

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kesehatan menurut organisasi kesehatan dunia (WHO) adalah keadaan sempurna baik secara fisik, mental, spiritual maupun social dan tidak hanya bebas dari penyakit dan cacat. Kesehatan merupakan bagian terpenting dalam kehidupan manusia, baik secara jasmani maupun rohani, hal ini dapat dicapai jika tubuh kita sehat. Kesehatan yang perlu diperhatikan selain kesehatan tubuh secara umum adalah kesehatan gigi dan mulut, karena kesehatan gigi dan mulut dapat mempengaruhi kesehatan tubuh secara menyeluruh.

Kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian integral dari status kesehatan perseorangan maupun kesehatan masyarakat. Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan mengamanatkan bahwa pelayanan kesehatan gigi dan mulut dilakukan untuk memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat dalam bentuk peningkatan kesehatan gigi, pencegahan penyakit gigi, berupa pengobatan penyakit gigi. Kesehatan gigi dan mulut dilaksanakan melalui pelayanan kesehatan gigi perseorangan, pelayanan kesehatan gigi masyarakat serta usaha kesehatan gigi sekolah (KEMENKES, 2020).

Gigi dan mulut merupakan bagian penting yang harus diperhatikan kebersihan, karena melalui organ mulut kuman dapat masuk dan dapat mengakibatkan kerusakan gigi, diawali dengan proses terjadinya karies dan peradangan yang berawal dari sisa-sisa makanan yang dibiarkan yaitu debris (Gultom, 2018).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018, menunjukkan kondisi kesehatan gigi masyarakat Indonesia cenderung tidak baik. Sehingga 57,6% penduduk Indonesia mengalami masalah gigi dan mulut, hanya 10,2% yang mendapat penanganan medis gigi dan hanya 2,8% penduduk Indonesia yang menyikat gigi secara

benar. Data penyakit karies gigi pada anak usia dini (5-6 tahun) mencapai 93% .

Kebersihan mulut anak secara umum lebih buruk dibanding orang dewasa karena pada umumnya anak lebih banyak makan-makanan dan minuman yang manis dan jarang membersihkannya.

Mengunyah makanan berserat seperti buah-buahan dapat membantu membersihkan gigi. Proses pengunyahan akan mengurangi sisa-sisa makanan atau debris yang melekat pada gigi. Debris adalah sisa makan yang tertinggal dalam mulut pada permukaan gigi, diantara gigi-gigi dan di bawah gingival setelah seseorang makan.

Debris Indeks adalah ukuran dari sisa-sisa makanan yang melekat pada gigi. Angka deris dapat diturunkan dengan cara memakan buah yang berserat. Sebagai mana kita ketahui bahwa buah-buahan juga dapat melakukan self cleansing (pembersihan gigi secara alami) terhadap rongga mulut. Buah yang berserat secara fisiologis akan memacu rongga mulut manusia untuk menggerus dan menghancurkannya sebelum masuk ke saluran pencernaan sehingga merangsang sekresi lunak (Milati, 2019).

Buah apel merupakan tanaman yang berasal dari wilayah sub tropis, namun tanaman ini sudah melakukan adaptasi sehingga dapat tumbuh subur di Indonesia yang beriklim tropis (Arifah & Aprilia, 2019). Menurut penelitian sebelumnya buah apel terbukti memiliki manfaat seperti menurunkan kolesterol dalam darah, penstabil gula darah, penurunan tekanan darah, agen anti kanker serta penurunan berat badan. Kandungan air 84,1 gram dan kadar serat sebesar 2,6 gram. Selain itu buah apel juga memiliki manfaat sebagai anti mikroba. Sedangkan Buah Semangka merupakan tanaman buah yang tumbuh merambat atau dalam bahas inggrisnya disebut *watermelon*. berserat dan berair, dan memiliki kandungan air cukup tinggi yaitu sebesar 92,30 gram dan terdapat kadar serat sebesar 0,50 gram tiap 100 gram daging buah semangka (Ermawati, D.2017). Untuk pengunyahan buah ini memerlukan pengunyahan yang cukup sehingga dapat mendorong sekresi ludah.

