

Pengaruh Penyuluhan Tentang Bahaya Makanan Kariogenik Bagi Kesehatan Gigi dan Mulut Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswa SMK

Putri Raisah^{a,1*}, Siti Fatimah^{b,2}

^a Universitas Abulyatama, Jl. Blang Bintang Lama Km 8,5 Lampoh Keude, Aceh Besar 23372

^b Poltekkes Kemenkes Bandung, Jalan Prof. Eyckman No.40, Kota Bandung 40161

¹ putriraisah_fkm@abulyatama.ac.id*; ² sitifatimah.jkg@gmail.com

* korespondensi penulis : putriraisah_fkm@abulyatama.ac.id

Informasi artikel	ABSTRAK
Sejarah artikel: Diterima: Juli 2023 Revisi : Juli 2023 Dipublikasikan: Oktober 2023	Pendahuluan: Salah satu penyebab timbulnya masalah kesehatan gigi dan mulut pada siswa adalah kurangnya pengetahuan mengenai pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut. Rata-rata pengetahuan siswa kelas III di SMK Negeri I Al Mubarkeya Aceh Besar mengenai pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut dalam kategori kurang. Untuk meningkatkan pengetahuan perlu diberikan suatu pendidikan, salah satunya dengan penyuluhan. Tujuan: untuk mengetahui pengaruh penyuluhan tentang bahaya makanan kariogenik bagi kesehatan gigi dan mulut terhadap tingkat pengetahuan siswa di SMK Negeri I Al Mubarkeya Aceh Besar. Metode: Jenis penelitian ini adalah quasi experiment menggunakan rancangan penelitian <i>pretest and posttest group design</i> pada siswa kelas III SMK Negeri I Al Mubarkeya Aceh Besar. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner. Adapun teknik analisis data menggunakan uji <i>paired sample t-test</i> . Hasil: menunjukkan bahwa ada pengaruh penyuluhan tentang bahaya makanan kariogenik bagi kesehatan gigi dan mulut terhadap tingkat pengetahuan siswa di SMK Negeri I Al Mubarkeya Aceh Besar. Kesimpulan: Terjadi peningkatan pengetahuan siswa setelah diberikan penyuluhan tentang bahaya makanan kariogenik bagi kesehatan gigi dan mulut.
Kata kunci: Penyuluhan Makanan Kariogenik Kesehatan Gigi Pengetahuan	

Key word:
Counseling
Karyogenic Food
Dental Health
Knowledge



ABSTRACT

Introduction: One of the causes of dental and oral health problems in students is a lack of knowledge about the importance of maintaining oral and dental health. The average knowledge of grade III students at SMK Negeri I Al Mubarkeya Aceh Besar regarding the maintenance of dental and oral health is in the less category. To increase knowledge, it is necessary to provide an education, one of which is counseling. **Objectives:** to determine the effect of counseling on the dangers of cariogenic foods for dental and oral health on the level of knowledge of students at SMK Negeri I Al Mubarkeya Aceh Besar. **Method:** an quasi experiment using pretest and posttest group design research design on grade III students of SMK Negeri I Al Mubarkeya Aceh Besar. The data collection instrument used is a questionnaire. The data analysis technique uses paired sample t-test. **Results:** there was an influence of counseling on the dangers of cariogenic foods for dental and oral health on the level of knowledge of students at SMK Negeri I Al Mubarkeya Aceh Besar. **Conclusion:** There was an increase in students' knowledge after being given counseling about the dangers of cariogenic foods for oral and dental health.

This is an open access article under the CC-BY-SA license.



Pendahuluan

Kesehatan gigi dan mulut merupakan bagian dari kesehatan tubuh yang tidak dapat dipisahkan satu dengan yang lainnya sebab kesehatan gigi dan mulut akan mempengaruhi kesehatan tubuh keseluruhan. Mulut yang sehat memungkinkan individu untuk berbicara, makan dan bersosialisasi tanpa mengalami rasa sakit, rasa tidak nyaman, maupun rasa malu.¹ Gigi merupakan salah satu bagian tubuh yang berfungsi untuk mengunyah, berbicara dan mempertahankan bentuk muka.² Mengingat kegunaannya yang sedemikian maka penting untuk menjaga kesehatan gigi sedini mungkin agar dapat bertahan lama dalam rongga mulut. Saat ini, gigi merupakan hal yang mulai diprioritaskan. Hal ini terbukti dengan semakin meningkat dan berkembangnya *dental aesthetics* atau perawatan estetika gigi mulai dari penggunaan behel gigi, penambalan gigi berlubang, pemutihan warna gigi sampai dengan operasi gigi dan gusi. Di sisi lain, hal ini membuktikan bahwa masalah gigi saat ini juga sangat tinggi.³

