
HUBUNGAN POLA MAKAN DAN KEBIASAAN MENYIKAT GIGI DENGAN KEBERSIHAN GIGI DAN MULUT SERTA PENGALAMAN KARIES MURID KELAS 3 MADRASAH IBTIDAIYAH NEGERI I KOTA CILEGON

Guswini Indarti¹, Emma Kamelia², Winda Fratiwi³
¹²³Jurusan Kesehatan Gigi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

ABSTRAK

Kata kunci:

Pola Makan, Kebiasaan Menyikat Gigi, Status Kebersihan Gigi dan Mulut, Pengalaman Karies

Pola makan berpengaruh terhadap kesehatan gigi dan mulut, salah satu yang terjadi adalah karies gigi. Menjaga kebersihan gigi dan mulut sehari-hari dilakukan melalui kebiasaan menyikat gigi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dan kebiasaan menyikat gigi dengan kebersihan gigi dan mulut serta pengalaman karies murid kelas 3 Madrasah Ibtidaiyah Negeri I Kota Cilegon dengan total sample sebanyak 56 siswa. Berdasarkan uji statistik dengan nilai p-value 0,000, didapatkan hasil berupa pemeliharaan kebersihan gigi dan mulut siswa 58,9% berkriteria baik dan pola makan 48,2% siswa memiliki kategori baik. sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pola makan dan kebiasaan menyikat gigi dengan terhadap status kebersihan gigi dan mulut dan pengalaman karies Murid kelas 3 Madrasah Ibtidaiyah Negeri I Kota Cilegon.

ABSTRACT

Key word:

Diet, Tooth Brushing Habits, Dental and Oral Hygiene Status, Caries Experience

Diet affects dental and oral health, one of which occurs is dental caries. Maintaining daily dental and oral hygiene is done through the habit of brushing your teeth. This study aims to determine the relationship between diet and tooth brushing habits with dental and oral hygiene as well as the experience of caries of grade 3 students of Madrasah Ibtidaiyah Negeri I Cilegon City with a total sample of 56 students. Based on a statistical test with a p-value of 0.000, the results were obtained in the form of maintaining dental and oral hygiene, 58.9% of students had good criteria and 48.2% of students had good criteria. so it can be concluded that there is an influence of diet and toothbrushing habits on the dental and oral hygiene status and caries experience of 3rd grade students of Madrasah Ibtidaiyah Negeri I Cilegon City.

PENDAHULUAN

Kelompok usia berdasarkan World Health Organization (WHO) menyebutkan, anak sekolah mengalami kerusakan gigi, gigi berlubang, ataupun sakit sebesar 51,7% dan 17,2% mengalami gigi hilang karena karies, kemudian dicabut, hanya 2,98% yang mendapatkan perawatan tumpatan karena berlubang. Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 membuktikan bahwa prevalensi kesehatan anak usia 5-6 tahun sebesar 83 % dengan def-t index sebesar 8,43. Kondisi tersebut tidak memnuhi target WHO dan Federation Dental International (FDI) adalah 50% anak usia 5-6 tahun bebas karies gigi (Kemenkes, 2018).

Masalah tingginya angka karies ada hubungannya dengan dengan konsumsi gula yang tinggi. Karies berkembang ketika bakteri di mulut memetabolisme gula untuk menghasilkan asam yang mendemineralisasi jaringan keras gigi (enamel dan dentin). Pola makan berpengaruh terhadap kesehatan gigi dan mulut, salah satunya yang sering terjadi pada masyarakat adalah karies gigi (Halimah, 2022). Menjaga kebersihan gigi dan mulut sehari-hari dilakukan melalui kebiasaan menyikat gigi. Perilaku yang benar dalam menyikat gigi adalah membiasakan menyikat gigi setiap hari setelah makan pagi dan sebelum tidur. Penyakit gigi dan mulut dapat dihindari apabila memperhatikan hal-hal seperti menyikat gigi paling sedikit dua kali dalam sehari setiap habis makan dan sebelum tidur, kurangi makan makanan yang mengandung gula, periksa gigi secara teratur pada dokter gigi. Mengukur kebersihan gigi dan mulut merupakan suatu upaya untuk menentukan keadaan kebersihan gigi dan mulut seseorang.

