

GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG MAKANAN KARIOGENIK TERHADAP TERJADINYA KARIES GIGI PADA ANAK SEKOLAH DASAR

DOSMA ROHA SIMANULLANG

Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan Jurusan Kesehatan Gigi

Jl. Jamin Ginting No.13,5, Lau Cih, Kec. Medan Tuntungan, Kota Medan, Sumatera Utara 20137

Email : poltekkkes_medan@yahoo.com

ABSTRACT

Dental caries is a disease of the hard tissues of the teeth which is characterized by damage to the tooth surface in pits, fissures and in the interproximal area that extends towards the pulp. Dental caries can be caused by carcinogenic (sweet and sticky) foods. Children aged 6-12 years are prone to caries because of their bad habit of consuming sweet and sticky foods.

This research is a systematic review which is carried out by conducting a review of research results and thoughts by researchers and practitioners. This study aims to describe students' knowledge about the types of carcinogenic foods on the occurrence of dental caries in elementary school children.

Based on the results of a study of 10 articles, 80% of the articles found the level of knowledge of children in the bad category and 20% of the articles found the level of knowledge in the moderate category about carcinogenic foods as the cause of dental caries, no knowledge was found in the good category; 90% of the articles found caries in the high category, 10% found caries in the moderate category, and no caries was found in the low category.

Through this study, it can be concluded that elementary school students still often consume carcinogenic foods which result in high caries rates. Parents and schools are expected to better educate school-age children about maintaining oral health to achieve optimal dental and oral health.

Keywords : Knowledge, Dental Caries, Carcinogenic Food

ABSTRAK

Karies gigi adalah penyakit jaringan keras gigi yang ditandai dengan kerusakan permukaan gigi pit, fissure dan daerah interproximal meluas kearah pulpa. Karies gigi dapat disebabkan oleh makanan kariogenik (manis dan lengket). Anak usia 6–12 tahun rentan terhadap karies karena mempunyai kebiasaan diri yang kurang baik terhadap kesehatan gigi dan sering jajan makanan yang manis dan lengket.

Metode penelitian ini adalah syatematic review dengan melakukan karya hasil penelitian dan hasil pemikiran yang sudah dihasilkan oleh para peneliti dan praktisi .Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan anak tentang jenis makanan kariogenik terhadap terjadinya karies gigi pada anak sekolah dasar.

Berdasarkan hasil penelitian dari 10 artikel dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan anak terhadap makanan kariogenik terhadap terjadinya karies gigi sebesar 80% artikel yang memiliki kriteria buruk.20% untuk kriteria sedang. Dan tidak ada yang memiliki kriteria baik. Untuk Kriteria kondisi karies anak sekolah dasar sebesar 90% untuk kriteria tinggi .10% untuk kriteria yang memiliki sedang. Dan tidak ada yang memiliki kriteria baik.

Dari hasil review penelitan dapat disimpulkan bahwa usia anak sekolah masih sering memakan makanan kariogenik sehingga mengakibatkan tingginya angka karies. Diharapkan kepada para orang tua dan pihak sekolah agar lebih mengedukasi anak-anak usia sekolah tentang pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut untuk memperoleh kesehatan gigi dan mulut yang optimal.

Kata Kunci : Pengetahuan, Karies Gigi, Makanan Kariogenik

LATAR BELAKANG

Kesehatan gigi merupakan bagian integral dari kesehatan pada umumnya. Selain itu gigi geligi merupakan salah satu organ pencernaan yang berperan penting dalam proses pengunyahan makanan, sehingga pemeliharaan kesehatan gigi sangat penting dilakukan. Penyakit gigi dan mulut sangat mempengaruhi derajat kesehatan, proses tumbuh kembang, bahkan masa depan anak. Anak-anak yang mengalami sakit gigi dan mulut akan berpengaruh terhadap prestasi belajarnya itu disebabkan karena turunnya selera makan dan kemampuan belajarnya akibat kekurangan gizi (Kawuryan, 2016).

