

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, F. H., Awaluddin, A., & Arya, N. (2020). Penyuluhan Kesehatan Gigi Dan Mulut Siswa Kelas 1-5 Dan Pra Sekolah, Di Sekolah Kebangsaan Seri Makmur, Maran, Pahang, Malaysia. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Hasanuddin*, 20-23.
- Azhari, P. A., Widyastuti, T., Chaerudin, D. R., & Restuning, S. (2021). Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Karang Gigi Anggota Karang Taruna Desa Ibum Majalaya Kabupaten Bandung. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 2(1), 303-308.
- Hendrawan, A. (2019). Gambaran Tingkat Pengetahuan Tenaga Kerja Pt'X'Tentang Undang-Undang Dan Peraturan Kesehatan Dan Keselamatan Kerja. *Jurnal Delima Harapan*, 6(2), 69-81.
- <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/>
- Lusiani, Yetti. "Efektifitas Penyuluhan Dengan Ceramah Dan Konseling Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan Menyikat Gigi Pada Siswa/i SD Islam Terpadu Al-farabi Tanjung Selamat Sunggal Deli Serdang." *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist)* 17.2 (2022): 349-356.
- Notoadmodjo. (2010). *Prilaku Kesehatan. Rineka Cipta*.
- Purnama, Jaka. *Media dan metode penyuluhan yang efektif bagi penyuluh kesehatan*. Semarang: Badan Diklat, 2013, 35.
- Setyawati, H. D. A. (2022). *Hubungan Sikap Dengan Kepatuhan Pasien Dalam Menyelesaikan Tahapan Perawatan Saluran Akar (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta)*.
- Tim RISKESDAS. (2018). *Laporan RISKESDAS SUMUT*. 2018.
- Tonglo, T., & Maramis, J. L. (2020). Gambaran Pengetahuan Tentang Teknik Menyikat Gigi Dan Karang Gigi Pada Siswa Kelas 1 Smp Benih Papua Di Timika provinsi Papua Barat. *JIGIM (Jurnal Ilmiah Gigi Dan Mulut)*, 3(2), 52-57.

Lampiran 1



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN**

Jl. Jamin Ginting KM. 13,5 Kel. Laucih Medan Tuntungan Kode Pos : 20136
Telepon : 061- 8368633 Fax : 061- 8368644
Website : www.poltekkes-medan.ac.id email : poltekkes_medan@yahoo.com



Nomor : PP.07.01/00/01/ 2023 20 Maret 2023
Lampiran : - 239
Perihal : Permohonan Melakukan Penelitian

Kepada Yth,

Bapak/Ibu Kepala Sekolah SDN 060886 Jalan Rebab Pasar II Padang Bulan
Kecamatan Medan Baru
di-

Tempat

Dengan Hormat

Bersama dengan ini kami mohon bantuan Bapak/Ibu kiranya bersedia memberi izin kepada mahasiswa atas :

Nama : Alifiya Nabila Pratiwi Nasution
NIM : P07525020075
Prodi : Jurusan Kesehatan Gigi Poltekkes Kemenkes Medan

Dalam rangka penulisan Karya Tulis Ilmiah dengan judul "Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Karang Gigi Dengan Menggunakan Metode Ceramah Pada Siswa/i Kelas V SDN 060886 Jalan Rebab Pasar II Padang Bulan Kecamatan Medan Baru" yang akan dilaksanakan pada bulan Maret 2023 sampai dengan selesai.

Demikian kami sampaikan atas perhatian dan kerja sama yang baik dari pihak Bapak/Ibu kami ucapkan terimakasih.

