

KARYA TULIS ILMIAH
GAMBARAN MENGUNYAH BUAH MELON TERHADAP
PENURUNAN DEBRIS INDEKS PADA SISWA/I
KELAS III SDN 101822 PANCUR BATU



ENDA LOVELYN SONITA BR KARO
P07525022051

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KESEHATAN GIGI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KESEHATAN GIGI
TAHUN 2025

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN MENGUNYAH BUAH MELON TERHADAP
PENURUNAN DEBRIS INDEKS PADA SISWA/I
KELAS III SDN 101822 PANCUR BATU**

Sebagai Syarat Menyelesaikan Pendidikan Program Diploma III



**ENDA LOVELYN SONITA BR KARO
P07525022051**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KESEHATAN GIGI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KESEHATAN GIGI
TAHUN 2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

**JUDUL : GAMBARAN MENGUNYAH BUAH MELON TERHADAP
PENURUNAN DEBRIS INDEKS PADA SISWA/I KELAS III
SDN 101822 PANCUR BATU**

**NAMA : ENDA LOVELYN SONITA BR KARO
NIM : P07525022051**

Telah Diterima dan Disetujui Untuk Diseminarkan Dihadapan Penguji
Medan, 8 April 2025

**Menyetujui,
Dosen Pembimbing**



**Sondang, S.Pd, M.Kes
NIP. 196208101984032001**

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



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

LEMBAR PENGESAHAN

**JUDUL : GAMBARAN MENGUNYAH BUAH MELON TERHADAP
PENURUNAN DEBRIS INDEKS PADA SISWA/I KELAS III
SDN 101822 PANCUR BATU**

NAMA : ENDA LOVELYN SONITA BR KARO

NIM : P07525022051

Karya Tulis Ilmiah ini Telah Diuji Pada Sidang Ujian Jurusan
Kesehatan Gigi Politeknik Kesehatan Kemenkes
Medan, 12 Juni 2025

Penguji I



Irma Syafriani Br Sinaga, SKM, M.Kes
NIP. 198206132005012001

Penguji II



Rosdiana T.S, S.Pd. SKM, M.Kes
NIP. 197402191993122002

Ketua Penguji



Sondang, S.Pd, M.Kes
NIP. 196208101984032001

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



drg. Yeti Lusiani, M.Kes.
NIP. 197006181999032003

PERNYATAAN

GAMBARAN MENGUNYAH BUAH MELON TERHADAP PENURUNAN DEBRIS INDEKS PADA SISWA/I KELAS III SDN 101822 PANCUR BATU

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Karya Tulis Ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.

Medan, 12 Juni 2025



Enda Lovelyn Sonita Br Karo
NIM P07525022051

**MEDAN HEALTH POLYTECHNIC OF THE MINISTRY OF HEALTH
DEPARTMENT OF DENTAL HYGIENE
SCIENTIFIC PAPER, JUNE 12th 2025**

Enda Lovelyn Sonita Br Karo

**Description Of The Effect Of Chewing Melon On The Decrease Of
Debris Index In 3rd Grade Students Of SDN 101822 Pancur Batu**

ix + 23 pages + 7 tables + 1 figure + 11 appendices

ABSTRACT

Debris refers to soft deposits on tooth surfaces, originating from food residue and bacteria, which can be naturally cleaned through chewing fibrous foods. Foods rich in fiber, such as melon, can act as a cleanser that adheres to the tooth surface. Chewing fruit increases saliva production and helps rinse teeth of adhering food particles.

This descriptive survey research aimed to understand the description of chewing melon's effect on the decrease of the debris index in 39 students of SDN 101822 Pancur Batu.

Before chewing melon, the study found that 8 students (20.51%) had a good debris index, 22 students (56.41%) had a moderate debris index, and 9 students (23.08%) had a poor debris index. After chewing melon, the number of students with a good debris index increased to 28 (71.79%), those with a moderate debris index became 11 (28.21%), and there were no students with a poor debris index. The average Debris Index decreased from 1.28 before to 0.57 after chewing melon, showing a reduction of 0.71.