Masalah terbesar yang dihadapi penduduk Indonesia seperti juga di negara negara berkembang lainnya di bidang kesehatan gigi dan mulut adalah penyakit jaringan keras gigi (*caries dentis*) disamping penyakit gusi. Kecenderungan penyakit karies gigi yang meningkat diantaranya disebabkan karena pengetahuan tentang pola makan masyarakat yang berubah yaitu meningkatnya konsumsi makanan bergula dan lengket pada gigi. Pengetahuan anak tentang kesehatan gigi dan mulut harus diperkenalkan sejak dini untuk meminimalisir kerusakan pada gigi dan mulut (Yani dan Utami, 2011).

Karies gigi adalah penyakit jaringan gigi yang ditandai dengan kerusakan jaringan yang dimulai dari permukaan gigi pit, fissure dan daerah interproximal meluas kearah pulpa. Karies terjadi bukan disebabkan karena satu kejadian saja seperti penyakit menular lainnya tetapi disebabkan serangkaian proses yang terjadi selama beberapa kurun waktu, karies dinyatakan sebagai penyakit multifaktorial yaitu adanya beberapa faktor yang menjadi penyebab terbentuknya karies pada email, dentin, dan sementum yang menyebabkan demineralisasi progresif dari komponen yang mengalami perusakan komponen organik dengan pembentukan lubang pada gigi yang disebabkan oleh adanya interaksi antara bakteri khususnya streptococcus mutans dan makanan manis manis pada enamel gigi (Adams, 2014).

Hasil Riset Kesehatan Dasar atau Riskesdas 2018, anak usia 6-12 tahun

memiliki masalah kesehatan gigi dan mulut sebanyak 54,0%. Anak usia 6–12 tahun merupakan satu kelompok yang rentan terhadap penyakit gigi dan mulut karena umumnya anak pada umur tersebut masih mempunyai perilaku atau kebiasaan diri yang kurang baik terhadap kesehatan gigi yang menunjukkan bahwa anak pada usia tersebut tingkat kerusakan gigi yang dialami anak cukup tinggi. Menurut data World Health Organization (WHO) di dunia tahun 2016, dari 100% anak usia sekolah 60% – 90% mengalami karies gigi. Prevalensi terjadinya karies gigi akan terus meningkat seiring bertambahnya usia. Anak usia 6 (enam) tahun yang telah mengalami karies gigi sebanyak 20%, meningkat 60% pada usia 8 tahun, 85% pada 10 tahun dan 90% pada usia 12 tahun.

Terjadinya karies gigi dapat berhubungan dengan makanan yaitu makanan karbohidrat yang berupa polisakarida, sukrosa, dan monosakarid dan juga salah satu momok yang selalu menghantui pertumbuhan dan perkembangan gigi pada seorang anak (Touger dan Loveren, 2013).

Makanan/jajanan yang manis dan mudah melekat merupakan makanan yang memiliki kadar gula yang tinggi. Makanan yang manis mudah menempel pada permukaan gigi dan sela-sela gigi seperti permen, manisan buah-buahan merupakan Makanan yang lama menempel pada permukaan gigi dan akan menghasilkan asam yang lebih banyak sehingga mempertinggi resiko terkena karies gigi (Sadonodjamil, 2011).

Kesehatan anak menjadi lebih penting di masa pandemic COVID-19 saat ini. Tidak hanya pada kesehatan secara umum namun juga yang lebih bersifat khusus seperti gigi dan mulut. Faktor utama penyebab karies yaitu faktor host (gigi), agen atau mikroorganisme (bakteri), substrak (diet karbohidrat), dan faktor waktu (frekuensi makan) (Pintauli, 2015).

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk mengangkat judul **“Gambaran Pengetahuan Tentang Makanan Kariogenik Dengan Terjadinya Karies Gigi Pada Anak Sekolah Dasar”** dalam **Sistematis Review**.

