

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPUR
JURUSAN KESEHATAN GIGI
Karya Tulis Ilmiah, 10 Juli 2023

INDAH SARIP FEBRIANI

**EFEKTIVITAS MENGUNYAH BENGKOANG TERHADAP INDEKS
DEBRIS PADA SISWA KELAS V DI SDN 51 KRUI PESISIR BARAT
TAHUN 2023**

xv + 28 halaman, 2 gambar, 9 tabel

ABSTRAK

Bengkoang merupakan buah yang memiliki kandungan air dengan persentase 85,10% dan seratnya 5,49% dari bobot bengkoang tersebut. Buah bengkoang (*Pachyrhizus erosus*) kaya akan berbagai zat gizi seperti vitamin C dan mengandung senyawa yang bersifat antibakteri seperti flavonoid, tannin, kuinon, saponin, alkaloid, dan triterpenoid sehingga efektif digunakan sebagai pembersih alami di dalam rongga mulut. Bengkoang memerlukan pengunyahan yang cukup keras sehingga mampu meningkatkan sekresi saliva dan dapat membersihkan gigi dari sisa-sisa makanan secara alami. Pengunyahan merupakan gerakan yang akan merangsang pengeluaran saliva dengan kandungan anti bakteri, senyawa glikoprotein, kalsium dan fluoride didalamnya. Saliva yang dihasilkan dari gerakan mengunyah dapat menghilangkan debris atau sisa-sisa makanan dan menetralkan zat-zat asam dari sisa makanan yang terdapat pada pit dan fisur permukaan gigi. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Lampung 2018, di kabupaten pesisir barat anak usia 10-14 tahun yang tidak mengonsumsi buah dan sayur ada 8,62%, konsumsi 1-2 porsi ada 68,44%, konsumsi 3-4 porsi ada 17,78%, konsumsi lebih dari 5 porsi ada 5,17%. Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas mengunyah bengkoang terhadap indeks debris pada siswa kelas V di SDN 51 KRUI, Pesisir Barat. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen. Rata-rata debris indeks sebelum mengunyah buah bengkoang adalah 0,88, dan rata-rata sesudah mengunyah buah bengkoang adalah 0,53. Dapat diketahui hasil dari penelitian ini bahwa mengunyah buah bengkoang dapat menurunkan debris indeks.

Kata kunci : Mengunyah, Bengkoang, Indeks Debris

Daftar Bacaan : 17 (2006-2021)

POLYTECHNIC OF HEALTH TANJUNGKARANG
DENTAL HEALTH DEPARTMENT

Scientific Papers, 10 Juli 2023

INDAH SARIP FEBRIANI

**EFFECTIVENESS OF BENGKOANG CHEWING ON DEBRIS INDEX IN
CLASS V STUDENTS AT SDN 51 KRUI PESISIR BARAT IN 2023**

xv + 28 pages, 2 pictures, 9 tables

ABSTRACT

Bengkoang is a fruit that has a water content of 85.10% and 5.49% fiber by weight of the bengkoang. Bengkoang fruit (*Pachyrhizus erosus*) is rich in various nutrients such as vitamin C and contains antibacterial compounds such as flavonoids, tannins, quinones, saponins, alkaloids and triterpenoids so that it is effectively used as a natural cleanser in the oral cavity. Bengkoang requires chewing hard enough so as to increase salivary secretion and can clean teeth from food debris naturally. Chewing is a movement that will stimulate the release of saliva which contains anti-bacterial, glycoprotein compounds, calcium and fluoride in it. Saliva produced from chewing movements can remove debris or food remnants and neutralize acidic substances from food residues that are in the pits and fissures of the tooth surface. Based on the results of the 2018 Lampung Basic Health Research (RISKESDAS), in West Coast districts, children aged 10-14 years who did not consume fruit and vegetables were 8.62%, consumption of 1-2 servings was 68.44%, consumption of 3-4 servings was 17, 78%, consumption of more than 5 servings is 5.17%. The general objective of this study was to determine the effectiveness of chewing bengkoang on the debris index in fifth grade students at SDN 51 KRUI, Pesisir Barat. The type of research used is experimental research. The average debris index before chewing bengkoang fruit was 0,88, and the average after chewing bengkoang fruit was 0,53. It can be seen from the results of this study that chewing bengkoang fruit can reduce index debris.

Key words : Chewing, Bengkoang, Debris Index

Reading List : 17 (2006-2021)