Kebiasaan makan yang salah pada anak sekolah sering terjadi, seperti kebiasaan mengkonsumsi makanan jajanan secara berlebihan. Makanan jajanan yang sering dikonsumsi anak sekolah banyak bersifat kariogenik seperti makanan yang manis dan lengket dan makanan yang berbentuk menarik. Efek buruk dari seringnya mengkonsumsi makanan manis atau kariogenik yaitu terhadap kesehatan gigi. Hal ini disebabkan karena makanan kariogenik mempunyai kecenderungan melekat pada permukaan gigi. Bila hal ini terjadi maka dapat menyebabkan karies gigi.⁴

Karies gigi atau gigi berlubang merupakan suatu penyakit pada jaringan karies gigi yang ditandai oleh rusaknya email dan dentin disebabkan oleh aktivitas metabolisme bakteri dalam plak yang menyebabkan terjadinya demineralisasi akibat interaksi antar produk-produk mikroorganisme, ludah dan bagian-bagian yang berasal dari makanan dan email. Penyakit yang sering terjadi pada anak sekolah adalah salah satunya penyakit gigi dan mulut yaitu karies gigi yang merupakan suatu kerusakan jaringan keras gigi yang bersifat kronis dan disebabkan oleh aktivitas jasad renik yang mengakibatkan terjadinya karies gigi.

Penyakit ini merusak struktur gigi dan menyebabkan gigi berlubang. Dan penyakit ini dapat menyebabkan komplikasi antara lain peradangan dan abses.⁵ Sebaiknya menghindari makanan dan minuman yang mengandung bahan kariogenik yaitu makanan atau minuman yang mengandung gula atau sukrosa dan makanan yang sifatnya lunak dan mudah melekat pada gigi (coklat, biskuit, dll) karena dapat menyebabkan demineralisasi lapisan email. Makanan yang manis-manis jika lama tertinggal didalam mulut akan merusak gigi namun semua itu dapat dicegah dengan cara menggosok gigi secara teratur atau dengan cara berkumur air putih setelah mengkonsumsi makanan yang manis.⁶

Strategi untuk mencapai Indonesia bebas karies 2030 dengan meningkatkan upaya promotif dan preventif pelayanan kesehatan gigi dan mulut. Upaya peningkatan kesehatan gigi dan mulut adalah berbagai kegiatan yang dilakukan secara serentak, teratur dan berkelanjutan untuk memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan gigi mulut masyarakat, salah satunya dengan memberikan penyuluhan. Penyuluhan adalah bentuk usaha pemberian informasi yang akan meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang objek tertentu.⁷ Pengetahuan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat sehingga dapat berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimiliki. Upaya peningkatan kesehatan gigi dan mulut harus dilakukan sejak usia dini, remaja, dewasa maupun usia lanjut. Masa remaja merupakan masa yang penting karena terjadi perkembangan intelektual, sosial, emosional dan kognitif.⁸ Remaja mempunyai tingkat kesadaran yang lebih tinggi dari pada anak-anak sehingga remaja dapat menjadi target penyuluhan yang tepat, sudah mampu berpikir secara efektif dan sistematis.⁴

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan tentang bahaya makanan kariogenik bagi kesehatan gigi dan mulut terhadap tingkat pengetahuan siswa di SMK Negeri I Al Mubarakya Aceh Besar.

Metode

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen dengan desain *pretest and posttest group design*. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik sampling jenuh yaitu teknik sampling jika semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Teknik sampling jenuh dilakukan jika jumlah populasi kurang dari 30.⁹ Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas III SMK Negeri I Al Mubarakya Aceh Besar dengan jumlah sampel 30 siswa. Alat ukur penelitian ini menggunakan kuesioner dan lembar observasi. Persiapan penelitian yang meliputi perizinan dari fakultas, perizinan dari SMK Negeri I Al Mubarakya

Aceh Besar, persiapan siswa kelas III SMK Negeri I Al Mubarkeya Aceh Besar, persiapan lembar persetujuan responden, lembar kuesioner penelitian, dan persiapan tempat. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji *paired sample t-test*.

Hasil

Penelitian yang telah dilaksanakan pada 2 sampai dengan 16 Februari 2023 pada siswa kelas III SMK Negeri I Al Mubarkeya Aceh Besar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan tentang bahaya makanan kariogenik bagi kesehatan gigi dan mulut terhadap tingkat pengetahuan siswa di SMK Negeri I Al Mubarkeya Aceh Besar.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Variabel Penelitian