TUJUAN PENELITIAN

- a. Untuk mengetahui pengetahuan anak tentang jenis makanan kariogenik terhadap terjadinya karies gigi pada siswa/i sekolah dasar
- b. Untuk mengetahui status karies gigi pada siswa/sekolah dasar

Melakukan sistematis review untuk mengkaji “Pengetahuan Tentang Makanan Kariogenik Dengan Terjadinya Karies Gigi Pada Anak Sekolah Dasar”.

METODE PENELITIAN

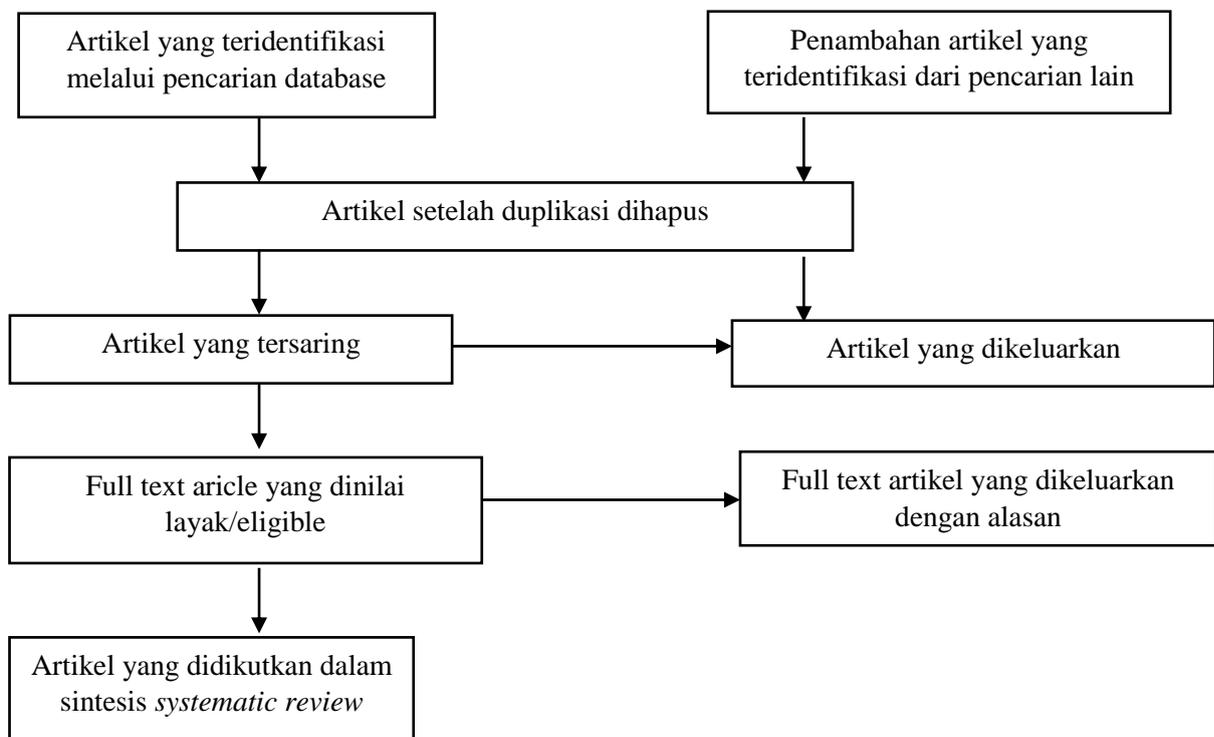
A. Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah syatematic review yaitu sebuah metode yang sistematis (berurutan), eksplisit (jelas, spesifik) dan reproduibel untuk melakukan identifikasi, evaluasi dan sintesis terhadap karya-karya hasil penelitian dan hasil pemikiran yang sudah dihasilkan oleh para peneliti dan praktisi.