This study concluded that chewing melon contributes to the reduction of the Debris Index and can serve as a natural cleanser to maintain children's oral health. It is hoped that students will consume fruits rich in fiber, such as melon.

Keywords : Debris Index, Melon, Chewing

References : 29 (2013-2024)

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
JURUSAN KESEHATAN GIGI
KARYA TULIS ILMIAH, 12 JUNI 2025**

Enda Lovelyn Sonita Br Karo

Gambaran Mengunyah Buah Melon Terhadap Penurunan Debris Indeks Pada Siswa/i Kelas III SDN 101822 Pancur Batu

ix + 23 halaman + 7 tabel + 1 gambar + 11 lampiran

ABSTRAK

Debris adalah endapan lunak pada permukaan gigi yang berasal dari sisa makanan dan bakteri dan dapat dibersihkan secara alami melalui pengunyahan` makanan berserat. Makanan yang kaya akan serat dapat menjadi pembersih yang menempel pada lapisan permukaan gigi seperti Buah Melon. Pengunyahan buah akan meningkatkan saliva dan membantu membilas gigi dari sisa - sisa makanan yang melekat.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif dengan menggunakan metode survei yang bertujuan untuk mengetahui Gambaran Mengunyah Buah Melon Terhadap Penurunan Debris Indeks Pada Siswa/i Kelas III SDN 101822 Pancur Batu yang berjumlah 39 orang.

Hasil penelitian sebelum mengunyah Buah Melon, sebanyak 8 orang (20,51%) dengan kriteria Debris Indeks baik, 22 orang (56,41%) kriteria Debris Indeks sedang, dan 9 orang (23,08%) kriteria Debris Indeks buruk. Setelah mengunyah melon, kriteria Debris Indeks baik menjadi 28 orang (71,79%), kriteria Debris Indeks sedang 11 orang (28,21%), dan tidak ada siswa/i dengan kriteria buruk. Rata-rata Debris Indeks menurun dari 1,28 sebelum menjadi 0,57 sesudah mengunyah Buah Melon, dengan penurunan sebesar 0,71.

Simpulan dalam penelitian ini mengunyah Buah Melon berkontribusi terhadap penurunan Debris Indeks dan dapat menjadi pembersih alami untuk menjaga kesehatan gigi dan mulut anak. Diharapkan kepada siswa/i agar mengonsumsi buah yang mengandung banyak serat seperti Buah Melon.

Kata Kunci : Debris Indeks, Buah Melon, Mengunyah
Daftar Bacaan : 29 (2013-2024)

KATA PENGANTAR

Puji Syukur, hormat serta kemuliaan di ucapkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas berkat dan kasih karuniaNya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “**Gambaran Mengunyah Buah Melon Terhadap Penurunan Debris Indeks Pada Siswa/i Kelas III SDN 101822 Pancur Batu**”. Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini disusun sebagai persyaratan untuk menyelesaikan program pendidikan di Diploma III Jurusan Kesehatan Gigi Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.

Dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini, penulis banyak menerima bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, dengan segala kerendahan dan ketulusan hati perkenankan penulis menyampaikan rasa terima kasih dan penghargaan kepada:

1. Ibu drg. Yetti Lusiani, M.Kes sebagai Ketua Jurusan Kesehatan Gigi Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
2. Ibu Sondang, S.Pd, M.Kes sebagai Dosen Pembimbing sekaligus Ketua Penguji, yang selalu bersedia meluangkan waktu dan pikirannya dalam memberikan petunjuk, saran, dan masukan dengan penuh kesabaran di tengah-tengah tugasnya yang padat sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat diselesaikan.
3. Ibu Irma Syafriani Br Sinaga, SKM, M.Kes selaku Dosen Penguji I yang telah memberikan masukan dan arahan kepada penulis untuk penyempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Ibu Rosdiana Tiurlan Simaremare, SKM, S.Pd, M.Kes selaku Dosen Penguji II yang telah memberikan masukan dan arahan untuk penyempurnaan penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Seluruh Dosen dan Staff pengajar di Jurusan Kesehatan Gigi Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan yang telah banyak memberikan bimbingan kepada penulis selama melaksanakan kuliah.

