa Kelas III Dan IV Sekolah Dasar Negeri Kanoman." *Jurnal Kesehatan Indonesia*, no. 2014: 7–20.
- Muhammad Sowwam, Muhammad Sowwam. 2023. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Karies Gigi Pada Anak Di SD Negeri 4 Bener Ngrampal Sragen." *Intan Husada : Jurnal Ilmiah Keperawatan* 11 (01): 51–59. <https://doi.org/10.52236/ih.v11i1.264>.
- Nopriyanto, Dwi, Muhammad Ihfan Dian Faton, and Muhammad Aminuddin. 2019. "Resiko Karies Gigi Pada Siswa Kelas 4 Dan 5 Sdn 016 Palaran Dilihat Dari Konsumsi Makanan Kariogenik Dan Kebiasaan Menyikat Gigi : Studi Deskriptif." *Jurnal Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan (Publikasi Artikel Science Dan Art Kesehatan, Bermutu,*



Page 16 of 12 - Integrity Submission



Submission ID trn:oid::1:3333127729

Media Kesehatan Gigi :  
Politeknik Kesehatan Makassar  
P-ISSN 2087-0051, E-ISSN 2622-7061  
Vol. XX No. X Tahun 2025

*Unggul, Manfaat Dan Inovatif* 2 (1): 31–36. <http://e-journals.unmul.ac.id/index.php/JKPBK/article/view/3470>.

Pipit Mulyah, Dyah Aminatun dkk. 2020. "Gambaran Pengetahuan Tentang Makanan Kariogenik Dan Kasus Karies Gigi Pada Siswa Sekolah Dasar." *Journal GEEJ 7* (2): 6–13.

Prakoso, Harry Maulana. 2016. "Hubungan Antara Kebiasaan Konsumsi Makanan Kariogenik Dan Menggosok Gigi Pada Anak Serta Pengetahuan Ibu Dengan Kejadian Karies Gigi Di PAUD Taman Ceria Surakarta." *Gastronomia Ecuatoriana y Turismo Local*. 1 (69): 5–24.

Safira Diyanti Elbees, Chandra Tri Wahyudi. 2017. "Hubungan Kebiasaan Menggosok Gigi Dan Frekuensi Konsumsi Makanan Kariogenik Dengan Karies Pada Anak Usia Di Sdn Pancoran Mas 2." *Jurnal Keperawatan Priority*, 487–96.

Simarmata, Rawaty, Wisnu Hidayat, and Johansen. 2024. "Faktor-Faktor Berhubungan Dengan Kejadian Karies Gigi Anak SD Negeri 2 & Negeri 14 Aeksipituda." *Prepotif Jurnal Kesehatan Masyarakat* 8 (1): 403–11.



Page 16 of 12 - Integrity Submission