

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPINANG
JURUSAN KESEHATAN GIGI

Karya Tulis Ilmiah, 06 Juni 2022

USWATUN HASANAH

**PENGARUH MENGGUNAKAN BUAH NANAS DALAM MENURUNKAN
DEBRIS INDEKS**

xiv + 34 Halaman, 6 Gambar, 1 Tabel

ABSTRAK

Status kesehatan gigi dan mulut seseorang diketahui dari nilai debris indeks. Banyak buah-buahan yang baik untuk kesehatan gigi dan mulut diantaranya buah nanas. Target nasional kebersihan gigi dan mulut di Indonesia adalah $\leq 1,2$. Pengaruh menggunakan buah nanas dalam menurunkan debris indeks sangat efektif untuk menurunkan angka debris indeks pada permukaan gigi yang dikarenakan buah nanas merupakan buah yang mengandung banyak serat dan air bersifat *self cleansing* yang tergolong tinggi. Sehingga buah nanas dapat membersihkan gigi dan sisa makanan secara alami. Penelitian kepustakaan ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh menggunakan buah nanas dalam menurunkan debris indeks. Hasil penelitian berdasarkan studi kepustakaan penelitian-penelitian terdahulu didapatkan bahwa tingkat kebersihan gigi dan mulut setelah menggunakan buah nanas adalah dari kriteria buruk menjadi baik.

Disarankan kepada masyarakat untuk lebih giat lagi menjaga kesehatan gigi dan mulut, dan menjadikan buah nanas sebagai salah satu alternatif untuk menurunkan debris indeks.

Kata Kunci : Buah Nanas, Debris Indeks
Daftar Bacaan : 14 (2009-2022)

TANJUNGKARANG HEALTH POLYTECHNIC
DEPARTMENT OF DENTAL NURSING
Scientific Writing, 06 June 2022

USWATUN HASANAH

**THE EFFECT OF CONSUMING PINEAPPLE FRUIT IN REDUCING
DEBRIS INDEX**

xiv + 34 pages, 6 pictures, 1 table

ABSTRACT

The dental and oral health status of a person is known from the value of the debris index. Many fruits are good for dental and oral health, including pineapple. The national target for dental and oral hygiene in Indonesia is $\leq 1,2$. The effect of consuming pineapple in reducing the debris index is very effective in reducing the number of index debris on the tooth surface because pineapple is a fruit that contains a lot of fiber and high self cleansing water. So that the pineapple can clean teeth and food residue naturally. This literature study aims to determine the effect of consuming pineapple in reducing index debris. The results of the study based on the literature study of previous studies found that the level of dental and oral hygiene after consuming pineapple fruit was from bad to good criteria.

It is recommended to the public to be more active in maintaining dental and oral health, and using pineapple as an alternative to reduce index debris.

Keywords : Pineapple, Debris Index

Reading List : 14 (2009-2022)