

GAMBARAN POLA KONSUMSI MAKANAN KARIOGENIK PADA ANAK KELAS V DI SDN 071 SUKAGALIH

Maidartati¹, Nurul Iklima², Herlina Rosmayanti³

¹Universitas Adhirajasa Reswara Sanjaya, maidartati@ars.ac.id

²Universitas Adhirajasa Reswara Sanjaya, nurul@ars.ac.id

³Universitas Adhirajasa Reswara Sanjaya, hrosmayanti58@gmail.com

ABSTRAK

Anak usia sekolah dasar cenderung lebih banyak jajan dibandingkan dengan mengkonsumsi makanan yang sehat. Dengan banyaknya jajan, orang tua tidak dapat mengontrol apa yang dikonsumsi oleh anaknya seperti halnya makanan kariogenik. Dampak dari konsumsi makanan kariogenik yang berlebihan menyebabkan karies gigi pada anak. Karies gigi adalah kerusakan pada gigi akibat demineralisasi jaringan keras seperti enamel, dentin, dan sementum yang disebabkan oleh banyak faktor yaitu mikroorganisme, gigi, waktu, dan pola makan kariogenik pada anak kelas V SDN 071 Sukagalih. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi gambaran pola konsumsi makanan kariogenik. Metode penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan cross-sectional. Populasi pada penelitian ini adalah siswa/siswi kelas V SDN 071 Sukagalih sampel yang digunakan sebanyak 43 anak. Teknik sampling pada penelitian ini adalah purposive sampling. Analisa data menggunakan analisis univariat menggunakan rumus persentase. Hasil penelitian ini yaitu sebagian besar (69,8 %) atau 30 anak berjenis kelamin laki-laki, sebagian besar (69,8 %) atau 30 anak berusia 11 tahun, dan sebagian besar (65,1%) atau sebanyak 28 anak mempunyai pola konsumsi makanan kariogenik yang kurang baik. Dari hasil penelitian pola konsumsi makanan kariogenik masih kurang baik diharapkan orang tua lebih memperhatikan kebiasaan makan anak disekolah dan bagi guru dan pihak UKS bisa memberikan edukasi pada anak usia sekolah dasar mengenai dampak mengkonsumsi makanan kariogenik.

Kata kunci : Anak Sekolah dasar, Makanan kariogenik, Pola Konsumsi

ABSTRACT

Elementary school age children tend to snack more than they consume healthy food. With so many snacks, parents cannot control what their children consume like cariogenic foods. The impact of excessive consumption of cariogenic foods causes dental caries in children. Dental caries is damage to teeth due to demineralization of hard tissue such as enamel, dentin and cementum which is caused by many factors, namely microorganisms, teeth, time and cariogenic diet in class V children at SDN 071 Sukagalih. The aim of this research is to identify patterns of consumption of cariogenic foods. This research method uses a descriptive method with an approach cross-sectional. The population in this study were class V students at SDN 071 Sukagalih. The sample used was 43 children. The sampling technique in this research is purposive sampling. Data analysis uses univariate analysis using the percentage formula. The results of this study were that the majority (69.8%) or 30 children were male, the majority (69.8%) or 30 children were 11 years old, and the majority (65.1%) or 28 children had poor cariogenic food consumption patterns. From the research results, consumption patterns of cariogenic foods are still not good. It is hoped that parents will pay more attention to their children's eating habits at school and that teachers and UKS can provide education to elementary school age children about the impact of consuming cariogenic foods.

Keywords: Elementary school children, cariogenic foods, consumption patterns

PENDAHULUAN

Menurut Hasil Laporan Status Kesehatan Mulut Global *World Health Organization* (WHO) tahun 2022 memperkirakan bahwa orang yang menderita penyakit mulut hampir 3,5 miliar orang diseluruh dunia, diperkirakan 2 miliar orang yang menderita karies gigi dan 514 juta anak menderita karies gigi sulung. Seseorang yang mempunyai masalah pada gigi dan mulut cenderung tidak nafsu makan karena terasa sakit sehingga, dapat menyebabkan menurunnya asupan nutrisi kedalam tubuh. Penyakit gigi dan mulut yang paling sering muncul ialah karies gigi. Karies gigi dapat dialami oleh setiap orang dan dapat timbul pada satu permukaan gigi atau lebih serta dapat meluas ke bagian yang lebih dalam misalnya ke email, dentin atau pulpa (Tarigan, 2013 dalam Agnes & Frisca 2020).