Jurusan Kesehatan Gigi

Ketua



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



Lampiran 2



PEMERINTAH KOTA MEDAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UPT SD NEGERI 060886 MEDAN
Jalan Rebab Pasar II Kel. Titi Rantai Medan 20156
Email : sekolahnegeri060886@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN
Nomor : 422/ 475 .SD / III / 2023

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : ELVIANA SANTI, S.Pd
NIP : 19740910 200003 2 001
Pangkat/Golongan : Pembina, IV/b
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Kerja : UPT SD Negeri 060886

Menerangkan bahwa nama dibawah ini :

Nama : ALIFIYA NABILA PRATIWI NASUTION
NIM : P07525020075
Prodi : D3 Kesehatan Gigi

Telah Melaksanakan Kegiatan Karya Tulis Ilmiah dengan Judul " *Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Karang Gigi Dengan Menggunakan Metode Ceramah Pada Siswa/Siswi Kelas V UPT SD NEGERI 060886*" Jalan Rebab Pasar II padang Bulan Kecamatan Medan Baru pada tanggal 28 sampai dengan 30 Maret 2023

Demikian surat keterangan penelitian ini diperbuat untuk dapat dipergunakan semestinya

Medan, 30 Maret 2023
Kepala Sekolah

ELVIANA SANTI, S.Pd
NIP. 19740910 200003 2 001

Lampiran 3



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
Jl. Jamin Ginting Km. 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tuntungan Kode Pos 20136
Telepon: 061-8368633 Fax: 061-8368644
email : kepk.poltekkesmedan@gmail.com



PERSETUJUAN KEPK TENTANG
PELAKSANAAN PENELITIAN BIDANG KESEHATAN
Nomor: 1531/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2023

Yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan, setelah dilaksanakan pembahasan dan penilaian usulan penelitian yang berjudul :

“Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Karang Gigi Dengan Menggunakan Metode Ceramah Pada Siswa/i Kelas V SD Negeri 060886 Jalan Rebab Pasar II Padang Bulan Kecamatan Medan Baru”

Yang menggunakan manusia dan hewan sebagai subjek penelitian dengan ketua Pelaksana/ Peneliti Utama : **Alifiya Nabila Pratiwi Nasution**
Dari Institusi : **Prodi D-III Keperawatan Gigi Poltekkes Kemenkes Medan**

Dapat disetujui pelaksanaannya dengan syarat :
Tidak bertentangan dengan nilai – nilai kemanusiaan dan kode etik penelitian..
Melaporkan jika ada amandemen protokol penelitian.
Melaporkan penyimpangan/ pelanggaran terhadap protokol penelitian.
Melaporkan secara periodik perkembangan penelitian dan laporan akhir.
Melaporkan kejadian yang tidak diinginkan.

Persetujuan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan batas waktu pelaksanaan penelitian seperti tertera dalam protokol dengan masa berlaku maksimal selama 1 (satu) tahun.

Medan, Maret 2023
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Poltekkes Kemenkes Medan



Ketua,
Dr. Jr. Zuraidah Nasution, M.Kes
NIP. 496101701989102001

Lampiran 4

LEMBAR KUISIONER PENGETAHUAN

Nama Responden :

Umur :

Jenis Kelamin :

Petunjuk pengisian : Pilihlah salah satu jawaban dengan memberikan tanda (O) pada jawaban yang menurut anda benar!

1. Apakah sebutan lapisan kerak berwarna kuning atau hijau yang melekat pada gigi yang terasa keras dan kasar ?
 - a. gigi berlubang
 - b. karang gigi
 - c. sakit gigi
2. Apa penyebab karang gigi dibawah ini, Kecuali ?
 - a. gusi mengecil atau menyusut
 - b. bau mulut dan gusi bengkak
 - c. gigi sehat
3. Bagaimana ciri-ciri gigi yang berkarang ?
 - a. tebal dan kasar
 - b. bersih dan kasar
 - c. tebal dan halus
4. Apakah dampak karang gigi yang tumbuh dibawah gusi ?
 - a. sehat dan merah
 - b. bengkak dan berdarah
 - c. hitam dan rusak
5. Apakah penyebab karang gigi ?
 - a. ulat dalam gigi
 - b. kuman dan bakteri
 - c. sikat gigi yang rusak
6. Bagaimana mengurangi terjadinya karang gigi ?
 - a. mengkonsumsi buah dan sayur
 - b. mengkonsumsi makanan manis dan lengket
 - c. mengkonsumsi air garam