B. Lokasi Penelitian

1. Prosedur Penelusuran Artikel

Skema 3.1 Bagan alur pemilihan artikel untuk systematic review literature Kriteria Inklusi dan Eksklusi



Penelitian dilakukan dengan mencari dan menyeleksi data dari hasil uji yang dilakukan semua etnis, ras, dan lokasi.

C. Waktu Penelitian

Pencarian artikel dilakukan 1 (satu) bulan. Waktu dari hasil uji yang dipilih ialah dalam kurun waktu 2015-2021.

D. Prosedur Penelusuran Artikel

Mengacu kepada PICOS

Keterangan :

Population : Anak Sekolah Dasar Umur 6-12 tahun

Intervasion : Tidak ada (-) ; Penyuluhan

Comperasion : FGD

Outcome : Menurunnya angka kejadian karies gigi

Study desain : Kualitatif

1. Kata Kunci

Google,Google Scholar, EBSCO Booeelan Operator → Pencarian jurnal/ artikel menggunakan kata kunci (AND, OR dan NOT).

Kata kunci (*Keyword*) yang digunakan dalam *systematic review* yaitu ”Makanan Kariogenik” and “Karies Gigi “and ” Anak Sekolah Dasa

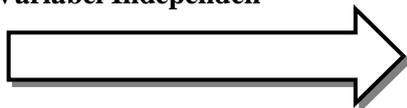
Tabel 3.1 Prosedur Penelusuran Artikel

Kriteria	Inkluksi	Ekslusi
<i>Population/Problem</i>	Anak sekolah Dasar umur 6-12 tahun	Selain anak sekolah dasar
<i>Intervention</i>	Penyuluhan	Tidak ada
<i>Comparation</i>	Tidak FGD	Tidak ada penambahan intervensi
<i>Outcome</i>	Adanya pengaruh makanan kariogenik terhadap terjadinya karies gigi pada anak sekolah dasar	Tidak Adanya pengaruh makanan kariogenik terhadap terjadinya karies gigi pada anak sekolah dasar
<i>Study design</i>	<i>Kuantitatif</i>	<i>Kualitatif</i>
Tahun terbit	Jurnal yang terbit tahun 2015 sampai 2020	Jurnal yang terbit sebelum tahun 2015
Bahasa	Bahasa Indonesia	Selain Bahasa Indonesia

E. Variabel Penelitian

1. Variabel bebas (independen) yaitu variabel yang mempengaruhi atau terpengaruh. Dalam penelitian ini variabel independen yaitu status kariogenik.
2. Variabel terikat (dependen) yaitu variabel yang sifatnya dipengaruhi atau yang menjadi akibat terpengaruh. Dalam penelitian ini variabel dependen yaitu karies pada gigi

Variabel Independen



Variabel Dependen



Skema 3.2 Variabel Penelitian

F. Definisi Operasional Variabel

- 1) **Makanan Kariogenik** adalah Salah satu penyebab karies yang bersifat banyak mengandung karbohidrat ,lengket dan mudah hancur di dalam mulut
Outcome : Meningkatnya status gigi pada anak sekolah dasar
Instrument: Artikel terpublikasi
Skala : kategorikal
- 2) **Karies Gigi** adalah penyakit jaringan gigi ditandai dengan terjadinya kerusakan pada bagian enamel ke dentin yg meluas ke arah pulpa
Outcome : Penurun karies gigi pada anak sekolah dasar
Instrument : Artikel terpublikasi
Skala pengukuran : kategorikal

variable (kebiasaan menyikat gigi dan karies).

2. Pengolahan Data

Data yang diperoleh di kompilasi, diolah dan disimpulkan sehingga mendapatkan kesimpulan pada studi *systematic review*

H. Analisis penelitian

Menganalisis pengetahuan anak tentang jenis makanan kariogenik terhadap terjadinya karies gigi dan mengetahui status karies pada siswa/i sekolah dasar dengan cara mengkaji hasil penelitian yang telah ditelaah pada penelitian lampau.