Masalah gigi sangatlah penting bagi anak jika tidak segera ditangani ada beberapa dampak negatif dari karies gigi yang mempengaruhi kualitas hidup anak, dampak yang paling banyak ialah rasa sakit dan nyeri secara terus menerus sehingga anak menjadi sulit makan. Jika rasa sakit tersebut terjadi dalam jangka waktu yang panjang maka dapat mengakibatkan anak kekurangan nutrisi, selain itu anak juga sering kali mengalami kesulitan tidur sehingga anak menjadi kurang berkonsentrasi. (Velya, Susi, & Desy 2020). Selain dampak karies gigi, ada faktor yang menyebabkan karies gigi menurut Ramayanti & Purnakarya (2013) dalam Rizqi (2021) yaitu mikroorganisme, gigi (Host), waktu, makanan. Dalam penelitian tersebut menunjukkan bahwa makanan adalah faktor paling mempengaruhi terjadinya karies gigi apalagi jika makanan tersebut bersifat asam atau kariogenik. Menurut *World Health Organization* (WHO) bahwa membatasi konsumsi makanan kariogenik merupakan hal yang harus dilakukan untuk mengurangi kejadian karies gigi pada siswa. Anak usia sekolah dasar cenderung lebih banyak jajan dari pada mengkonsumsi makanan karena

orang tua tidak dapat mengontrol secara langsung apa yang anaknya beli, seperti halnya makanan kariogenik (Negro, 2018 dalam Pemberinitia, 2019).

Makanan kariogenik adalah makanan yang mempunyai tekstur lunak dan lengket yang dengan mudahnya dapat menempel pada permukaan maupun sela-sela gigi (Agnes & Frisca 2020). Makanan kariogenik merupakan makanan fermentasi karbohidrat hal ini dapat memicu proses penurunan pH plak menjadi 5,5 dan inilah yang merangsang terjadinya karies gigi. Pada makanan jenis ini mengandung bakteri *streptococcus mutans* jika berada dalam mulut 30 sampai 60 menit dapat terjadi penebalan plak. Bakteri tersebut mengubah sukrosa menjadi asam, asam yang berada dipermukaan gigi pada awalnya menimbulkan noda hitam jika dibiarkan terlalu lama akan terus mengikis permukaan sehingga terjadi lah lubang pada gigi (Pemberinitia, 2019).

KAJIAN LITERATUR

Karies gigi adalah infeksi yang menyebabkan kerusakan pada gigi atau rongga, biasanya berasal dari bakteri, bakteri ini menyebabkan demineralisasi jaringan keras seperti enamel, dentin dan sementum. Perusakan materi organik gigi karena produksi asam disebabkan oleh kumpulan dari sisa-sisa makanan yang menempel pada permukaan gigi. Jaringan semakin rusak dan bisa menyebabkan gigi berlubang jika demineralisasi melebihi air liur dan ada faktor remineralisasi lain seperti kalsium dan pasta gigi fluoride. Ada 2 bakteri yang membuat gigi berlubang yaitu *Streptococcus mutans* dan *Lactobacillus*. Jika tidak segera diatasi akan menyebabkan rasa sakit yang hebat bahkan kehilangan gigi (Hongini, 2017).

Pencegahan karies gigi pada dasarnya bertujuan untuk mengurangi jumlah bakteri kariogenik dan menciptakan keadaan yang kondusif untuk proses remineralisasi. Makanan kariogenik boleh dikonsumsi dengan pola atau cara yang baik, pola konsumsi makanan kariogenik yang baik yaitu Pola