6. Ibu Riadah Novita, S.Pd selaku Kepala Sekolah SDN 101822 Pancur Batu, yang telah memberikan izin dan bantuan kepada penulis untuk melakukan penelitian.
7. Teristimewa kepada orangtua saya Ayahanda Apt.Trison Karo-Karo, S.Farm dan Ibunda Rasmita Sembiring, SE yang telah memberikan doa, kasih sayang, merawat, membesarkan, membimbing serta mendukung baik dalam doa, moral, maupun material yang tidak terhingga pada penulis selama ini.
8. Dandy Igo Karo-Karo, Amd.Pjk selaku abang pertama penulis yang memberikan bantuan, doa, serta dukungan kepada penulis dalam perkuliahan dan penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kata kesempurnaan, untuk itu penulis mengharapkan saran dan masukan yang bersifat membangun dari semua pihak demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini. Walaupun demikian semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Medan, 12 Juni 2025

Penulis



Enda Lovelyn Sonita Br Karo
P07525022051

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	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Tinjauan Pustaka	5
A.1 Mengunyah	5
A.1.1 Pengertian Mengunyah	5
A.1.2 Manfaat Mengunyah	5
A.2 Buah Melon	5
A.3.1 Kandungan Buah Melon	6
A.3.2 Manfaat Buah Melon	7
A.4 Debris Indeks	8
A.4.1 Pengertian Debris.....	8
A.4.2 Penyebab Adanya Debris	8
A.4.3 Cara Mengukur Debris	8
A.4.4 Pencegahan Debris	10
B. Kerangka Konsep	10
C. Definisi Operasional.....	10
BAB III METODE PENELITIAN.....	12
A. Jenis Penelitian.....	12
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	12
C. Populasi dan Sampel	12
C.1 Populasi	12
C.2 Sampel	12
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	13
D.1 Jenis Data.....	13
D.2 Cara Pengumpulan Data	13

E. Pengolahan Data	15
F. Analisis Data.....	16
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	17
A. Hasil Penelitian	17
B. Pembahasan.....	18
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	20
A. Simpulan.....	20
B. Saran	20
DAFTAR PUSTAKA	21
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1	Kandungan Buah Melon dalam 100 gram.....	6
Tabel 2. 2	Permukaan Gigi Indeks.....	9
Tabel 2. 3	Kriteria Penelitian Dalam Pemeriksaan Debris Indeks	9
Tabel 2. 4	Skor Penilaian Debris Indeks	8
Tabel 4. 1	Distribusi Frekuensi Debris Indeks Sebelum Mengunyah Buah Melon Pada Siswa/i Kelas III SDN 101822 Pancur Batu.....	17
Tabel 4. 2	Distribusi Frekuensi Debris Indeks Sesudah Mengunyah Buah Melon Pada Siswa/i Kelas III SDN 101822 Pancur Batu.....	17
Tabel 4. 3	Rata-rata Debris Indeks Sebelum dan Sesudah Mengunyah Buah Melon Pada Siswa/i Kelas III SDN 101822 Pancur Batu	18

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Buah Melon.....	6
-----------------------------	---

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Etnical Clearance
Lampiran 2	Surat Izin Penelitian
Lampiran 3	Surat Balasan Penelitian
Lampiran 4	Lembar Persetujuan Penelitian
Lampiran 5	Formulir Pemeriksaan Debris Indeks
Lampiran 6	Denah Lokasi Penelitian
Lampiran 7	Master Tabel
Lampiran 8	Daftar Riwayat Hidup
Lampiran 9	Daftar Jadwal Konsultasi
Lampiran 10	Jadwal Penelitian
Lampiran 11	Dokumentasi