Kebersihan gigi dan mulut sangat dipengaruhi oleh endapan yang melekat pada permukaan gigi seperti staining, plak dan karang gigi. Kebersihan gigi dan mulut merupakan keadaan yang terbebas dari kelainan-kelainan yang dapat mempengaruhi tingkat kebersihan gigi dan mulut seperti plak dan karang gigi, menjaga kebersihan gigi dan mulut sangat penting untuk diperhatikan, apalagi pada masa anak-anak yang masih perlu bimbingan orang tua. Penulis melakukan kegiatan rutin UKGS yang melibatkan 15 orang siswa didapatkan hasil 4 orang melakukan kegiatan sikat gigi malam, 5 orang siswa jarang menyikat gigi malam dan sebanyak 6 siswa yang tidak pernah menyikat gigi malam, 2 dari 4 siswa yang menyikat gigi malam mengalami karies gigi, 2 dari 5 orang siswa yang jarang menyikat gigi mengalami karies dan 6 siswa yang tidak pernah menyikat gigi malam seluruhnya karies. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hasil DMF-T sebesar 1,8 dengan kriteria rendah, angka tersebut lebih besar daripada target yang telah ditetapkan oleh WHO dan FDI dalam GLOBAL GOALS FOR ORAL HEALTH 2020 yaitu <1 (Sakti, et al 2020).

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dan kebiasaan menyikat gigi dengan kebersihan gigi dan mulut serta pengalaman karies murid kelas 3 Madrasah Ibtidaiyah Negeri I Kota Cilegon. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat ditemukan bukti empiris kebersihan gigi dan mulut serta pengalaman karies yang diukur dengan indikator penilaian pola makan dan kebiasaan menyikat gigi

METODE

Penelitian ini menggunakan metode non experimental dengan rancangan penelitian cross sectional untuk mengetahui dinamika dua (2) variable penelitian yaitu variable bebas dan variable terikat. Subjek penelitian yang akan diobservasi satu kali meliputi: pengisian kuesioner tentang pola makan dan kebiasaan menyikat gigi yang dilakukan selama berada dirumah dan pemeriksaan kebersihan gigi dan mulut serta pengalaman karies. Teknik pengumpulan data dilakukan sekaligus pada waktu bersamaan (point time approach), (Notoatmodjo, 2018). Penggunaan desain ini disesuaikan dengan tujuan yang hendak dicapai, yaitu untuk mengetahui hubungan pola makan dan kebiasaan menyikat gigi dengan kebersihan gigi dan mulut serta pengalaman kariesmurid kelas 3 Madrasah Ibtidaiyah Negeri I kota Cilegon. Pengambilan sampel pada jenis penelitian ini menggunakan total sampling, yaitu seluruh siswa kelas 3 Madrasah Ibtidaiyah Negeri I Kota Cilegon yang berjumlah 56 siswa. Adapun media

yang digunakan berupa kuesioner pola makan dan kuesioner kebiasaan menyikat gigi serta lembar pemeriksaan OHI-S dan pengalaman karies.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Penelitian dilakukan pada bulan September sampai dengan November 2024 dengan mengisi kuesioner pola makan dan kebiasaan menyikat gigi dan status kebersihan gigi dan mulut serta pengalaman karies menggunakan lembar OHI-S dan Pengalaman Karies pada murid kelas 3 Madrasah Ibtidaiyah Negeri I Kota Cilegon. Nilai jawaban yang diperoleh dari murid kelas 3 Madrasah Ibtidaiyah Negeri I Kota Cilegon dapat dilihat pada tabel berikut ini:

1. Distribusi Frekuensi Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pola Makan dengan Kebersihan Gigi dan Mulut

<u>Pola Makan</u>	<u>Kebersihan Gigi dan Mulut</u>								<u>p-value</u>
	<u>Baik</u>		<u>Sedang</u>		<u>Buruk</u>		<u>Jumlah</u>		
	<u>N</u>	<u>%</u>	<u>N</u>	<u>%</u>	<u>N</u>	<u>%</u>	<u>N</u>	<u>%</u>	
<u>Baik</u>	19	33,9	7	12,6	1	1,8	27	48,2	0,000*
<u>Cukup</u>	11	19,6	5	8,9	5	8,9	21	37,5	
<u>Kurang</u>	3	5,4	1	1,7	4	7,1	8	14,3	
<u>Mean</u>	33,9	58,9	13	23,2	10	17,8	56	100	

