

PENGARUH JAJANAN MANIS DAN LENGKET TERHADAP KEBERSIHAN GIGI DAN MULUT PADA ANAK SEKOLAH DASAR NEGERI TIDUNG KOTA MAKASSAR

Badai Septa W¹, Agus Supriatna², Asmawati³

¹²³Jurusan Kesehatan Gigi

¹²³Poltekkes Kemenkes Makassar

Email: asmawatiasis5@gmail.com

(No telpon : 082193607017)

ABSTRAK

Makanan yang manis dapat menyebabkan penyakit karies gigi. Pola jajanan terdiri dari jenis dan frekuensi makanan yang dikonsumsi oleh anak. Anak-anak, terutama anak-anak usia sekolah dasar, lebih suka makan berlebihan jenis makanan dan jajanan manis. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana jajanan manis dan lengket berdampak pada kebersihan mulut dan gigi anak usia dini. Penelitian ini dirancang dengan pendekatan cross-sectional dan menggunakan teknik sampling quota untuk mengumpulkan sampel dari populasi yang memiliki karakteristik tertentu sampai jumlah kouta yang diinginkan, yang terdiri dari 84 responden. Hasil menunjukkan bahwa 55 orang dari 84 responden memenuhi kriteria OHIS dengan presentase 65,5%, sementara siswa yang tidak memenuhi kriteria tersebut memiliki presentase rendah.

Kata kunci: Jajanan Manis dan Lengket yang Mempengaruhi Kebersihan Gigi dan Mulut Anak Sekolah Dasar

ABSTRACT

Sweet foods are foods that can cause dental caries. Snacking patterns consist of the type and frequency of food consumption. Children have a penchant for consuming excessive types of food and sweet snacks, especially elementary school age children. Research objectives This research aims to determine the effect of sweet and sticky snacks on dental and oral hygiene in children. early childhood . Observational research design with a cross sectional approach. Samples were taken using the Quota sampling technique, which is research intended to determine a sample from a population that has certain characteristics up to the desired quota number of 84 respondents. Data analysis used the t-test. The results of research from 84 respondents showed that for the OHIS criteria there were 55 people with a percentage of 65.5%, while students who consumed sweet foods were in the low category, namely 41.7%. Conclusion 1. The effect of sweet snacks and Adherence to dental and oral hygiene among students at SD Negeri Tidung Makassar is categorized as moderate. 2. The dental and oral hygiene status (OHI-S) of Tidung State Elementary School students is in the good category, this shows that these students already understand the importance of maintaining dental and oral hygiene.

Keywords: Sweet and Sticky Snacks on Dental and Oral Hygiene in Elementary School Children

PENDAHULUAN

Anak-anak usia sekolah, yaitu mereka yang berusia antara 6 dan 12 tahun, seringkali menunjukkan keinginan untuk mencoba berbagai jenis makanan baru. Anak-anak biasanya menyukai makanan yang menarik bagi mereka, terutama makanan manis dan lengket seperti susu, roti, dan coklat. Makanan kariogenik adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan jenis makanan ini (Worotitjan, 2013 dalam Rahmayanti, 2020). Sering mengonsumsi makanan kariogenik dapat membahayakan kesehatan gigi Anda, salah satunya menyebabkan karies. Makanan seperti coklat, permen, biskuit, roti, dan kue memiliki sifat lengket yang membuatnya melekat pada permukaan gigi dan mudah terangkut di antara gigi. Makanan manis mempengaruhi perkembangan gigi berlubang. Pola makan yang mengandung

gula dan sukrosa mempercepat perkembangan gigi berlubang, terutama pada anak-anak yang sering mengonsumsi makanan manis.

Perilaku seseorang dipengaruhi oleh berbagai stimulus di dalam dan di luar dirinya. Menggosok gigi adalah proses membersihkan sisa makanan, bakteri, dan plak dari gigi. Untuk menggosok gigi menjadi efektif, perlu dilakukan dengan memperhatikan beberapa hal penting. Ini termasuk memilih waktu yang tepat, menggunakan alat yang tepat, dan menerapkan teknik yang tepat (Efendi Rahayu et al., 2018).

Menggosok gigi secara teratur adalah salah satu cara yang efektif untuk menjaga mulut dan gigi tetap bersih. Agar generasi mendatang dapat terbiasa dengan pola hidup sehat, sebaiknya anak-anak memulai kebiasaan merawat gigi mereka dengan menggosoknya secara rutin. Menggosok gigi adalah proses membersihkan sela-sela gigi dari kotoran atau sisa makanan dengan menggunakan sikat gigi dan harus dilakukan secara teratur (Kurdaningsih, 2018). Konsumsi makanan manis terkait erat dengan kesehatan gigi dan mulut anak. Semakin sering anak mengonsumsi makanan manis, semakin tinggi risiko karies. Selain itu, makanan manis yang lengket cenderung meningkatkan risiko karies pada anak usia sekolah karena sisa makanan yang menempel di mulut dapat menyebabkan masalah kesehatan gigi.kita.