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	2	6,7
Perempuan	28	93,3
Usia		
15 tahun	18	60,0
16 tahun	11	36,7
17 tahun	1	3,3
Pengetahuan (<i>pre-test</i>)		
Baik	20	66,7
Kurang Baik	10	33,3
Pengetahuan (<i>post-test</i>)		
Baik	29	96,7
Kurang Baik	1	3,3
Total	30	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa siswa SMK Negeri I Al Mubarkeya Aceh Besar yang berpartisipasi dalam penelitian ini didominasi oleh siswa berjenis kelamin perempuan (93,3 %) dengan mayoritas usia 15 tahun (60 %). Hasil *pre-test* pengetahuan tentang bahaya makanan kariogenik bagi kesehatan gigi dan mulut menunjukkan bahwa sebanyak 20 siswa (66,7 %) memiliki pengetahuan dengan kategori baik dan 10 siswa (33,3 %) memiliki pengetahuan dengan kategori kurang baik. Setelah diberikan penyuluhan tentang bahaya makanan kariogenik bagi kesehatan gigi dan mulut, hasil *post-test* menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan pada siswa, dimana terdapat 29 siswa (96,7 %) memiliki pengetahuan dengan kategori baik dan 1 siswa (3,3 %) memiliki pengetahuan dengan kategori kurang baik.

Tabel 2. Hasil Uji Statistik *Paired T-Test*

Variabel	Mean±SD	t	Sig.
Pengetahuan (<i>pre-test</i>)	6,57 ± 1,547	- 4,807	0,000
Pengetahuan (<i>post-test</i>)	8,00 ± 1,083		

Berdasarkan tabel 2 hasil uji statistik *Paired T-Test* menunjukkan bahwa ada pengaruh penyuluhan tentang bahaya makanan kariogenik bagi kesehatan gigi dan mulut terhadap tingkat pengetahuan siswa ($p\text{-value } 0,000 \leq \alpha 0,05$), dimana nilai t diperoleh sebesar - 4,807 yang mengindikasikan bahwa sebelum diberikan penyuluhan (*pre-test*) siswa memiliki rerata pengetahuan yang lebih rendah jika dibandingkan dengan rerata pengetahuan setelah diberikan penyuluhan (*post-test*).

Pembahasan

Adanya pengaruh yang signifikan dalam penelitian ini kemungkinan karena materi yang disampaikan telah mengarah ke tema spesifik yaitu tentang bahaya makanan kariogenik. Materi ini mungkin dianggap menarik bagi para siswa karena istilah “kariogenik” sendiri masih kurang dikenal oleh masyarakat awam. Individu cenderung akan secara sukarela mempelajari hal baru yang membuatnya penasaran, terlebih lagi apabila media yang digunakan menarik dan materi yang disampaikan sesuai dengan kebutuhan individu tersebut.^{10,11}

Pada hasil *pre-test* dan *post-test* didapatkan pengetahuan siswa sebelum dan setelah penyuluhan tentang bahaya makanan kariogenik lebih mayoritas berada dalam kategori baik. Hasil ini kemungkinan disebabkan karena siswa sudah pernah terpapar informasi mengenai makanan kariogenik sebelumnya, sehingga penyuluhan yang diberikan pada saat penelitian berfungsi sebagai pemicu *recall* dari informasi kesehatan gigi dan mulut yang pernah didapat. Sumber informasi yang diperoleh siswa dapat berasal dari lingkungan sekitar maupun pemanfaatan teknologi digital yang dilakukan oleh siswa sendiri. Hasil ini didukung oleh penelitian Husna dan Prasko¹² yang menyatakan pemberian penyuluhan terbukti efektif meningkatkan pengetahuan kesehatan gigi dan mulut siswa. Penelitian lainnya yang sejalan dengan penelitian ini dilakukan oleh Yusuf dan Lubis³, dimana pemberian penyuluhan tentang makanan kariogenik secara signifikan dapat meningkatkan pengetahuan kesehatan gigi dan mulut pada siswa penderita karies gigi.

Sari et.al.¹³ menyatakan pengetahuan kesehatan gigi dapat dipengaruhi oleh lingkungan tempat tinggal siswa, dimana orang tua ataupun teman sebaya dapat berperan sebagai penerus informasi kesehatan gigi dan mulut kepada siswa remaja. Selain itu, dukungan kemajuan teknologi digital juga memegang peranan besar apabila dimanfaatkan dengan benar. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia¹⁴ mengemukakan bahwa remaja merupakan salah satu kelompok pengakses teknologi informasi digital tertinggi di Indonesia. Tao et.al¹⁵ menyatakan pemanfaatan teknologi digital seperti internet dan media sosial dapat menjadi sumber informasi bagi masyarakat untuk memperoleh pengetahuan kesehatan gigi dan mulut secara *update*. Namun, agar tidak salah dalam mengambil informasi maka individu dituntut untuk dapat memilih dengan teliti penyedia sumber informasi kesehatan yang resmi dan terpercaya yang berasal dari tenaga profesional kesehatan berlisensi.