Tabel di atas menunjukkan bahwa subjek penelitian yang memiliki pola makan mayoritas kategori baik sebanyak 27 orang (48.2%) dan memiliki kondisi kebersihan gigi dan mulut dengan kategori baik sebanyak 19 orang (39.9%), kategori sedang sebanyak 7 orang (12.6%), kategori kurang sebanyak 1 orang (1.8%). Minoritas pola makan kurang sebanyak 8 orang (14.3%) dengan kebersihan gigi dan mulut kategori baik sebanyak 3 orang (5.4%), kategori cukup sebanyak 1 orang (1.7%) dan kategori kurang sebanyak 4 orang (7.1%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pola Makan dengan Pengalaman Karies

<u>Menyikat Gigi</u>	<u>Kebersihan Gigi dan Mulut</u>								<u>p-value</u>
	<u>Baik</u>		<u>Sedang</u>		<u>Buruk</u>		<u>Jumlah</u>		
	<u>N</u>	<u>%</u>	<u>N</u>	<u>%</u>	<u>N</u>	<u>%</u>	<u>N</u>	<u>%</u>	
<u>Baik</u>	19	33,9	7	12,6	1	1,8	27	48,2	0,000*
<u>Cukup</u>	11	19,6	5	8,9	5	8,9	21	37,5	
<u>Kurang</u>	3	5,4	1	1,7	4	7,1	8	14,3	
<u>Mean</u>	33,9	58,9	13	23,2	10	17,8	56	100	

Tabel di atas menunjukkan bahwa subjek penelitian mayoritas yang memiliki pola makan anak di rumah dengan kategori baik sebanyak 27 orang (48.2%) dengan pengalaman karies gigi (DMF-T) masuk dalam kategori sangat rendah sebanyak 22 orang (39.3%), pola makan dengan kategori cukup sebanyak 21 orang (37.5%), dengan pengalaman karies gigi masuk dalam kategori rendah sebanyak 10 orang (17,8%), dan kategori pola makan kurang sebanyak 8 orang (14.3%) dengan kategori pengalaman karies sedang sebanyak 1 orang (1.8%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Menyikat Gigi dengan Kebersihan Gigi dan Mulut

Menyikat Gigi	Sangat Tinggi		Tinggi		Sedang		Rendah		Sangat Rendah		Jumlah		p-value
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	
Baik	0	0	0	0	1	1.8	4	7.1	22	39.3	27	48.2	0,000*
Cukup	0	0	0	0	2	3.5	10	17.8	9	116.1	221	37.5	
Kurang	0	0	0	0	1	1.8	3	5.3	4	7.1	88	14.3	
Mean	0	0	0	0	4	7.1	17	30.3	35	662.3	556	100	

Tabel di atas menunjukkan bahwa subjek penelitian yang memiliki pola makan mayoritas kategori baik sebanyak 27 orang (48.2%) dan kebiasaan menyikat gigi dengan kategori baik sebanyak 18 orang (32.1%), kategori sedang sebanyak 6 orang (10.7%), kategori kurang sebanyak 3 orang (5.4%). Minoritas kebiasaan menyikat gigi kurang sebanyak 6 orang (10.7%) dengan kebersihan gigi dan mulut kategori baik sebanyak 3 orang (5.4%), dan kategori kurang sebanyak 0 orang (0%).

