

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Masyarakat Indonesia Perlu menjaga kebersihan gigi dan mulut setiap hari. Seseorang dikatakan sehat tidak hanya dari tubuhnya saja tetapi sehat juga di dalam rongga mulut dan gigi. Menjaga kebersihan gigi dan mulut seseorang dapat terhindar dari karies dan penyakit periodontal. Karies dan penyakit periodontal masih menjadi masalah yang serius dalam kesehatan gigi dan mulut khususnya anak muda Indonesia. Karies terjadi akibat dari tumpukan kalkulus yang disebabkan oleh sisa makanan yang mengendap dan menjadi debris. Kebersihan rongga mulut dapat dilihat dengan ada tidaknya deposit organik, seperti sisa makanan, plak gigi, dan kalkulus. Kebersihan gigi dan mulut tidak lepas dari penilaian debris di dalam rongga mulut. Angka debris dipengaruhi oleh jenis makanan yang dikonsumsi seseorang. Kurangnya mengonsumsi buah-buahan berserat, berair salah satu faktor kebersihan dalam rongga mulut.

Masyarakat Indonesia kurang mengonsumsi buah-buahan setiap harinya. Pada provinsi Lampung hanya 6,20% yang mengonsumsi buah 5 porsi setiap hari dan pada usia 15-19 tahun 5,35% yang mengonsumsi buah 5 porsi setiap hari. Penduduk dikategorikan cukup konsumsi sayur dan buah apabila mengonsumsi minimal 5 porsi per hari dalam seminggu ( Riskesdas 2018 . Berdasarkan Badan Kesehatan Dunia (WHO) dalam ( kementerian koordinator bidang perekonomian republik Indonesia tahun 2022 ) yang merekomendasikan konsumsi buah sebesar 150 gram/kapita/hari atau setara 2-3 porsi, atau se rata – rata konsumsi buah masyarakat Indonesia sebesar 81,14 gram/kapita/hari ( BPS, 2021) . jumlah tersebut hanya 54,09% dari batas minimal angka kecukupan gizi, badan kesehatan Dunia ( WHO ).

Masyarakat mengonsumsi buah-buahan dapat berdampak pada kesehatan gigi dan mulut. Mengonsumsi buah-buahan dapat membantu proses pembersihan alami gigi, sehingga dapat mengurangi luas permukaan plak, menurunkan skor debris indeks dan akhirnya mencegah terjadinya karies. Sebaliknya, jika tidak mengonsumsi buah-buahan, risiko yang muncul adalah peningkatan indeks debris, risiko gigi berlubang yang lebih tinggi, penurunan kesehatan mulut, dan bau mulut

Masyarakat mengonsumsi buah-buahan sebagai solusi pada kesehatan gigi dan mulut. Buah-buahan memiliki kandungan air dan serat yang cukup tinggi yang artinya bisa menjadi solusi untuk pembersihan alami sebagai selfcleansing. Solusi lain agar masyarakat mengonsumsi buah-buahan yaitu mencakup edukasi dan kesadaran kesehatan yang menekankan dan menjelaskan bahwa mengonsumsi buah-buahan itu penting, menyediakan buah-buahan dalam bentuk yang mudah dikonsumsi seperti buah potong atau kemasan agar masyarakat mengonsumsi buah-buahan. Oleh karena itu masyarakat harus tetap menjaga kebersihan gigi dengan mengonsumsi dan mengunyah buah berair dan berserat seperti nanas, pir, apel, stroberi, pepaya, semangka dan bengkuang. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan buah pepaya dan bengkuang.

Buah Pepaya dan Bengkoang mempunyai kadar serat dan air yang tinggi, kadar air pada buah pepaya 87g dan serat 1,6g dan pada bengkoang memiliki air 85,1g dan serat 4,9g. Kandungan air pada kedua buah ini dapat menjadi selfcleansing alami pada gigi dan membantu menjaga tubuh tetap terhidrasi. Selain itu, serat pada kedua buah ini juga dapat membantu menjadi pembersih alami pada gigi dan bermanfaat bagi kesehatan pencernaan.

Usia 15-19 tahun kurang mengonsumsi buah setiap hari. Hasil data RISKESDAS 2018 Lampung menunjukkan, kelompok usia 15-19 tahun yang tidak mengonsumsi buah dan sayuran sebanyak 7,82%, yang mengonsumsi 1-2 porsi 67,32% dan 3-4 19,51%. Rata-rata mahasiswa/I tingkat 1 berusia 17-19 tahun dimana masuk ke dalam kelompok usia 15-19 tahun, kurang mengonsumsi buah apabila mengonsumsi minimal 5 porsi per hari dalam seminggu (RISKESDAS 2018). Selain itu untuk melihat mahasiswa/i memiliki pengetahuan tentang kebersihan gigi dan mulut sesuai dengan kondisi kebersihan gigi dan mulut yang baik, selain itu fasilitas dan dukungan melakukan penelitian memadai.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perbandingan mengunyah buah pepaya dan bengkoang terhadap penurunan debris indeks. Dengan mengetahui perbandingan mengunyah buah pepaya dan bengkoang dapat mengatasi masalah kurangnya masyarakat dalam mengonsumsi buah-buahan sebagai selfcleansing untuk menurunkan debris indeks. Berdasarkan penjelasan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul **“Perbandingan mengunyah buah pepaya dan bengkoang terhadap penurunan debris indeks pada mahasiswa/i tingkat 1 jurusan kesehatan gigi tanjung karang”**.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “ **Perbandingan mengunyah buah papaya dan bengkoang terhadap penurunan debris index pada mahasiswa/i tingkat 1 jurusan kesehatan gigi tanjung karang 2024** ”

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Adapun tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbandingan mengunyah buah papaya dan bengkoang pada penurunan debris index pada mahasiswa/i tingkat 1 jurusan kesehatan gigi tanjung karang, tahun 2024

### 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui rata-rata kriteria debris indeks sebelum dan sesudah mengunyah buah papaya
- b. Untuk mengetahui rata-rata kriteria debris indeks sebelum dan sesudah mengunyah bengkoang
- c. Untuk mengetahui hasil Perbandingan mengunyah buah papaya dan bengkoang pada penurunan debris indeks

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoritis

Manfaat dari penelitian ini diharapkan menjadi masukan dan sebagai data dasar melakukan penelitian terutama dalam jurusan kesehatan gigi, mengatasi masalah tentang kurangnya mengkonsumsi buah buahan pada masyarakat serta menjadi informasi dalam memberikan referensi tentang perbandingan mengunyah buah papaya dan bengkoang terhadap penurunan debris indeks, sehingga dapat digunakan sebagai data dalam penelitian selanjutnya.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi peneliti

Menambah wawasan peneliti tentang perbandingan buah papaya dan buah bengkoang dalam penurunan debris indeks dan dapat mengatasi masalah kurangnya mengkonsumsi buah buahan pada masyarakat.

#### b. Bagi Responden

Untuk meningkatkan kebersihan gigi serta menurunkan debris indeks dengan cara mengunyah buah papaya dan buah bengkoang.

c. Bagi Jurusan Kesehatan Gigi

Sebagai bahan informasi dan bahan bacaan di perpustakaan jurusan kesehatan gigi politeknik kesehatan tanjung karang.

**E. Ruang lingkup**

Penelitian ini bersifat eksperimen yang bertujuan untuk mengetahui perbandingan mengunyah buah papaya dan bengkoang pada penurunan debris index. Penelitian ini dilakukan dengan sasaran mahasiswa/i tingkat 1 jurusan kesehatan gigi tanjung karang.