7. Apa saja yang dapat, mengakibatkan penumpukan karang gigi, kecuali?
 - a. mengunyah satu sisi
 - b. mengkonsumsi makanan manis dan lengket
 - c. mengkonsumsi buah dan sayur berserat
8. Apakah karang gigi dapat dibersihkan dengan menggosok gigi saja ?
 - a. tidak
 - b. bisa
 - c. mungkin
9. Apa saja yang membentuk karang gigi tersebut ?
 - a. Penumpukan plak dan bakteri
 - b. batu karang
 - c. makanan berserat
10. Berapa lama karang gigi terbentuk ?
 - a. 2 hari
 - b. 1 bulan
 - c. 6 bulan
11. Apa perawatan jika di dalam rongga mulut ada karang gigi ?
 - a. scaling atau pembersihan karang gigi
 - b. penambalan gigi
 - c. pencabutan gigi
12. Berapa kali dalam setahun pembersihan karang gigi yang dianjurkan ?
 - a. 6 tahun sekali
 - b. 6 bulan sekali
 - c. 6 kali setahun

TERIMA KASIH

SELAMAT MENGERJAKAN ☺

Lampiran 5

MASTER TABEL
SEBELUM DILAKUKAN PENYULUHAN TENTANG GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG KARANG
GIGI DENGAN MENGGUNAKAN METODE CERAMAH PADA SISWA/I KELAS V SD NEGERI 060886
JALAN REBAB PASAR II KECAMATAN MEDAN BARU

No Responden	Daftar Pertanyaan												Jumlah	Kategori
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
R1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	8	sedang
R2	1	0	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	7	sedang
R3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	11	baik
R4	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	7	sedang
R5	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	5	sedang
R6	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	5	sedang
R7	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	5	sedang
R8	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	8	sedang
R9	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	10	baik
R10	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	6	sedang
R11	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	7	sedang
R12	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	7	sedang
R13	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	6	sedang
R14	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	7	sedang

R15	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	8	sedang
R16	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	7	sedang
R17	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	2	buruk
R18	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	9	baik
R19	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	8	sedang
R20	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	8	sedang
R21	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	8	sedang
R22	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	9	baik
R23	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	3	buruk
R24	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	0	0	6	sedang
R25	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	8	sedang
R26	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	8	sedang
R27	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	8	sedang
R28	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	4	buruk
R29	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	5	sedang
R30	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	8	sedang
Total	24	12	22	16	27	24	10	8	22	2	18	23		
Rata-rata	0,8	0,4	0,73	0,53	0,9	0,8	0,33	0,26	0,73	0,06	0,6	0,76		

MASTER TABEL
SETELAH DILAKUKAN PENYULUHAN TENTANG GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG KARANG
GIGI DENGAN MENGGUNAKAN METODE CERAMAH PADA SISWA/I KELAS V SD NEGERI 060886
JALAN REBAB PASAR II KECAMATAN MEDAN BARU

No Responden	Daftar Pertanyaan												Jumlah	Kategori
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
R1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	10	baik
R2	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	10	baik
R3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	baik
R4	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	11	baik
R5	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	8	sedang
R6	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	8	sedang
R7	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	8	sedang
R8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	11	baik
R9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	baik
R10	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	11	baik
R11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	11	baik
R12	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	11	baik
R13	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	10	baik
R14	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	10	baik
R15	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	11	baik