Tabel 4. Frekuensi Menyikat Gigi dengan Pengalaman Karies

Menyikat Gigi	Sangat Tinggi		Tinggi		Sedang		Rendah		Sangat Rendah		Jumlah		p-value
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	
Baik	0	0	0	0	1	1.8	4	7.1	22	39.3	27	48.2	0,000*
Cukup	0	0	0	0	2	3.5	10	17.8	9	16.1	21	37.5	
Kurang	0	0	0	0	1	1.8	3	5.3	4	7.1	8	14.3	
Mean	0	0	0	0	4	7.1	17	30.3	35	62.3	56	100	

B. Pembahasan

Penelitian ini dilakukan pada murid kelas 3 Madrasah Ibtidaiyah Negeri I Kota Cilegon dengan populasi 56 siswa, terdiri dari 22 laki-laki dan 34 perempuan. Penelitian berlangsung selama 3 minggu, dengan tujuan mengetahui hubungan pola makan dan kebiasaan menyikat gigi dengan kebersihan gigi dan mulut serta pengalaman karies. Pengetahuan siswa diukur melalui kuesioner, sementara kebersihan gigi dan pengalaman karies diukur menggunakan hygiene index dan DMF-T index.

Hubungan antara pola makan dengan dengan kebersihan gigi dan mulut subjek penelitian sebanyak 56 orang siswa menunjukkan bahwa subjek penelitian yang memiliki pola makan mayoritas kategori baik sebanyak 27 orang (48.2%) dan memiliki kebersihan gigi dan mulut dengan kategori baik sebanyak 19 orang (33,9%), kategori cukup sebanyak 7 orang (12.6%), kategori kurang sebanyak 1 orang (1,8%). Berdasarkan hasil uji korelasi gamma diperoleh p-value 0,021 (<0,05) sehingga Ho ditolak maka dapat dikatakan ada hubungan antara pola makan dengan kebersihan gigi dan mulut pada siswa kelas 3 MIN 1 Kota Cilegon.

Menurut Machfoedz, dkk, (2018), menyikat gigi adalah merupakan cara yang umum dianjurkan untuk membersihkan seluruh deposit lunak dan plak pada permukaan gigi dan gusi, secara umum hal-hal yang harus diperhatikan dalam menyikat gigi adalah sebagai berikut : teknik menyikat gigi harus sederhana, tepat, efisien, dan dapat membersihkan semua permukaan gigi dan gusi, terutama daerah saku gusi dan interdental, cara menyikat gigi harus sistematis supaya tidak ada gigi yang terlampaui, gerakan sikat gigi tidak boleh menyebabkan kerusakan jaringan gusi atau abrasi gigi, frekuensi menyikat gigi idealnya 2x sehari yaitu setiap sesudah makan dan sebelum tidur,

lama menyikat gigi dianjurkan selama 2 - 5 menit, gunakan disclosing solution sebelum dan sesudah menyikat gigi.

Mulut merupakan front office dari tubuh, rongga mulut yang bersih mencerminkan sistem tubuh yang sehat. Kualitas hidup manusia secara keseluruhan dipengaruhi oleh rongga mulut yang bersih, namun hingga kini kesehatan gigi dan mulut masih belum menjadi perhatian utama yang mengakibatkan gigi berlubang atau karies sehingga hal ini menjadi masalah umum yang dihadapi sebagian besar masyarakat Indonesia. Mengatur pola makan dengan selisih waktu minimal setiap dua jam untuk waktu makan berikutnya yang berguna mengurangi resiko karies. Membantu atau mengingatkan anak untuk membersihkan gigi dua kali sehari, jika menyulitkan dapat dilakukan satu kali sehari menjelang tidur malam (Nismal, 2018).

Hubungan antara pola makan dengan pengalaman karies gigi yang diukur menggunakan indeks DMF-T subjek penelitian sebanyak 56 orang siswa kelas 3 MIN 1 Kota Cilegon menunjukkan bahwa pola makan siswa di rumah masuk dalam kategori baik sebanyak 27 orang (48.2%), yang memiliki indeks DMF-T masuk dalam kategori sangat rendah sebanyak 22 orang (39.3%), kategori rendah sebanyak 4 orang (7.1%), kategori sedang sebanyak 1 orang (1.8%), kategori tinggi dan sangat tinggi tidak ada (0%).