I. Etika penelitian

Komisi Etik Penelitian (KEP) berperan dahn bertanggung jawab sebagai pengkaji atau penelaah semua protocol peneliti yang melibatkan manusia sebagai subjek secara langsung maupun menggunakan informasi tentang kesehatan manusia sebagai subjek penelitian, sebelum

G. Instrumen Penelitian dan Pengolahan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah artikel yang terpublikasi yang menguji

penelitian tersebut dilakukan/ dilaksanakan. Peneliti mengusulkan agar diterbitkan surat etik penelitian segera setelah proposal dinyatakan lulus dan sebelum dilakukan penelitian.

A. HASIL PENELITIAN

A.1 Karakteristik Umum Artikel

Telah diperoleh artikel berasal dari jurnal yang terpublikasi yang direview sesuai tujuan penelitian systematic review dan keasliannya dapat dipertanggungjawabkan.

Tampilan hasil review adalah tentang ringkasan dan hasil dari setiap artikel yang terpilih yang disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

Tabel 4.1 Karakteristik Umum Artikel

No	Kategori	f	%
A Tahun Publikasi			
1	2016	1	10
2	2017	1	10
3	2018	5	50
4	2019	1	10
5	2020	2	20
B Desain Penelitian			
1	Observasional Analitik	1	10
2	Deskriptif dengan design cross sectional	1	10
3	Deskriptif Analitik dengan design cross sectional	1	10
4	Analitik dengan design cross sectional	2	20
5	Cross sectional	5	50
C Sampling Penelitian			
1	Total Sampling	4	40
2	Purposive Sampling	2	20
3	Teknik Consecutive sampling	1	10
4	Consecutive sampling	2	20
5	Random sampling	1	10
E Instrumen Penelitian			
1	Lembar Observasi	1	10
2	Observasi, wawancara dan kuisioner	5	50
3	Informed consent	4	40
F Analisis Statistik Penelitian			
1	Uji Statistik chi- square	1	10
2	Uji spearan rank	1	10
3	uji chi square	6	60
4	Chek list	1	10
5	Uji chi square test	1	10

Berdasarkan Tabel 4.1 diperoleh data bahwa sebesar 20% artikel terpublikasi pada tahun 2020, masing-masing 10% artikel tahun 2016, 2017 dan 2019 dan (50%) artikel tahun 2018. Desain Penelitian dengan menggunakan *Observasional Analitik* (10%), dengan *Deskriptif dengan design cross sectional* (10%) dan Metode penelitian penjelasan *Deskriptif Analitik dengan design cross sectional* (10%). *Analitik dengan design cross sectional* (20%) *Cross sectional* (50%) *Total Sampling* (40%). *Purposive Sampling* (20%) *Teknik Consecutive sampling* (10%). *Consecutive sampling* (20%), *Random sampling* (10%), dengan *Lembar observasi, Informd consent* (10%). *Observasi, wawancara dan kuisioner* (40%) *Kuesioner* (40%) *uji chi square* (60%) dan masing masing (10%) dengan *Uji Statistik chi-square Uji spearan rank Chek list Uji chi square test*.

Tabel 4.2 Pengetahuan Makanan Kariogenik Pada Anak Sekolah

Pengetahuan Makanan Kariogenik	f	%
Buruk	8	80%
Sedang	2	20%
Baik	-	-
Jumlah	10	100%

Berdasarkan tabel 4.2 Menunjukkan bahwa persentase tertinggi dari Pengetahuan Tentang Makanan Kariogenik yaitu dengan kategori Buruk sebanyak 8 artikel (80%) sedangkan presentase sedang 2 artikel (20%), Dari 10 artikel yang terpublikasi tidak terdapat katategori frekuensi makanan kariogenik Baik.