Sangat penting bagi anak-anak untuk menjaga kebersihan mulut mereka, mengonsumsi makanan yang sehat, dan menggunakan perawatan gigi untuk melindungi gigi mereka, terutama karena anak-anak memiliki keterbatasan dalam merawat diri mereka sendiri dan lebih bergantung pada ibunya. Dokter gigi harus lebih menekankan betapa pentingnya bagi anak-anak yang berusia enam tahun ke atas untuk menjaga kesehatan mulut sendiri.

Karies gigi terjadi ketika demineralisasi lebih banyak dilakukan daripada remineralisasi. Tahap awal karies gigi ditandai dengan munculnya bintik hitam yang tidak dapat dibersihkan dengan sikat gigi. Karies biasanya tidak menyebabkan rasa sakit jika tidak mencapai lapisan email gigi. Namun, jika telah mencapai lapisan gigi, rasa sakit akan muncul (Ramadhan, 2010).

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah observasional analisis, dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di SDN TIDUNG Yang memiliki jumlah populasi 529 dan sampel 84 murid, teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu, sampling Qouta. Instrumen yang

di gunakan dalam penelitian ini yaitu lembar koesioner dan lembar observasi. Data yang di peroleh menggunakan analisis bivariat, khususnya uji *t-test* dengan bantuan perangkat lunak SPSS, untuk mengetahui keterkaitan antara dua variable penelitian

HASIL DAN PEMBAHASA

Dari pengumpulan data dan pengolahan data penelitian ini dilaksanakan di SDN TIDUNG pada bulan Februari – Maret tahun 2024 responden dalam penelitian ini adalah siswa siswi SD Negri tidung dengan jumlah sampel 84 responden. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh jajanan manis dan lengket terhadap kebersihan gigi dan mulut pada anak Sekolah Dasar Negeri Tidung

Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	N	%
Perempuan	32	38.1
Laki-laki	52	61.9
Jumlah	84	100.0

Berdasarkan data tabel 4.1 menunjukan bahwa jenis kelamin yang terbanyak adalah laki-laki 52 orang sebesar 61.9%. dan perempuan berjumlah 32 orang sebesar 38.1%

Tabel 4.2
Distribusi responden berdasarkan makanan manis

Makanan Manis	N	%
Tinggi	13	15.5
Sedang	36	42.9
Rendah	35	41.7
Jumlah	84	100.0

Berdasarkan data tabel 4.2 menunjukan bahwa Hasil penelitian bahwa siswa mengkonsumsi makanan manis berada pada kategori rendah yaitu sebanyak 41.7% dari pada siswa yang sedang mengkonsumsi makanan manis 42.9% dan siswa yang kategori tinggi 15.5%

Tabel 4.3
Distribusi responden berdasarkan tingkat kriteria OHIS

Kriteria OHIS	N	%
Baik	55	65.5
Sedang	18	21.4
Buruk	11	14.0
Jumlah	84	100.0

Berdasarkan data tabel 4.3 dapat disimpulkan bahwa dengan jumlah sampel 84 orang dimana untuk kriteria OHIS baik sebanyak 55 orang dengan presentase 65.5% dan kriteria OHIS sedang 18 orang dengan presentase 21.4% dan yang memiliki kriteria OHIS buruk sebanyak 11 orang dengan presentase 14.0%.

Sehingga dari hasil penelitian ini didapatkan hasil bahwa terhadap pengaruh jajanan manis dan lengket, di mana responden kebersihan giginya lebih banyak (baik) dibandingkan kategori (sedang) dan buruk.

Tabel 4.4

Tingkat distribusi tabulasi silang makanan manis pada anak sekolah dasar.

		Baik	OHIS Sedang	Buruk	Total
makanan manis	Tinggi	7	4	2	13
	Sedang	23	10	3	36
	Rendah	25	4	6	35
Total		55	18	11	84

Berdasarkan data tabel 4.4 di peroleh responden yang sering makan makanan manis dengan kategori tinggi sebanyak 13 orang, dengan tingkat kebersihan gigi dan mulut kategori baik 7 orang siswa, tingkat

kebersihan gigi dan mulut buruk 2 orang siswa, tingkat kebersihan gigi dan mulut sedang 4 orang siswa, selanjutnya responden yang sering makan makanan manis dalam kategori sedang 36 orang, dengan tingkat kebersihan gigi dan mulut kategori sedang 10 orang siswa, tingkat kebersihan gigi dan mulut buruk 3 orang siswa, Sedangkan responden yang sering makan makanan manis kategori rendah 35 orang, dengan tingkat kebersihan gigi dan mulut kategori baik 25 orang siswa, tingkat kebersihan gigi dan mulut kategori sedang 4 orang siswa dan tingkat kebersihan gigi dan mulut buruk 6 orang siswa.

PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di SD Negri Tidung mengenai pengaruh jajanan manis dan lengket terhadap kebersihan gigi dan mulut pada siswa kelas 3 dan 4 sejumlah 84 responden.

Masalah kesehatan yang sering terjadi adalah pada siswa sekolah dasar salah satu faktor penyebab terjadinya karies gigi adalah makanan manis dan lengket penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh jajanan manis dan lengket terhadap kebersihan gigi dan mulut.

Dari kebiasaan anak-anak sekolah dasar dalam mengonsumsi makanan manis dan lengket Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswa mengonsumsi makanan manis dan lengket berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 42.9%. makanan manis dan lengket merupakan makanan yang memiliki gula seperti makanan manis, lengket, serta makanan yang bentuk menarik.

Hasil penelitian ini bertentangan dengan Dewi dkk. (2021), yang menunjukkan bahwa pengetahuan siswa kelas VI di SDN Palang Tuban tentang makanan kariogenik sebagian besar berada dalam kategori sedang. Siswa tahu bahwa makanan kaya serat dapat membantu kesehatan gigi mereka, tetapi mereka kurang memahami jenis makanan yang baik untuk kesehatan mulut dan gigi secara keseluruhan.

Makanan yang kaya serat, seperti sayuran dan buah-buahan, sangat baik untuk kesehatan gigi, menurut Aljufri (2018). Makanan manis dan lengket, di sisi lain, dapat berdampak negatif pada kesehatan gigi Anda. Sipayung dkk. (2018) menyatakan bahwa mengonsumsi makanan segar yang penuh dengan vitamin, mineral, serat, dan udara dapat membantu pembersihan gigi secara alami. Ini dapat mencegah timbulnya gigi berlubang dengan mengurangi luas permukaan plak dan kotoran. Bengkoang, pir, nanas, semangka, dan buah lainnya, bersama dengan sayuran, adalah contoh buah segar yang baik untuk kesehatan gigi.

Mengonsumsi makanan manis dan lengket yang sering dalam jumlah banyak akan meningkatkan kemungkinan terjadinya karies (Jubalite, 2021). Anak-anak sering dan suka mengonsumsi makanan manis karena tampilan yang menarik serta rasanya yang manis karena mengandung banyak gula. Hasil penelitian ini siswa yang mengonsumsi makanan manis sedang dan lebih besar beresiko mengalami karies gigi di bandingkan dengan yang mengonsumsi makanan manis kategori rendah. Tampilan yang menarik dan mengandung banyak gula membuat anak-anak menyukai makanan manis dan lengket. Anak-anak mengonsumsi makanan manis dan lengket secara terus menerus tanpa memikirkan dampak terhadap kesehatan gigi dan mulut. Makanan manis dan lengket menjadi salah satu faktor penyebab karies, makanan manis dan lengket pada permukaan gigi menyebabkan gigi mudah mengalami karies. (Jubalite, 2021).

Hal ini sejalan dengan pendapat Karena kecenderungan mereka untuk mengonsumsi makanan manis, anak-anak sekolah sangat rentan terhadap karies gigi (Arisman, 2007). Pengetahuan tentang kesehatan gigi mereka seringkali lebih rendah dibandingkan dengan orang dewasa, yang berdampak pada bagaimana mereka merawat gigi mereka. Faktor lain yang berkontribusi pada masalah karies adalah pola makan yang menyebabkan karies, terutama makanan yang mengandung gula yang menempel di permukaan gigi. Usia merupakan faktor penting yang berhubungan dengan pendidikan kesehatan karena pengetahuan yang diperoleh semakin luas seiring bertambahnya usia, sehingga kebutuhan akan perawatan gigi juga semakin meningkat.

Makanan, terutama makanan manis, dapat menyebabkan terjadinya kotoran dan mengubah komposisi plak, yang sangat mengganggu kebersihan gigi. Bakteri dalam plak menggunakan makanan

manis sebagai bahan dasar untuk memproduksi asam yang menyebabkan karies. Bakteri *Streptococcus mutans* yang masuk ke gigi (Sitorus, 2011).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, Pengaruh jajanan manis dan lengket terhadap kebersihan gigi dan mulut pada anak sekolah dasar negri tidung, maka dapat disimpulkan sebagai berikut.