Sehingga buah apel dan buah semangka dapat membersihkan gigi dari sisa-sisa makanan secara alami.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan pada 30 siswa/i kelas III SDN 067247 Lau Cih Kecamatan Medan Tuntungan terdapat 17 orang anak yang memiliki Debris Indeks yang buruk, karena kurang mengetahui dan mengerti cara memelihara kesehatan gigi dan mulut.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Mengunyah Buah Apel dan Semangka Terhadap Debris Indeks Siswa/i Kelas III Di SDN 067247 Lau Cih Kecamatan Medan Tuntungan”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah yang akan di analisa yaitu bagaimana gambaran mengkonsumsi buah apel dan semangka penurunan debris indeks pada siswa/i SDN 067247 Lau Cih Kecamatan Medan Tuntungan.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **C.1 Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran mengunyah buah apel dan semangka terhadap debris indeks siswa/i kelas III di SDN 067247 Lau Cih Kecamatan Medan Tuntungan.

### **C.2 Tujuan Khusus**

1. Untuk mengetahui debris indeks sebelum mengunyah buah apel dan semangka pada siswa/i kelas III di SDN 067247 Lau Cih Kecamatan Medan Tuntungan.
2. Untuk mengetahui debris indeks sesudah mengunyah buah apel dan semangka pada siswa/i kelas III di SDN 067247 Lau Cih Kecamatan Medan Tuntungan.

3. Untuk mengetahui debris indeks sebelum dan sesudah mengunyah buah apel dan semangka pada siswa kelas III di SDN 067247 Lau Cih Kecamatan Medan Tuntungan.

#### **D. Manfaat Penelitian**

- 1) Data atau informasi hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dan menambah pengetahuan bagi sekolah dan siswa/i kelas III di SDN 067247 Lau Cih Kecamatan Medan Tuntungan.
- 2) Sebagai bahan informasi atau referensi bagi peneliti lain dalam melakukan penelitian lebih lanjut selain tentang buah apel dan semangka.
- 3) Menambahkan literatur perpustakaan Jurusan Keperawatan Gigi Poltekkes Kemenkes Medan.

## **BAB II**

### **TUJUAN PUSTAKA**

#### **A. Mengunyah**

##### **A.1 Pengertian Mengunyah**

Mengunyah makanan bersifat penting untuk pencernaan semua makanan, terutama untuk sebagian besar buah dan sayur-sayuran. Makanan yang masuk ke dalam mulut dipotong menjadi bagian-bagian makanan yang dapat ditelan. Mengunyah makanan yang baik harus menggunakan kedua sisi rahang secara bergantian. Agar proses mengunyah menjadi lebih optimal disarankan untuk mengunyah makanan sebanyak  $\pm 32$  kali (Irma Z, 2019).

#### **B. Buah Apel**

##### **B.1 Pengertian Buah Apel**

Apel termasuk dalam *rose family* termasuk buah subtropik yang disukai banyak orang. Buah apel membantu untuk merangsang gusi, meningkatkan aliran air liur di mulut dan mencegah penumpukan debris pada permukaan gigi. Kandungan dalam apel yang bermanfaat bagi kesehatan gigi dan mulut adalah tannin. Zat tannin ini merupakan zat yang berfungsi membersihkan dan menyegarkan mulut, sehingga dapat mencegah kerusakan gigi dan penyakit gusi yang disebabkan oleh debris. Buah apel kerap identik sebagai makan diet untuk menurunkan berat badan. Apel merupakan buah yang jumlah kalorinya kecil, tetapi bisa memberikan energi dan rasa kenyang pada orang yang mengonsumsinya. Apel bisa di konsumsi langsung dan dapat diolah menjadi berbagai minuman dan makanan. Seperti jus apel, sari buah apel dan permen apel.