

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan yang perlu diperhatikan selain kesehatan tubuh secara umum, juga kesehatan gigi dan mulut, karena kesehatan gigi dan mulut dapat mempengaruhi kesehatan tubuh secara menyeluruh (Kusumawardani,2011). 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). 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 kalkulus (Nio,1989). Debris adalah lapisan lunak yang terdapat dipermukaan gigi yang terdiri dari bakteri dan sisa makanan yang kita makan (Putri, dkk 2019). Kebersihan gigi dan mulut biasa disebut dengan Oral Hygiene atau OHI-S yang dapat diukur dengan indeks. Data indeks OHI-S masyarakat Indonesia rata-rata adalah 1,46 sedangkan target nasional untuk indeks OHI-S $\leq 1,2$. 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.

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 menyatakan proporsi penduduk indonesia berusia 5 tahun ke atas kurang

mengonsumsi sayuran dan buah-buahan yaitu sebanyak 95,4%. Hal tersebut sangat disayangkan mengingat bahwa memperbanyak konsumsi sayuran dan buah-buahan yang berserat dan berair dapat membantu membersihkan rongga mulut dan merangsang sekresi saliva yang berguna untuk melindungi gigi. Makanan berserat seperti buah dan sayur dapat menjadi *self-cleansing* karena secara tidak langsung dapat menggosok bagian permukaan gigi. Mengunyah makanan yang baik harus menggunakan kedua sisi rahang secara bergantian. Agar proses mengunyah menjadi lebih optimal disarankan untuk mengunyah makanan sebanyak ± 32 kali setiap kali kunyah (Clramatika,2019).

Semangka merupakan buah yang banyak disukai karena rasanya yang manis, mudah di dapat dan merupakan tanaman sumber vitamin, mineral, serat, dan mengandung enzim. Dalam semangka terdapat kadar air yang cukup tinggi yaitu sebesar 90 gr dan terdapat kadar serat sebesar 0,2 gr tiap 100 gr daging buah semangka (Budiana, 2013).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Rafi Lusnanera, dkk pada tahun 2016, tentang Pengaruh Konsumsi Semangka Dalam Menurunkan Indek Debris pada anak usia 8-10 tahun di kecamatan Malalayang kota Manado bahwa menunjukan indeks debris sebelum mengonsumsi buah semangka responden yang berada dalam kategori baik tidak ada (0%), berada dalam kategori sedang 21 responden (55,3%) dan yang berada dalam kategori buruk 17 responden (44,7%) sedangkan sesudah mengonsumsi semangka 23 responden dalam kategori baik (60,5%) dan

dalam kategori sedang 15 responden (39,5%) dan tidak ada responden yang berada dalam kategori buruk.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh RR.Ratnasari Dyah Purnomowati, dkk pada tahun 2016, tentang Perbedaan Semangka dan Mentimun Terhadap Indeks Debris Pada Siswa-Siswi SMA Tri Sukses Natar Lampung Selatan bahwa menunjukan indeks debris sebelum mengonsumsi buah semangka responden yang berada dalam kategori baik 11 responden (73.3%), berada dalam kategori sedang 4 responden (26,7%) dan yang berada dalam kategori buruk 0 responden (0%) sedangkan sesudah mengonsumsi semangka 15 responden dalam kategori baik (100%) dan dalam kategori sedang 0 responden (0%) dan dalam kategori buruk 0 responden (0%).

Sedangkan Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Niko Arinda Putri, dkk tahun 2020, tentang Perbedaan Efektivitas Mengunyah Buah Apel dan Buah Semangka dalam Menurunkan Nilai Debris Indeks bahwa menunjukan indeks debris sebelum mengunyah buah semangka responden yang berada dalam kategori baik tidak ada (0%), berada dalam kategori sedang 4 responden (25 %) dan yang berada dalam kategori buruk 12 responden (75%). Setelah mengunyah buah semangka. Responden yang berada dalam kategori baik 7 responden (43,8%), berada dalam kategori sedang 9 responden (56,2%) dan dalam kategori sedang 0 responden (0%) dan dalam kategori buruk tidak ada (0%).

Berdasarkan dari teori dan data tersebut, maka peneliti tertarik untuk mengetahui “Pengaruh Mengonsumsi Buah Semangka Terhadap Penurunan Debris Indeks”. Masalah tersebut diambil dari hasil-hasil studi terdahulu dan studi literatur.

B. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui pengaruh mengonsumsi buah semangka terhadap penurunan debris indeks.

C. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian kepustakaan ini bersifat deskriptif. Penelitian ini hanya pada aspek yang di bahas yaitu pengaruh mengonsumsi buah semangka terhadap debris indeks. Penelitian ini dilakukan dengan sasaran masyarakat.