R16	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	10	baik
R17	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	7	sedang
R18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	baik
R19	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	11	baik
R20	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	11	baik
R21	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	baik
R22	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	baik
R23	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	7	sedang
R24	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	10	baik
R25	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	baik
R26	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	11	baik
R27	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	9	baik
R28	0	0	0	1	1	0	1	0	0	1	1	0	5	sedang
R29	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	9	baik
R30	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	8	sedang
Total	28	25	27	26	30	26	19	18	26	21	23	26		
Rata-Rata	0,93	0,83	0,9	0,86	1	0,86	0,63	0,6	0,86	0,7	0,76	0,86		

DAFTAR KONSULTASI

Nama : Alifiya Nabila Pratiwi Nasution
 Nim : P07525020075
 Judul : Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Karang Gigi Dengan Menggunakan Metode Ceramah Pada Siswa/i Kelas V SD Negeri 060886 Jalan Rebab Pasar II Padang Bulan Kecamatan Medan Baru.

No	Hari/ Tanggal	Materi Bimbingan		Saran	Paraf Mhs	Paraf Dosen
		BAB	SUB BAB			
1	Senin, 23 Januari 2023	Judul Penelitian	❖ Mengajukan Judul KTI	❖ Lakukan Survey Awal ❖ Pertimbangkan Waktu Dan Lokasi		an
2	Selasa, 24 Januari 2023	Penyerahan Judul	❖ Penyerahan Judul KTI	❖ ACC Judul		an
3	Kamis, 26 Januari 2023	Outline	❖ Outline	❖ Membuat Outline yang terperinci ❖ Lanjut ke BAB I		an
4	Selasa, 31 Januari 2023	BAB I	❖ Latar Belakang ❖ Rumusan Masalah ❖ Tujuan Penelitian ❖ Manfaat Penelitian	❖ Memasukkan Survei Awal ❖ Tujuan Penelitian Diperjelas ❖ Data Terupdate		an
5	Senin, 06 Februari 2023	BAB II	❖ Tinjauan Pustaka ❖ Kerangka Konsep ❖ Definisi Operasional	❖ Perbanyak Referensi Tentang Karang Gigi dan Metode Ceramah ❖ Definisi Operasional Diperjelas dan Singkat.		an
6	Kamis, 09 Februari 2023	BAB III	❖ Jenis Penelitian dan Desain Penelitian ❖ Lokasi Dan Waktu Penelitian ❖ Populasi Dan Sampel Penelitian ❖ Jenis Dan Cara Pengumpulan Data	❖ Tata Cara Penulisan Lanjut Belajar Untuk Persiapan Ujian Proposal		an

			❖ Pengolahan Data Dan Analisis Data			
7	Senin, 13 Februari 2023	-	❖ Daftar Pustaka ❖ Kuesioner Pengetahuan	❖ Tata Cara Penulisan Daftar Pustaka ❖ Tata Cara Perhitungan Kuesioner		ay
8	Kamis, 16 Februari 2023	-	❖ Ujian Proposal	❖ Persiapan Power Point ❖ Mempersiapkan Diri ❖ Memperbaiki Tata Cara Penulisan Sesuai Masukan Dari Masing-Masing Penguji		ay
9	Senin, 06 Maret 2023	BAB I, II, III	❖ Memperbaiki Proposal KTI	❖ Sudah Melakukan Perbaikan (Revisi) ❖ Mengambil Surat Permohonan Penelitian		ay
10	Senin, 20 Maret 2023	-	❖ Persiapan Pengambilan Data	❖ Pengambilan data akurat ❖ Perhatikan sopan santun		ay
11	Kamis, 30 Maret 2023	-	❖ Menghitung Kuesioner Pengetahuan. ❖ Membuat Master Tabel	❖ Melanjutkan BAB IV, V		ay
12	Senin, 10 April 2023	BAB IV, V	❖ Hasil Penelitian ❖ Pembahasan ❖ Kesimpulan Dan Saran ❖ Abstrak	❖ Pembahasan dilengkapi dengan teori yang mendukung. ❖ Saran sejalan dengan masalah yang ditemukan		ay
13	Senin, 22 Mei 2023	-	❖ Ujian Seminar Hasil	❖ Persiapan Power Point ❖ Mempersiapkan Diri ❖ Memperbaiki KTI sesuai masukan dari masing masing penguji		ay

