

KARYA TULIS ILMIAH
GAMBARAN MENGUNYAH MENTIMUN DALAM MENURUNKAN
DEBRIS INDEKS PADA SISWA/I SD NEGERI 104209
SAENTIS KECAMATAN PERCUT SEI TUAN
KABUPATEN DELI SERDANG



ANGGINA RAMADANI HARAHAHAP
P07525021086

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
JURUSAN KESEHATAN GIGI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KESEHATAN GIGI
2024

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN MENGUNYAH MENTIMUN DALAM MENURUNKAN
DEBRIS INDEKS PADA SISWA/I SD NEGERI 104209
SAENTIS KECAMATAN PERCUT SEI TUAN
KABUPATEN DELI SERDANG**

Sebagai Syarat Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Diploma III



**ANGGINA RAMADANI HARAHAHAP
P07525021086**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
JURUSAN KESEHATAN GIGI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KESEHATAN GIGI
2024**

LEMBAR PERSETUJUAN

**JUDUL : GAMBARAN MENGUNYAH MENTIMUN DALAM
MENURUNKAN DEBRIS INDEKS PADA SISWA/I DI SD
NEGERI 104209 SAENTIS KECAMATAN PERCUT SEI
TUAN KABUPATEN DELI SERDANG**

NAMA : ANGGINA RAMADANI HARAHAHAP

NIM : P07525021086

Telah Diterima Dan Disetujui Untuk Diseminarkan Dihadapan Penguji
Medan, 02 April 2024

Menyetujui

Pembimbing



drg. Ety Sofia Ramadhan, M.Kes
NIP.196911181993122001

Ketua Jurusan Kesehatan Gigi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



drg. Yetti Lusiani, M.Kes
NIP.197006181999032003

LEMBAR PENGESAHAN

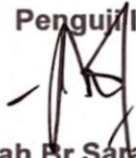
**JUDUL : GAMBARAN MENGUNYAH MENTIMUN DALAM
MENURUNKAN DEBRIS INDEKS PADA SISWA/I DI SD
NEGERI 104209 SAENTIS KECAMATAN PERCUT SEI
TUAN KABUPATEN DELI SERDANG**

NAMA : ANGINA RAMADANI HARAHAP

NIM : P07525021086

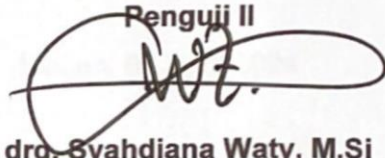
Karya Tulis Ilmiah ini Telah Diuji Pada Sidang Seminar Hasil
Jurusan Kesehatan Gigi Poltekkes Kemenkes Medan Tahun 2024

Penguji I



**drg. Aminah Br Saragih, M.Kes
NIP. 196309092002122003**

Penguji II



**drg. Syahdiana Waty, M.Si
NIP. 198111062008012006**

Ketua Penguji



**drg. Ety Sofia Ramadhan, M.Kes
NIP.196911181993122001**

**Ketua Jurusan Kesehatan Gigi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan**



**drg. Yetti Lusiani, M.Kes
NIP. 197006181999032003**

PERNYATAAN

GAMBARAN MENGUNYAH MENTIMUN DALAM MENURUNKAN DEBRIS INDEKS PADA SISWA/I DI SD NEGERI 104209 SAENTIS KECAMATAN PERCUT SEI TUAN KABUPATEN DELI SERDANG

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Karya Tulis Ilmiah ini tidak terhadap karya yang pernah diajukan di suatu perguruan tinggi, dan sepengetahuan saya juga tidak terhadap karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.

Medan, 02 April 2024



Anggina Ramadani Harahap
P07525021086

**MEDAN HEALTH POLYTECHNICS OF MINISTRY OF HEALTH
DENTAL HYGIENE DEPARTMENT
SCIENTIFIC PAPER, 02 APRIL 2024**

Anggina Ramadani Harahap

**Description of Chewing Cucumbers to Reduce Debris Index in
Students at State Elementary School No.104209 Saentis, Percut Sei
Tuan District, Deli Serdang Regency**

ix + 25 pages + 5 tables + 2 figures + 11 attachments

ABSTRACT

Dental and oral hygiene is defined as the condition of teeth that are clean, healthy, free from dirt and plaque on the surface and between the teeth. Leftover food or other dirt on the teeth is one of the causes of dental and oral disease. Chewing is biting food with the upper and lower teeth, and is assisted by the tongue to move the food. Debris index can be reduced by consuming fibrous and watery foods. Cucumbers contain abundant water and fiber, and can be useful for maintaining oral hygiene because they contain lots of calcium and phosphorus. Cucumbers that are young, fresh, and dark green contain lots of water and fiber which can help with dental and oral hygiene, compared to older cucumbers.