Kesimpulan

Penyuluhan tentang bahaya makanan kariogenik bagi kesehatan gigi dan mulut memiliki pengaruh terhadap tingkat pengetahuan siswa di SMK Negeri I Al Mubarakya Aceh Besar, disertai dengan meningkatnya pengetahuan siswa. Pada penelitian selanjutnya perlu diberikan penyuluhan tentang materi kesehatan gigi dan mulut lainnya, agar pengetahuan pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut siswa menjadi lebih luas dan lengkap. Selain itu, penggunaan metode dan media yang menarik juga perlu dipertimbangkan berdasarkan jumlah subjek penelitian yang bersedia sebagai partisipan.

Referensi

1. Raisah, P., Amalia, R., Priyono, B. (2021). Comparison Between School And Home-Based Dental Health Promotion In Improving Knowledge, Parental Attitude and Dental Health Of Children With Mild Disabilities. *Dent J*, 54(1):25–30. 10.20473/j.djmk.v54.i1.p25-30
2. Budiarti R. (2013). *Kesehatan Gigi pda Masyarakat Muslim*. Bandung: Pustaka Aura Semesta. ISBN: 978-602- 1523-05-6
3. Yusuf, S. F., & Lubis, J. (2022). Pengaruh Penyuluhan Tentang Makanan Kariogenik Dengan Metode Ceramah Dan Diskusi Terhadap Pengetahuan Anak Anak Penderita Karies Gigi Di SDN 200208 Kecamatan Padang Sidimpuan Selatan. *Jurnal Education and Development*, 10(2), 671–676.
4. Basyar, R.N., Andira, A.D., Mardhiyah, L., Aliyyah, A.F., Alwi Aryusya Thamrin, A.A. (2022). Pengaruh Penyuluhan Terhadap Tingkat Pengetahuan Kesehatan Gigi dan Mulut Siswa Sdit Al-Fityah. *MARTABE: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(9), 3394-3400. DOI: 10.31604/jpm.v5i9.3394-3400
5. Jannah, P. A., Kiswaluyo, K., & Hadnyanawati, H. (2022). Pengaruh Penyuluhan terhadap Pengetahuan Kesehatan Gigi dan Mulut Santri MTs Kelas IX di Pondok Pesantren Nurul Jadid dan Al-Izza Situbondo. *Pustaka Kesehatan*, 10(1), 36- 45.
6. Salsa, D. T., Isnanto, I., & Hidayati, S. (2022). Pengetahuan Pemeliharaan Kesehatan Gigi dan Mulut Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Menggunakan Media Ular Tangga (Studi pada siswa kelas IV SD Islam An-Nur Surabaya tahun 2022). *Jurnal Ilmiah Keperawatan Gigi*, 3(2), 262- 271.
7. Diananda. (2018). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1). DOI: <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
8. Zaini, M. (2018). Pendidikan Remaja dalam Perspektif Psikologi Pendidikan. *EL-BANAT: Jurnal Pemikiran dan Pendidikan Islam*, 8(1).
9. Masturoh, I dan Anggita, N. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Badan Pengembangan dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan.
10. Govender, R., Taylor, S. A., Smith, C. H., & Gardner, B. (2019). Helping patients with head and neck cancer understand dysphagia: Exploring the use of video-animation. *American Journal of Speech-Language Pathology*, 28(2), 697–705. https://doi.org/10.1044/2018_AJSLP-18-0184
11. Romantika, I. W., Lusmilasari, L., Prabandari, Y. S., & Syahrul, S. (2020). Application of video-based health education in improving mother’s knowledge and attitudes about behavioral problems among preschool children. *Enfermeria Clinica*, 30, 172–176. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.07.071>
12. Husna, N., & Prasko, P. (2019). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Gigi Dengan Menggunakan Media Busy Book Terhadap Tingkat Pengetahuan Kesehatan Gigi Dan Mulut. *Jurnal Kesehatan*

Gigi, 6(1), 51. <https://doi.org/10.31983/jkg.v6i1.4408>

13. Sari, R. P., Elianora, D., & Bakar, A. (2019). Perbandingan Efektivitas Penyuluhan Dengan Video Dan Animasi Tentang Makanan Kariogenik Terhadap Pengetahuan Siswa Kelas Iv Di Sdn 027Sungai Sapih Kec. Kuranji, Padang. *B-Dent, Jurnal Kedokteran Gigi Universitas Baiturrahmah*, 4(2), 117–125. <https://doi.org/10.33854/jbdjbd.103>
14. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (2018). Potret Zaman Now Pengguna & Perilaku Internet Indonesia! *APJII*, 1–2. <https://apjii.or.id/gudang-data/hasil-survei>
15. Tao, Z., Chu, G., Mcgrath, C., & Hua, F. (2020). Nature and Diffusion of COVID-19 – related Oral Health Information on Chinese Social Media: Analysis of Tweets on Weibo Corresponding Author: Related Articles: *Journal Of Medical Internet Research*, 22, 1–14. <https://doi.org/10.2196/19981>