Tabel 4.3 Karies Gigi Pada Anak Sekolah

Kategori Karies	f	%
Tinggi	9	90
Sedang	1	10
Rendah	-	-
Jumlah	10	100%

Berdasarkan tabel 4.3 Persentase karies tertinggi terdapat pada karies dengan

kategori karies tinggi yaitu sebanyak 9 artikel (90%) dan persentase karies sedang terdapat pada karies dengan kategori karies rendah yaitu berjumlah 1 artikel (10%).

PEMBAHASAN

A. Karakteristik Umum Artikel

Telah diperoleh artikel berasal dari jurnal yang terpublikasi yang telah direview sesuai dengan tujuan penelitian *systematic review* dan keasliannya dapat dipertanggung jawabkan. diperoleh data bahwa sebesar 20% artikel terpublikasi pada tahun 2020, masing-masing 10% artikel tahun 2016, 2017 dan 2019 dan (50%) artikel tahun 2018. Desain Penelitian dengan menggunakan *Observasional Analitik* (10%), dengan *Deskriptif dengan design cross sectional* (10%) dan Metode penelitian penjelasan *Deskriptif Analitik dengan design cross sectional* (10%). *Analitik dengan design cross sectional* (20%) *Cross sectional* (50%) *Total Sampling* (40%). *Purposive Sampling* (20%) *Teknik Consecutive sampling* (10%). *Consecutive sampling* (20%), *Random sampling* (10%), dengan *Lembar observasi, Informd consent* (10%). *Observasi, wawancara dan kuisisioner* (40%) *Kuesioner* (40%) *uji chi square* (60%) dan masing masing (10%) dengan *Uji Statistik chi-square Uji spearan rank Chek list Uji chi square test*.

Penelitian ini dilakukan dengan metode desain penelitian *systematic review*. Artikel dan jurnal yang terpublikasi diambil sebanyak 10 artikel dengan populasi Anak sekolah Dasar umur 6-12 tahun.

B. Pengetahuan Tentang Makanan Kariogenik Terhadap Karies Gigi

Gambaran pengetahuan tentang makanan kariogenik pada tabel 4.2 menunjukkan bahwa pengetahuan tentang makanan kariogenik masih buruk dibuktikan dengan menunjukkan bahwa 8 artikel menunjukkan kriteria buruk. Sejalan dengan penelitian Ngatemi dkk tahun 2018

Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu, penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan (mata),

pendengaran (telinga), penciuman (hidung), rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh dari mata dan telinga.

Banyak faktor yang dapat menyebabkan sulitnya meningkatkan status kesehatan gigi dan mulut anak di Indonesia. Tapi mungkin perlu dicermati satu hal yang teramat penting, yaitu pengetahuan .

memiliki pengetahuan mengenai pendidikan kesehatan gigi yang baik terutama didalam pemeliharaan kesehatan gigi anak, anak yang mempunyai kebiasaan meminum susu atau minuman manis lainnya secar berkepanjangan dan diikuti dengan kebersihan rongga mulut yang jelek, ini akan mendukung terjadinya karies gigi pada anak.

Untuk mendapatkan hasil yang optimal harus diperhatikan frekuensi menyikat gigi yang baik dan mengurangi jajanan atau makanan yang manis dan lengket akan mengurangi status karies gigi pada anak .

Tujuan menyikat gigi adalah menghilangkan dan mengganggu pembentukan plak, membersihkan gigi dari sisa makanan, debris dan pewarnaan, menstimulasi jaringan gingiva, dan mengaplikasikan pasta gigi yang berisi suatu bahan khusus yang ditujukan terhadap karies dan sensitivitas.