14	Kamis, 25 Mei 2023	-	❖ Revisi KTI	❖ Memperbaiki Abstrak ❖ Kesimpulan dan Saran ❖ Lampiran		ah
15	Jumat, 26 Mei 2023	-	❖ Revisi KTI	❖ Memperbaiki Abstrak ❖ Master Tabel		ah
16	Senin, 29 Mei 2023	-	❖ Revisi KTI	❖ ACC Abstrak		ah
17	Selasa, 06 Juni 2023	-	❖ Pengandaan KTI / ACC KTI	❖ Dijilid lux dan ditandatangani oleh Dosen Pembimbing, Dosen Penguji, dan Ketua Jurusan		ah

Medan, Juni 2023

Mengetahui,
Ketua Jurusan Kesehatan Gigi
Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan

drg. Yetti Lusiani, M.Kes
NIP.197006181999032003

Dosen Pembimbing KTI

drg. Adriana Hamsar, M.Kes
NIP.196810091998032001

Lampiran 6

Jadwal Penelitian

[illegible]

Lampiran 7

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Alifiya Nabila Pratiwi Nasution

Tempat, Tanggal Lahir : Medan, 25 Maret 2003

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Anak Ke : 1 (satu) dari 3 (tiga) Bersaudara

Alamat : Jln. Brigzen Zein Hamid Gg. Baru Indah 119,
Medan Johor

Nama Orang Tua

- Ayah : Saparuddin Nasution
- Ibu : Lely Saniah S.Pd

Riwayat Pendidikan

1. 2008 – 2014 : SD Negeri 110319 Tasik Raja
2. 2014 – 2017 : Pondok Pesantren Modern Ar- Rasyid
3. 2017 – 2020 : MAN 1 Medan
4. 2020 – 2023 : D-III Kesehatan Gigi
Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan

Lampiran 8

SATUAN ACARA PENYULUHAN (KARANG GIGI)



Disusun Oleh :

**Alifiya Nabila Pratiwi Nasution
P0752502075
3C**

Dosen Pembimbing : drg. Adriana Hamsar, M.Kes

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
JURUSAN KESEHATAN GIGI
T.A 2022 / 2023**

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP) KESEHATAN GIGI DAN MULUT

Pokok Bahasan	: Penyakit Gigi dan Mulut
Sub Pokok Bahasan	: Karang Gigi
Sasaran	: Siswa/i SD
Waktu	: 30 menit
Tempat	: SD Negeri 060886
Hari/Tanggal	: April 2023

A. Tujuan

1. Tujuan Intruksional Umum

Setelah dilakukan penyuluhan, diharapkan sasaran dapat memahami tentang Karang Gigi.

2. Tujuan Intruksional Khusus

Setelah mendapatkan penyuluhan sasaran mampu menjelaskan

- a. Menjelaskan pengertian karang gigi
- b. Menjelaskan penyebab karang gigi
- c. Menjelaskan akibat karang gigi
- d. Cara mencegah karang gigi

B. Isi Materi

Terlampir

C. Metode

1. Ceramah
2. Tanya Jawab

D. Media

- Phantom

E. Kegiatan Pembelajaran

Tahap Penyuluhan	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Sasaran	Metode Penyuluhan	Media Penyuluhan	Waktu
Pendahuluan	• Mengucapkan salam serta memperkenalkan diri • Menjelaskan tujuan educator • Menjelaskan materi secara singkat yang akan diberikan • Apersepsi • Memberikan motivasi	• Menjawab salam • Mendengar • Respon	Ceramah	-	5 menit
Penyajian	Penjelasan tentang : • Menjelaskan Pengertian Karang Gigi • Menjelaskan penyebab karang gigi • Menjelaskan akibat karang gigi • Cara mencegah karang gigi • Evaluasi	• Mendengar • Menyimak dan memahami • Penjelasan yang diberikan • Menjawab pertanyaan	Ceramah	-	20 menit
Penutup	• Menjelaskan kembali bagian yang belum dimengerti • Kesimpulan • Saran - Salam penutup	• Mendengar • Menjawab salam	Ceramah	-	5 menit