Tingkat kebersihan gigi dan mulut pada 84 murid SD Negri Tidung Kota Makassar tergolong dalam kategori sedang, dan tidak terdapat hubungan antara kebersihan gigi dan mulut (OHI-S). Walaupun tidak terdapat hubungan, tetapi ada beberapa faktor yang berkaitan dengan kebersihan gigi dan mulut diantaranya seperti faktor lingkungan, ekonomi dan perhatian orang tua.

Saran

Bagi Sekolah

Agar pelaksanaan UKGS disekolah dapat merubah pola jajanan muri di SD Negri Tidung dan disarankan menggosok gigi sesudah mengkonsumsi makanan manis dan lengket.

Bagi Peneliti

Untuk ke depannya diharapkan penelitian ini dapat dikembangkan lagi materi pengaruh jajanan manis dan lengket terhadap kebersihan gigi dan mulut pada anak sekolah dasar.

DAFTAR PUATAKA

Carsita Nugrahati W. *et al Pendidikan kesehatan tentang cara mencegah karies gigi pada anak. Journal of Community Devotion (JUDIMAS).*

Sekolah Tinggi Ilmu kesehatan Indramayu. Vol. 1 Nomor 2.

Umamei Haritsa, et al (2023). *Faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan gigi anak prasekolah Jurnal Keperawatan Gigi Ilmiah (JIKG). Vol. 4 No. 1, Maret 2023, Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya.*

Eva Oktaviani et al. (2022). *Pendidikan Kesehatan Gerogi, juga dikenal sebagai Gerakan Gosok Gigi, bertujuan untuk memastikan bahwa anak-anak prasekolah menjaga kesehatan gigi dan mulut mereka. Jurnal Ilmiah Keperawatan Gigi (JIKG), yang diterbitkan oleh Politeknik Kesehatan Kemenkes Palembang. Volume 5 Nomor 2 April.*

Edie Sarwo Imam dan rekannya (2021). *hubungan antara tingkat pengetahuan orang tua tentang kesehatan gigi dan prevalensi karies pada anak prasekolah Jurnal Ilmiah Keperawatan Gigi (JIKG) diterbitkan oleh Politeknik Kesehatan Kementrian Surabaya.*

Nurhaeni (2019) *Konsumsi makanan manis dan frekuensi karies pada anak usia sekolah dasar Media untuk kesehatan gigi dan penelitian literatur.*

Umamei Haritsa dan rekannya (2023). *Kesehatan gigi anak prasekolah dipengaruhi oleh berbagai faktor. Jurnal Ilmiah Keperawatan Gigi (JIKG), yang diterbitkan di Politeknik Kemenkes Tasikmalaya.*

Ernawati et al. *Hubungan antara kebiasaan mengonsumsi makanan manis dan kebiasaan menggosok gigi dengan jumlah karies gigi yang terjadi pada anak Jurnal Keperawatan FIKKES*
Fuadah Tsamrotul N dan rekannya (2023). *Jurnal Penelitian Perawat Profesional, Universitas Bhakti Kencana,*

Silnees-Leo Index (Silness and Leo, 1964) *dipublikasikan oleh Kaban Moslehzadeh pada tahun 2009 di I.*

Skripsi *Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Hasanuddin pada tahun 2004 tentang Early Childhood Caries (ECC)*

Pratiwi D., 2009. *Gigi yang sehat dan cantik. Kompas Media Nusantara, Jakarta.*

Riskesdas (Basic Health Research) 2007 telah diterbitkan di Jakarta oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan Republik Indonesia pada Desember 2008.

Hidayat dan Tandari pada tahun 2016 Yogyakarta: EGC, "Apa yang Sebaiknya Anda Tahu Tentang Kesehatan Gigi dan Mulut?"

Suwelo, J.S. *Karies gigi pada anak-anak dengan berbagai penyebab*. Jakarta: Egc

Pedoman Hygiene dan Sanitasi Makanan Jajanan, Kepmenkes RI No. 942/MENKES/SK/VII/2013.

Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kebersihan Gigi dan Mulut, Putri, Herijulanti, dan Nurjannah, 2016, *Jurnal Kesehatan*.

Menurut Priyono (2016), *Gambaran OHI-S dan Perilaku Menyikat Gigi Siswa Kelas IV Di SDN 5 Pekutatan Kecamatan Pekutatan Kabupaten Jembrana*, diterbitkan dalam jurnal *Skala*.

Farida (2015) mendefinisikan konsep kebersihan gigi dan mulut, dalam jurnal tahun 2015.