konsumsi makanan kariogenik meliputi, frekuensi, mengkonsumsi dan waktu mengkonsumsi. Frekuensi makan kariogenik maksimal 4 kali dalam seminggu. Cara konsumsi makanan kariogenik langsung ditelan dan tidak membiarkan makanan tersebut lama lama dimulut lebih baik lagi jika sang anak langsung menyikat gigi. Waktu untuk mengkonsumsi makanan kariogenik yang baik adalah kurang dari 20 menit (Rizqi, 2021).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah menggunakan metode deskriptif, yaitu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk membuat gambaran atau deskripsi tentang suatu keadaan secara objektif melalui data sample dan populasi sebagaimana mestinya, tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum. Sementara itu, pendekatan *cross-sectional* adalah studi di mana pengumpulan data dan observasi setiap subjek dilakukan hanya pada satu titik waktu (Nursalam, 2019). Dalam penelitian ini yang menjadi populasi sebanyak 83 anak SDN 071 Sukagalih Kecamatan Sukajadi. 10 responden digunakan untuk studi pendahuluan, 30 responden digunakan untuk uji validitas dan reabilitas, dan 43 responden dijadikan sampel dalam penelitian ini. Teknik sampling pada penelitian ini adalah *purposive sampling*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dan usia (N=43)

No	Parameter	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin			
1	Laki-laki	30	69,8 %
	Perempuan	13	30,2 %
Total		43	100%
Usia			

2	10 Tahun	13	30,2 %
	11 Tahun	30	69,8 %
Total		43	100%

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa karakteristik responden penelitian ini berdasarkan jenis kelamin menunjukkan sebagian besar responden laki-laki yang berjumlah 30 orang (69,8 %). Berdasarkan usia dapat diketahui bahwa sebagian besar responden berusia 11 tahun berjumlah 30 orang (69,8 %).

Tabel 2. Distribusi Pola konsumsi makanan kariogenik (N=43)

No	Parameter	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	14	32,6 %
2	Kurang Baik	28	65,1%
Total		43	100%

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa pola konsumsi makanan kariogenik pada penelitian ini menunjukkan sebagian besar sebanyak 28 responden (65,1%) memiliki pola konsumsi makanan kariogenik yang kurang baik. Dan hampir setengahnya sebanyak 14 responden (32,6%) memiliki pola konsumsi makanan kariogenik yang baik.

Tabel 3. Crosstab Pola Konsumsi Makanan Kariogenik Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia (n=43)

Jenis Kelamin	Baik	Kurang Baik	
Laki-laki	11	19	
Perempuan	4	9	
Total	15	28	43
Usia	Baik	Kurang Baik	
10 Tahun	7	6	
11 Tahun	8	22	
Total	15	28	43

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa pola konsumsi makanan kariogenik pada penelitian ini berdasarkan jenis kelamin menunjukkan sebagian besar laki-laki yang berjumlah 19 orang (67,8 %). Sedangkan berdasarkan usia dapat

diketahui bahwa sebagian besar responden berusia 11 tahun berjumlah 22 responden (78,9%).

PEMBAHASAN

Gambaran Pola Konsumsi Makanan Kariogenik

Hasil penelitian (65,1 %) menunjukkan bahwa siswa kelas V SDN 071 Sukagalih mempunyai pola konsumsi makanan kariogenik yang kurang baik. Sejalan dengan penelitian Rizqi (2021) Sebagian besar (57,6%) tingkat pola makan kariogenik masih tergolong kurang baik.

Konsumsi makanan kariogenik yang tinggi dikarenakan jumlah anak yang lebih banyak menyukai camilan manis yang dikemas dengan indah menarik. Makanan karsinogenik yang mengandung sukrosa Merupakan jenis gula dengan tingkat asam tertinggi. Mengonsumsi makanan penyebab kanker dapat mengubah kesehatan mulut menjadi asam, yang dapat merusak enamel gigi dan menyebabkan kerusakan gigi (Agnes & Frisca, 2020).

Menurut Honggisi (2013) Makanan penyebab karies masuk ke rongga mulut dengan cepat mengurangi pH plak ke kondisi asam seiring waktu 1 hingga 3 menit. Kondisi asam akan berlangsung 30-60 menit dan 51 Mengaktifkan demineralisasi email. tentu saja, Rongga mulut juga akan melakukan remineralisasi pada kelenjar ludah mengontrol demineralisasi enamel. Frekuensi konsumsi makanan menyebabkan karies gigi dalam jumlah banyak dan sering, begitu Ph Plak akan tetap dalam keadaan asam dan mengaktifkan prosesnya demineralisasi email lebih besar. terjadi karies gigi karena usia ini terjadi pergantian antara gigi susu dan gigi permanen.

