

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

Rina Pransiska

Pengaruh Mengunyah Buah Semangka Terhadap Penurunan Indeks Plak Pada Siswa/i Kelas 4-5 MI Darussalam Tahun 2023.

xii + 28 halaman + 7 tabel, 6 gambar, 19 lampiran

ABSTRAK

Masyarakat Indonesia dalam mengonsumsi buah semangka masih rendah. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik rata-rata konsumsi buah semangka masyarakat Indonesia sebesar 8,57 gram/kapita/hari, namun jumlah tersebut jauh dari batas minimal angka berdasarkan Badan Kesehatan Dunia (WHO) yang menganjurkan konsumsi buah-buahan 150 gram/kapita/hari. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia menyebutkan pada anak usia 10 tahun ke atas kurang mengonsumsi buah ini disebabkan karena kurang disukai anak. Padahal buah sangat penting di konsumsi, terutama untuk anak usia sekolah. Hal ini dapat mengakibatkan terjadinya plak sehingga menurunkan tingkat kepercayaan diri dan menurunnya kesehatan secara umum. Buah semangka memiliki kandungan serat dan air yang dapat menurunkan indeks plak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh mengunyah buah semangka terhadap penurunan indeks plak penelitian ini dilakukan pada siswa/i kelas 4-5 di MI Darussalam. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen dengan desain penelitian One-Group Pretest-Posttest Design. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu Teknik random sampling dengan pengundian dengan jumlah sampel 34 siswa/i. Pengukuran plak menggunakan indeks plak PHP. Data yang diperoleh dari hasil analisis menggunakan uji paired sample T-test menunjukkan terdapat pengaruh dengan hasil Sig. (2-tailed) sebesar 0,000 (<0.05). Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh mengunyah buah semangka terhadap penurunan indeks plak.

Kata kunci: Buah Semangka dan Indeks Plak

Daftar Bacaan: 13 (2010-2021)

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

Rina Pransiska

The Effect of Chewing Watermelon Fruit on Reducing Plaque Index in Class 4-5 MI Darussalam Students in 2023.

xii + 28 pages + 7 tables, 6 figures, 19 appendices

ABSTRAK

Indonesian society in consuming watermelon is still low. Based on data from the Central Bureau of Statistics, the average consumption of watermelon in Indonesia is 8.57 grams/capita/day, but this amount is far from the minimum figure based on the World Health Organization (WHO) which recommends consuming 150 grams/capita/day of fruit. . The results of the Indonesian Basic Health Research (Riskesdas) stated that children aged 10 years and over did not consume this fruit because they did not like it. Even though fruit is very important in consumption, especially for school-age children. This can lead to the formation of plaque, thereby reducing the level of self-confidence and decreasing health in general. Watermelon contains fiber and water which can reduce the plaque index. This study aims to determine the effect of chewing watermelon on reducing plaque index. This research was conducted on students in grades 4-5 at MI Darussalam. The research method used is experimental research with a One-Group Pretest-Posttest Design. The sampling technique used was random sampling technique with a draw with a sample of 34 students. Plaque measurement uses the PHP plaque index. The data obtained from the results of the analysis using the paired sample T-test showed that there was an influence with the results of Sig. (2-tailed) of 0.000 (<0.05). Based on the results of the study it can be concluded that there is an effect of chewing watermelon on reducing plaque index.

Keywords: Watermelon and Plaque Index

Reading List: 13 (2010-2021)