

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan adalah kondisi seseorang yang sehat, baik secara fisik, mental, maupun sosial, dan bukan hanya terbebas dari penyakit, sehingga memungkinkan individu untuk hidup lebih produktif. Semua aktivitas atau rangkaian kegiatan yang dilakukan untuk individu atau masyarakat dengan tujuan untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan, melalui proses seperti promosi kesehatan, pencegahan, pengobatan, dan pemulihan penyakit, disebut sebagai pelayanan kesehatan (UUD, 2023)

Kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian penting dari kesehatan secara keseluruhan, terutama pada anak-anak yang masih dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan. Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kesehatan gigi adalah pH saliva. Saliva berfungsi sebagai penyangga alami yang membantu menjaga keseimbangan pH dalam rongga mulut. Ketidakseimbangan pH, terutama kondisi yang terlalu asam, dapat meningkatkan risiko terjadinya karies gigi dan masalah kesehatan mulut lainnya (Olivia MD, 2022).

Makanan manis dan lengket diketahui mempercepat penurunan pH saliva. Penelitian di SDN Mamajang Makassar menunjukkan bahwa setelah mengonsumsi makanan manis, rata-rata pH saliva pada siswa laki-laki Sturun menjadi 6,38 setelah 30 menit, sedangkan pada siswa perempuan turun menjadi 4,25. Hal ini menunjukkan bahwa jenis kelamin juga mempengaruhi respons pH terhadap makanan yang dikonsumsi (Asridiana, 2019).

Konsumsi makanan dan minuman memiliki peran yang signifikan dalam memengaruhi pH saliva. Salah satu produk yang banyak dikonsumsi dan diketahui memiliki potensi dalam menjaga keseimbangan pH saliva adalah yogurt. *Yogurt*, kata serapan dari bahasa Turki, dieja

seperti itu, tanpa huruf “H.” Ejaan ini lebih disukai dalam bahasa Inggris Amerika dan di seluruh dunia yang berbahasa Inggris. Yogurt mengandung bakteri baik seperti *Lactobacillus* yang dapat membantu menekan pertumbuhan bakteri penyebab karies serta mendukung keseimbangan mikroflora dalam rongga mulut. Selain itu, kandungan kalsium dan fosfat dalam yogurt dapat memperkuat enamel gigi dan mengurangi risiko demineralisasi (Siswosubroto, 2015).

Anak-anak usia 8-9 tahun merupakan kelompok yang rentan terhadap permasalahan kesehatan gigi, terutama karena pola makan dan kebiasaan menyikat gigi yang masih berkembang. Oleh karena itu, penting untuk memahami bagaimana konsumsi yogurt dapat memengaruhi pH saliva pada anak-anak usia ini (Rosada Amrina, 2024).

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian quasi ekperimental studi time series, dengan desain penelitian the one group pretest and posttest. Metode pengambilan sampel yang digunakan metode purposive sampling yaitu pengambilan sampel secara sengaja sesuai dengan persyaratan sampel yang diperlukan dalam pelaksanaan penelitian yang berjumlah 30 orang dan sesuai kriteria. Variabel penelitian ini yaitu konsumsi yoghurt dan pH saliva. Pengukuran pH saliva pada setiap sampel yaitu saliva sebelum diberikan konsumsi yoghurt dan setelah diberikan konsumsi yoghurt (posttest).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Sulastri (2018) terhadap 100 siswa menemukan bahwa rata-rata pH saliva sebelum mengonsumsi yogurt adalah 6,80 dan meningkat menjadi 7,44 setelah konsumsi, dengan selisih sebesar 0,64. Peningkatan ini dinyatakan signifikan secara statistik ($p=0,005$), mengindikasikan bahwa yogurt berperan dalam menciptakan kondisi yang lebih basa di dalam rongga mulut.

Temuan serupa juga dilaporkan oleh Siswosubroto (2015), yang mencatat bahwa 19 dari 30 responden mengalami peningkatan pH saliva menjadi pH netral (7,0) dalam waktu 10 menit setelah mengonsumsi yogurt. Hasil ini menunjukkan bahwa yogurt tidak hanya meningkatkan pH

saliva, tetapi juga mempercepat proses normalisasi pH dalam waktu relatif singkat. Efek ini diyakini berkaitan erat dengan kandungan probiotik dalam yogurt, yang berfungsi menghambat pertumbuhan bakteri asidogenik penyebab penurunan pH. Dengan demikian, probiotik dalam yogurt berkontribusi dalam menciptakan lingkungan oral yang lebih sehat.

Selain dikonsumsi secara langsung, yogurt juga terbukti efektif ketika digunakan sebagai larutan kumur.

Sa'adah et al. (2020) menunjukkan bahwa rerata pH saliva meningkat dari 6,86 sebelum berkumur menjadi 6,98 setelah berkumur dengan yogurt. Perbedaan ini dinyatakan signifikan ($p=0,000$), yang memperkuat temuan bahwa yogurt memiliki potensi sebagai agen alami dalam menjaga keseimbangan pH saliva.

Secara keseluruhan, hasil-hasil penelitian tersebut mengindikasikan bahwa yogurt, baik melalui konsumsi langsung maupun penggunaan sebagai larutan kumur, dapat meningkatkan pH saliva secara signifikan dan memberikan manfaat dalam menjaga kesehatan mulut melalui mekanisme kerja probiotik yang terkandung di dalamnya.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan pengaruh konsumsi yogurt terhadap pH saliva pada siswa/i kelas III SD Negeri 067247 Medan Tuntungan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai manfaat konsumsi yogurt dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut anak-anak serta menjadi dasar bagi edukasi kesehatan gigi di lingkungan sekolah.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan pada latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam kasus ini adalah “Bagaimana gambaran perubahan pH saliva setelah mengonsumsi yogurt pada anak usia 8-9 tahun siswa/i kelas III SD Negeri 067247 Medan Tuntungan?”.

C. Tujuan Penelitian

C.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran mengonsumsi yogurt terhadap pH saliva pada anak usia 8-9 tahun siswa/i kelas III SD Negeri 067247 Medan Tuntungan.

C.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui pH saliva sebelum mengonsumsi yogurt pada anak usia 8-9 tahun siswa/i kelas III SD Negeri 067247 Medan Tuntungan.
2. Untuk mengetahui pH saliva sesudah mengonsumsi yogurt pada anak usia 8-9 tahun siswa/i kelas III SD Negeri 067247 Medan Tuntungan.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini berguna bagi peneliti untuk mendapatkan pengalaman dalam melakukan penelitian serta meningkatkan ilmu pengetahuan dan manfaat mengenai gambaran perubahan pH saliva setelah mengonsumsi yogurt pada anak usia 8-9 tahun siswa/i kelas III SD Negeri 067247 Medan Tuntungan.

2. Bagi Responden

Diharapkan hasil penelitian ini menambah pengetahuan bagi siswa/i tentang manfaat konsumsi yogurt terhadap pH saliva.

3. Sebagai referensi dan masukkan serta untuk studi kepustakaan di perpustakaan Poltekkes Kemenkes Medan.