

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kesehatan menurut WHO adalah sebagai keadaan baik secara menyeluruh termasuk kondisi fisik, mental dan sosialnya, tidak sekedar ketiadaan suatu penyakit atau kecacatan. Kesehatan yang perlu diperhatikan selain kesehatan tubuh secara umum juga kesehatan gigi dan mulut. Kesehatan gigi dan mulut adalah keadaan sehat dari jaringan keras dan jaringan lunak gigi serta unsur-unsur yang berhubungan dalam rongga mulut (Kemenkes RI, 2019).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 menyatakan bahwa 57,6% penduduk Indonesia memiliki masalah pada gigi dan mulut, sedangkan menurut Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 pada penduduk di provinsi Lampung yang memiliki masalah gigi dan mulut sebanyak 56,2%. Hal ini berarti tingginya angka kejadian masalah kesehatan gigi dan mulut di Indonesia. Kebersihan gigi dan mulut merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kesehatan gigi dan mulut.

Kebersihan gigi dan mulut adalah suatu keadaan yang menunjukkan bahwa di dalam mulut seseorang bebas dari kotoran seperti debris, plak, dan karang gigi (Nio, 1989). Status kebersihan gigi seseorang dapat diketahui dari nilai debris indeks. Indeks debris dapat dipengaruhi oleh jenis makanan yang dimakan seseorang. Makanan yang baik untuk kesehatan gigi adalah makanan yang mengandung serat dan air seperti buah-buahan, sedangkan makanan

yang bisa mempengaruhi kesehatan gigi adalah makanan yang manis dan melekat. Makanan tersebut akan meninggalkan sisa-sisa makanan ada permukaan gigi. Sisa-sisa makanan tersebut berupa lapisan lunak yang terdapat dipermukaan gigi yang terdiri dari musin, bakteri, dan sisa-sisa makanan yang kita makan disebut dengan debris (Aljufri, 2018). Indeks debris dapat diturunkan dengan cara memakan makanan yang berserat dan berair. Selain faktor makan, indeks debris juga dapat dipengaruhi oleh faktor kebiasaan seperti menyikat gigi, dll.

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 menyatakan proporsi penduduk Indonesia berusia 5 tahun ke atas kurang konsumsi sayuran dan buah-buahan yaitu sebanyak 95,4%. Hal tersebut sangat disayangkan mengingat memperbanyak konsumsi sayuran dan buah-buahan yang berserat dan berair dapat membantu membersihkan rongga mulut dan merangsang sekresi saliva yang berguna untuk melindungi gigi.

Mengonsumsi makanan yang kasar dan berserat dapat menyebabkan proses pengunyahan lebih lama sehingga dapat menghalangi pembentukan debris pada gigi. Gerakan mengunyah ini sangat menguntungkan bagi kesehatan gigi dan gusi, mengunyah akan merangsang pengaliran air liur/ sekresi saliva yang dapat membersihkan gigi serta menetralkan zat-zat asam yang ada contohnya buah apel (Aljufri,2018).

Apel (*Pyrus Malus*) memiliki kandungan serat dan air yang cukup banyak sehingga disebut sebagian kalangan sebagai sikat gigi alami atau *self cleansing*. Apel juga mengandung zat tannin yang berfungsi membersihkan dan menyegarkan mulut, sehingga dapat mencegah kerusakan pada gigi dan

penyakit gusi yang disebabkan oleh penumpukan plak selain itu apel mengandung asam maleat yang dapat membersihkan warna gigi yang kusam (Nurasiki dan Amiruddin, 2017).

Berdasarkan penelitian Aljufri, Yustina Sriani (2017) menunjukkan rata-rata debris indeks yang diperoleh 20 responden sebelum mengunyah buah apel dalam kategori sedang (1,45) setelah mengunyah buah apel rata-rata debris indeks mengalami penurunan menjadi (0,35), dimana terjadi perubahan antara sebelum dan setelah mengunyah buah apel.

Penelitian Oktaviana I. Seajima, dkk. (2015) menunjukkan angka rata-rata indeks debris sebelum mengunyah buah apel dari 23 siswa responden (1,75) setelah mengunyah buah apel rata-rata debris indeks mengalami penurunan menjadi (0,68) dimana buah apel efektif untuk menurunkan indeks debris.

Dilihat dari hasil penelitian Farah Ziyadah Ilma, dkk. (2020) dilihat dari 20 responden sebelum dan sesudah mengunyah buah apel didapat hasil sebelum (3,7) dan sesudah (0,96) sehingga buah apel efektif menurunkan skor debris karena mengunyah makanan yang berserat.

Berdasarkan dari teori dan data tersebut, maka peneliti tertarik untuk menelaah lebih dalam lagi tentang “**Manfaat mengunyah buah apel untuk mengurangi debris pada gigi**”. Masalah tersebut akan diambil dari hasil-hasil studi terdahulu dan studi literatur.

## **B. Tujuan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui manfaat dari mengunyah buah apel untuk mengurangi debris pada gigi.

### **C. Ruang Lingkup Penelitian**

Banyak kajian tentang cara menurunkan indeks debris, karena fokus penelitian adalah pada mengunyah buah apel untuk mengurangi debris pada gigi maka ruang lingkup karya tulis adalah pada manfaat mengunyah buah apel untuk mengurangi debris pada gigi.