This research is descriptive with a survey method. 30 samples were taken using purposive sampling technique from 30 grade 4 students. This research examined primary and secondary data. The data was analyzed to obtain a frequency distribution.

Data collection was carried out through direct examination of the oral cavity. Based on the results of the data processing carried out, the debris index before chewing the cucumber was 1.76 (in the medium criteria), while the debris index after chewing the cucumber was 0.59 (in the good criteria).

The conclusion of this study was that there was a difference in the average decrease in the debris index before and after chewing cucumber, with a score of 1.17, which means that the debris index tended to decrease.

Keywords : Dental Hygiene, Chewing, Debris Index, Cucumber

References : 18 (1993 – 2021)

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
JURUSAN KESEHATAN GIGI
KARYA TULIS ILMIAH, 02 APRIL 2024**

Anggina Ramadani Harahap

**Gambaran Mengunyah Mentimun Dalam Menurunkan Debris Indeks
pada Siswa/i SD Negeri 104209 Saentis Kecamatan Percut Sei Tuan
Kabupaten Deli Serdang**

ix + 25 halaman + 5 tabel + 2 gambar + 11 lampiran

ABSTRAK

Kebersihan gigi dan mulut sebagai keadaan memiliki gigi yang bersih, sehat, bebas dari kotoran dan juga plak dipermukaan sela-sela gigi. Sisa makanan atau kotoran lain yang terdapat didekat gigi merupakan salah satu pendukung yang berpengaruh terhadap penyakit gigi mulut. Mengunyah adalah menggigit makanan dengan gigi atas dan bawah dibantu dengan lidah untuk memindahkan makanan. Angka debris indeks ini dapat diturunkan dengan cara memakan makanan yang berserat dan berair. Kandungan air juga serat mentimun melimpah dapat dikatakan berguna untuk mempertahankan kebersihan gigi dan mulut, banyak mengandung kalsium dan fosfor maka mentimun dapat dianggap untuk membantu membersihkan kebersihan gigi dan mulut. Mentimun yang masih muda, segar, dan berwarna hijau tua memiliki banyak air dan serat dibandingkan dengan mentimun yang lebih tua, yang dapat membantu kebersihan gigi dan mulut.

Jenis penelitian ini bersifat deskriptif dengan metode survei. Sampel yang diambil dalam penelitian ini berdasarkan purposive sampling dan peneliti mengambil kelas IV yaitu 30 orang siswa/i. Dalam penelitian ini data yang digunakan adalah data primer dan data sekunder. Analisis data menggunakan distribusi frekuensi.

Pengumpulan data dilakukan dengan pemeriksaan langsung kerongga mulut. Berdasarkan hasil pengolahan data yang dilakukan diperoleh nilai debris indeks sebelum mengunyah mentimun adalah 1,76 dengan kriteria sedang sedangkan nilai debris indeks sesudah mengunyah mentimun adalah 0,59 dengan kriteria baik.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah data tersebut menunjukkan adanya selisih rata-rata penurunan debris indeks sebelum dan sesudah mengunyah mentimun sebanyak 1,17 yang berarti nilai debris indeks cenderung menurun.

Kata kunci : Kebersihan Gigi, Mengunyah, Debris Indeks, Mentimun
Daftar pustaka : 18 (1993 – 2021)

KATA PENGANTAR

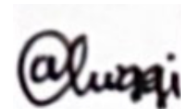
Puji syukur Peneliti panjatkan kepada Tuhannya yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini sebagai syarat akhir pada program D-III Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan Jurusan Kesehatan Gigi dengan judul **“GAMBARAN MENGUNYAH MENTIMUN DALAM MENURUNKAN DEBRIS INDEKS PADA SISWAI SD NEGERI 104209 SAENTIS KECAMATAN PERCUT SEI TUAN KABUPATEN DELI SERDANG”**.

Pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu drg. Yetti Lusiani, M.Kes selaku Ketua Jurusan Kesehatan Gigi Politeknik Kemenkes Medan.
2. Ibu drg. Ety Sofia Ramadhan, M.Kes selaku pembimbing/ketua penguji saya yang telah banyak memberikan bimbingan, dukungan dan arahan kepada penulis sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat diselesaikan dengan baik.
3. Ibu drg. Aminah Br Saragih, M.Kes selaku penguji I saya yang telah memberikan saran serta arahan kepada penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Ibu drg. Syahdiana Waty, M.Si selaku penguji II saya yang telah memberikan saran serta arahan kepada penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Para dosen dan seluruh staff Jurusan Kesehatan Gigi Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan yang telah membimbing dan mengajari penulis selama menjalani pendidikan.
6. Bapak Kepala Sekolah Halomoan Ritonga, S.Pd dan seluruh guru SD Negeri 104209 Saentis Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang yang telah memberikan izin kepada saya untuk melakukan penelitian.