Berdasarkan hasil uji korelasi gamma diperoleh p-value 0,031 <0,05 sehingga H_0 ditolak maka dapat dikatakan ada hubungan antara pola makan dengan pengalaman karies gigi (indeks DMF-T) pada siswa kelas 3 MIN 1 Kota Cilegon. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sunu, dkk (2024), yang meneliti tentang hubungan pola makan dan kebiasaan menggosok gigi dengan kejadian karies gigi pada anak usia sekolah (sebanyak 54 responden) di SD Negeri 3 Yehembang Kauh Kabupaten Jembrana. Hasil penelitian ini diperoleh nilai p-value -0,001 lebih kecil dari α (0,05) yang berarti ada hubungan antara pola makan dengan karies gigi.

Menyikat gigi yang kurang terjaga. Pengetahuan dan sikap pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut dengan diikuti oleh perilaku yang baik dapat mencegah terjadinya karies pada gigi. Pola makan secara tepat merupakan faktor penting dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut. Keberhasilan menjaga kesehatan gigi dan mulut juga dipengaruhi oleh pola menyikat gigi. Pola menyikat gigi meliputi teknik menyikat gigi, frekuensi dan waktu menyikat gigi yang tepat. Usia sekolah dasar adalah waktu yang ideal untuk melatih keterampilan motorik anak, termasuk menyikat gigi. Anak sekolah dasar rentan terhadap kasus kesehatan gigi dan mulut, sehingga perlu diwaspadai (Amaliah, 2021).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul hubungan pola makan dan kebiasaan menyikat gigi dengan kebersihan gigi dan mulut serta pengalaman karies gigi siswa kelas 3 MIN 1 Cilegon Kota Cilegon dapat disimpulkan : Pola makan siswa kelas 3 MIN 1 Cilegon Kota Cilegon dengan kategori baik sebanyak 27 orang (48,2%) artinya responden masih membutuhkan edukasi tentang Gizi seimbang. Kebiasaan menyikat gigi siswa kelas 3 MIN I Cilegon dengan kategori baik sebanyak 27 orang (48,2 %) artinya responden masih membutuhkan edukasi tentang menjaga kesehatan gigi dan mulut. Kebersihan Gigi dan Mulut dengan pemeriksaan Oral Hygiene Index Simplified (OHI-S) siswa kelas 3 MIN I Kota Cilegon sebanyak 53 orang (58,9 %) dengan kategori baik. Pengalaman Karies siswa kelas 3 MIN I Kota Cilegon dengan kategori sangat rendah sebanyak 35 orang

(62,5%), kategori rendah 17 Orang (30,3 %), kategori sedang 4 (7,1%), kategori tinggi 0 dan kategori sangat tinggi

DAFTAR PUSTAKA

- Amaliah S, 2021, Perbandingan Pasta Gigi Herbal dan Non Herbal dalam Menurunkan Plak Gigi Anak, *Jurnal Ilmiah Kesehatan Iqro* 9,8 – 16.
- Aulia P, Ratih L, Sunomo H, Silva P., 2024, Pengaruh Pola Makan Kariogenik Pada Anak Sekolah Terhadap Status Kesehatan Gigi dan Mulut. Program Study DIV Keperawatan Gigi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Surabaya.
- Halimah., 2022, Hubungan Pola Makan Dengan Angka Karies Gigi Pada Anak Kelas I di Sekolah Dasar Negeri 16 Pontianak Utara. *Journal of Dental Therapist*, Vol 1 (2) 2022, pp 47-51
- Nismal,H., 2018, *Islam dan Kesehatan Gigi*, Pustaka Al Kautsar
- Kemenkes R.I., 2018, *Laporan Nasional RISKESDAS*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI
- Larasati, R, 2022, *Pemeliharaan Kesehatan Gigi dan Mulut Anak*, Deepublish, Yogyakarta
- Machfodz, I, 2018, *Menjaga Kesehatan Gigi dan Mulut Anak dan Ibu Hamil* cetakan ke III, Fitramaya, Yogyakarta
- Notoatmojo,S, 2018, *Metodologi Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta
- World Health Organization. 2022. Global oral health status report. *Journal of Education Technology Information Social Sciences and Health In Dental Abstracts* (Vol. 57, Nomor 2, PP 2023).