Pada usia 6 -12 usia ini sangat rentang terjadi karies gigi karena usia ini terjadi pergantian antara gigi susu dan gigi permanen. Pergantian gigi terkadang membuat gigi saling bertumpuk dan tidak rapi sehingga memudahkan makanan menempel dalam gigi tersebut. makanan kariogenik jika menempel dalam gigi

akan mengikis gigi karena sifat asamnya yang membuat gigi erupsi (Darmayanti, 2022).

Berdasarkan penelitian Hidaya dan Sinta, (2018) menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan munculnya karies. Anak perempuan mempunyai risiko lebih tinggi kerusakan gigi dibandingkan dengan anak laki-laki. Namun hal ini tidak sesuai dengan penelitian Kusuma & Taiyeb, (2020) yang menjelaskan bahwa tidak ada hubungan antara jenis kelamin dan karies gigi. Anak laki-laki dan perempuan mempunyai presentase yang sama namun, perempuan juga mempunyai tingkat kerusakan gigi yang lebih tinggi karena gigi anak perempuan tumbuh lebih cepat dibandingkan anak laki-laki Anak perempuan lebih rentan. Akibatnya, gigi anak perempuan akan lebih rentan untuk terjadinya karies. Hal itulah yang membuat jenis kelamin ini ada hubungannya dengan kejadian karies gigi.

PENUTUP

Kesimpulan

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan tentang gambaran pola konsumsi makanan kariogenik pada siswa kelas v di SDN 071 Sukagalih Kecamatan Sukajadi Kota Bandung Tahun 2023 terhadap 43 responden diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebagian besar (65,1 %) pola konsumsi makanan kariogenik masih tergolong kurang baik

REFERENSI

- Nursalam (2019). Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Edisi 2. Jakarta : Salemba Medika.
- Rizqi, Nur Aulia (2021). Hubungan Pola Makan Kariogenik Terhadap Kejadian Karies Gigi Pada Anak Sekolah Dasar DI SDN Penyalahan 01 Kecamatan Jatinegara Kabupaten Tegal.Semarang:Program Studi Terapi Gigi Program Sarjana Terapan

- Rekawati, Agnes, and Frisca Frisca. 2020. "Hubungan Kebiasaan Konsumsi Makanan Kariogenik Terhadap Prevalensi Karies Gigi Pada Anak SD Negeri 3 Fajar Mataram." *Tarumanagara Medical Journal* 2(2): 205–10.
- Tarigan, R.(2013). Karies Gigi edisi 2. Jakarta : Penerbit buku kedokteran EGC. Hal 15-90.
- Honggini, Siti Yundali (2017) Kesehatan Gigi dan Mulut. Bandung : Pustaka Reka Cipta. Hal 11-20.
- Hidaya, N., & Sinta, M. T. (2018). Gambaran Kejadian Karies Gigi Pada Anak Sekolah Dasar. Babul Ilmi Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan, 9(1).
- Darmayanti, Rita et al. 2022. "Perilaku, Hubungan Gigi, Menggosok Dengan Kejadian Karies Gigi Pada Anak Kelas V SDN 045 Pasir Kaliki." *Jurnal Keperawatan BSI* 10(2): 284–90.
- Kusuma,A,P dan Taiyeb,A,M.,2020 " Gambaran Kejadian Karies Gigi pada Anak Kelas 2 Sekolah Dasar Negeri 20 Sungaiselan" <https://journal.poltekkesmks.ac.id/ojs2/index.php/mediakesehatan/article/view/182>.
- Pemberinitia, M., 2019. Pengaruh Frekuensi Konsumsi Makanan Kariogenik dan Status Gizi terhadap Karies Siswa SD
- Velya Apro, and Desy Purnama Sari. "Dampak Karies Gigi Terhadap Kualitas Hidup Anak." (77). <http://adj.fkg.unand.ac.id/index.php/ADJ/article/view/204>
- World Health Organization. 2012. Oral health information system. Diakses dari: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/oral-health>
- World Health Organization (2022).Status Kesehatan Mulut Global. diakses melalui situs : <https://www.who.int/news>

BIODATA PENULIS

Maidartati, merupakan Dosen Fakultas Ilmu Keperawatan ARS University Bandung.

Nurul Iklima, merupakan Dosen Fakultas Ilmu Keperawatan ARS University Bandung.

Herlina Rosmayanti, merupakan Mahasiswi Fakultas Ilmu Keperawatan ARS Univer sity Bandung