7. Terkhususnya kepada kedua orang tua saya, Ayah saya cinta pertama saya Aiptu Syafaat Harahap dan Mama saya tercinta Hj. Megawati dua orang hebat yang selalu menjadi penyemangat saya, sebagai sandaran terkuat dari kerasnya dunia. Yang tidak henti-hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta dan selalu memberikan motivasi, yang selalu menjadi pendengar segala keluh kesah saya. Terimakasih sudah selalu berjuang untuk kehidupan saya, terimakasih untuk semua doa-doa dan dukungan ayah dan mama sampai akhirnya saya bisa sampai dititik ini. Sehat selalu dan Hiduplah lebih lama lagi, ayah & mama harus selalu ada disetiap perjalanan hidup saya.
8. Kepada kedua Abang saya Van Hizrah Pratama Harahap S.E dan Pratu Nanda Famega Harahap yang selalu memberikan kasih sayangnya dan selalu menjaga saya. Terimakasih atas segala doa dan semangat yang telah diberikan kepada saya.
9. Kepada seluruh keluarga besar saya yang selalu memberikan dukungan, semangat, dan doa-doanya.
10. Untuk orang-orang spesial saya, sahabat enjii, Keyti Endhita, Firsya, dan Akatsuki Fams yang selalu memberikan semangat dan dukungannya kepada saya.
11. Untuk teman seperbimbingan dan seperjuangan D-III Kesehatan Gigi yang telah memberikan dukungan dan semangat kepada saya.

Medan, 02 April 2024
Penulis



Anggina Ramadani Harahap

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	
LEMBAR PENGESAHAN	
PERNYATAAN	
ABSTRACT	i
ABSTRAK	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	5
C.1 Tujuan Umum.....	5
C.2 Tujuan Khusus	5
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Tinjauan Pustaka.....	6
A.1 Pengertian Mengunyah Makanan	6
A.2 Manfaat Buah Bagi Kesehatan Gigi.....	7
A.3 Mentimun.....	7
A.3.1 Pengertian Mentimun	7
A.3.2 Kandungan Mentimun	8
A.3.3 Manfaat Mentimun.....	9
A. 5 Debris	9
A.5.1 Pengertian Debris	9
A.5.2 Pengertian Debris Indeks	10
A.5.3 Permukaan Gigi.....	10
A.5.4 Pemeriksaan Debris	11
A.5.5 Penyebab Debris Gigi.....	12
A.5.6 Mencatat Skor Debris Indeks.....	13
B. Kerangka Konsep	13
C. Definisi Operasional.....	14
BAB III METODE PENELITIAN.....	15
A. Jenis dan Desain Penelitian	15
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	15

B.1 Lokasi Penelitian.....	15
B.2 Waktu Penelitian.....	15
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	15
C.1 Populasi Penelitian	15
C.2 Sampel Penelitian.....	15
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data.....	16
E. Pengolahan dan Analisis Data	17
E.1 Pengolahan Data	17
E.2 Analisa Data	18
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	19
A. Hasil Penelitian	19
B. Pembahasan	21
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	22
A. Simpulan	22
B. Saran	22
DAFTAR PUSTAKA.....	23
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Kandungan Gizi Mentimun per 100 gram	8
Tabel 2.2	Mencatat Skor Debris Indeks.....	13
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kriteria Debris Indeks Sebelum mengunyah Mentimun Pada Siswa/i SD Negeri 104209 Saentis Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang.....	19
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kriteria Debris Indeks Sesudah mengunyah Mentimun pada Siswa/i SD Negeri 104209 Saentis Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang.....	20
Tabel 4.3	Rata-rata Debris Indeks Sebelum dan Sesudah Mengunyah Mentimun pada Siswa/i SD Negeri 104209 Saentis Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang	20

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1	Mentimun.....	7
Gambar 3.2	Skor Debris.....	13

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ethical Clearance

Lampiran 2 Surat Permohonan Izin penelitian

Lampiran 3 Surat Keterangan Selesai Penelitian

Lampiran 4 Denah Lokasi

Lampiran 5 Surat Persetujuan/ Informed Consent

Lampiran 6 Lembar Pemeriksaan

Lampiran 7 Master Tabel

Lampiran 8 Daftar Konsultasi

Lampiran 9 Jadwal Penelitian

Lampiran 10 Dokumentasi

Lampiran 11 Biodata Peneliti