F. Evaluasi

- Metode evaluasi : Tanya Jawab
 - Apa itu karang gigi?
 - Apa penyebab karang gigi ?
 - Apa saja akibat dari karang gigi ?
 - Apa ciri-ciri gigi yang berkarang ?
 - Cara apa saja yang bisa kita lakukan untuk mencegah karang gigi ?
- Jenis pertanyaan : Lisan

G. Lampiran Materi

Karang Gigi

1. Pengertian Karang Gigi

Karang Gigi adalah suatu endapan keras yang melekat erat pada permukaan gigi yang berwarna mulai dari kekuning-kuningan, kecoklatan sampai kehitam-hitaman dan mempunyai permukaan yang kasar sehingga sulit untuk dibersihkan jika hanya dengan menggosok gigi.

2. Penyebab Karang Gigi

Diakibatkan oleh kotoran pada gigi yang terbentuk akibat aktivitas bakteri yang mengubah sisa gula di atas permukaan email gigi. Ditambah lagi dengan pembersihan gigi yang kurang baik dan tidak memakai kedua sisi gigi untuk mengunyah.

Proses Terbentuknya : Sisa Makanan (Mengendap) -> Lapisan bening dan tipis (Pelikel) -> Pelikel + kuman -> Plak (berikatan dengan kalsium) -> Karang Gigi

3. Ciri ciri gigi yang berkarang

- Terbentuknya lapisan kotoran yang mengeras berwarna kuning atau kecoklatan di garis gusi.
- Rasa kasar di permukaan gigi.
- Bau mulut.
- Pembengkakan dan kemerahan di gusi karena peradangan pada gusi.

4. Akibat Karang Gigi

Jika dibiarkan, karang gigi dapat membuat gigi keropos. Penyebabnya, bakteri yang bersarang di karang gigi akan mengeluarkan zat asam yang dapat merusak email gigi. Padahal, seperti kita tahu email gigi ini adalah bagian terkeras dari gigi yang berada di lapisan paling luar. Jika email gigi rusak, maka lapisan dalamnya tidak lagi terlindungi, maka terjadilah pengeroposan.

Selain menyebabkan gigi keropos, karang gigi juga menyebabkan bau mulut yang tidak sedap. Bau mulut ini berasal dari bakteri yang mengeluarkan zat asam yang kemudian bereaksi dengan sisa-sisa makanan yang terselip di sela-sela gigi yang sulit dijangkau sikat gigi.

Akibat yang lain adalah peradangan gusi atau biasa disebut gingivitis. Ketika terjadi gingivitis maka akan terbentuk semacam kantong diantara gigi dan gusi. Kantong ini akan menjadi tempat menumpuknya sisa makanan dan tentu saja akan menjadi tempat yang bagus untuk berkembangbiaknya bakteri.

Jika terus dibiarkan, gingivitis akan makin parah dan dapat menyebabkan periodontitis. Dan jika tidak ditangani dengan baik, periodontitis akan makin parah dan dapat merusak struktur akar gigi dan tulang rahang.

5. Cara Mencegah Karang Gigi

- a. Menyikat gigi dengan cara yang benar dan waktu yang tepat yaitu pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur
- b. Memperbanyak makanan yang berserat dan mengandung air
- c. Scalling gigi (Pembersihan karang gigi).
- d. Mengurangi makanan yang manis dan lengket
- e. Periksakan gigi kedokter gigi minimal 6 bulan sekali

Lampiran 9

Dokumentasi