Pengetahuan merupakan salah satu faktor presdiposisi dalam pembentukan perilaku pada diri seseorang. Figur pertama yang dikenal begitu ia lahir adalah pengetahuan yang di berikan/di ajarkan pada anak . Maka dari itu,pengetahuan, perilaku dan kebiasaan dapat dicontoh oleh sang anak. Pengetahuan tentang makanan kariogenik terhadap kesehatan gigi dan mulut sangat menentukan status karies gigi pada anak

tahun 2016, dari 100% anak usia sekolah 60% – 90% mengalami karies gigi. Prevalensi terjadinya karies gigi akan terus meningkat seiring bertambahnya usia. Anak usia 6 (enam) tahun yang telah mengalami karies gigi sebanyak 20%, meningkat 60% pada usia 8 tahun, 85% pada 10 tahun dan 90% pada usia 12 tahun.

Terjadinya karies gigi dapat berhubungan dengan makanan yaitu makanan karbohidrat yang berupa

polisakarida, sukrosa, dan monosakarid dan juga salah satu momok yang selalu menghantui pertumbuhan dan perkembangan gigi pada seorang anak (Touger dan Loveren, 2013).

Makanan/jajanan yang manis dan mudah melekat merupakan makanan yang memiliki kadar gula yang tinggi. Makanan yang manis mudah menempel pada permukaan gigi dan sela-sela gigi seperti permen, manisan buah-buahan merupakan Makanan yang lama menempel pada permukaan gigi dan akan menghasilkan asam yang lebih banyak sehingga mempertinggi resiko terkena karies gigi (Sadonodjamil, 2011).

Maka dari itu perlunya pengetahuan yang baik tentang makanan kariogenik seperti memberi contoh yang baik kepada anak seperti menyarankan untuk mengurangi konsumsi makanan kariogenik kepada anak supaya kedepannya status kesehatan gigi dan mulut anak kedepannya akan baik.

Seseorang yang mengetahui tentang makanan kariogenik maka karies gigi akan termasuk kategori baik atau sedang yaitu mengkonsumsi karbohidrat, lemak, protein, vitamin, air dan mineral. Dalam jumlah yang memadai untuk kesehatan gigi tersebut memiliki fungsi dalam perkembangan dan pertumbuhan gigi yaitu membentuk lapisan pelindung pada permukaan gigi, pertumbuhan gigi meliputi pertumbuhan matriks protein yang kemudian dimineralisasi, mencegah kerusakan gigi dengan cara menahan kalsium di dalam email gigi, membentuk email dalam pertumbuhan gigi, berperan dalam integritas sel dentin gigi melalui pembentukan kolagen dan mencegah perdarahan pada gusi (Nurdin, 2011).

Berdasarkan hasil penelitian ini juga didapatkan bahwa adanya tingkat pengetahuan tentang makanan kariogenik terhadap terjadinya karies gigi. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa semakin tinggi pengetahuan tentang makanan kariogenik terhadap terjadinya karies gigi, maka jumlah karies akan semakin berkurang. Kondisi status kesehatan gigi yang baik atau karies gigi yang rendah tidak menyulitkan proses pengunyahan makanan,

sehingga asupan makanan sesuai dengan kebutuhan tubuh terpenuhi (Kartikasari, H dan Nuryanto, 2014).

C. Karakteristik Karies Gigi

Gambaran tentang karakteristik karies gigi pada tabel 4.3 menunjukkan bahwa kriteria karies gigi buruk dibuktikan dengan menunjukkan bahwa 9 artikel menunjukkan kriteria buruk

Hal ini juga sejalan dengan penelitian Sukarsih dkk tahun 2018, didapatkan hasil penelitian bahwa 87 (96,7%) dari 90 anak memiliki karies gigi.

Karies gigi merupakan penyakit yang paling banyak dijumpai dirongga mulut, sehingga merupakan masalah utama kesehatan gigi dan mulut. Karies gigi adalah penyakit pada jaringan keras gigi yang disebabkan oleh kerja mikroorganisme pada karbohidrat yang dapat diragikan.

Makanan yang lengket dan kenyal dapat menempel lebih lama di permukaan gigi. Jenis makanan dengan resiko rendah terhadap gigi berlubang atau disebut makanan nonkariogenik.

Faktor yang mempengaruhi karies gigi ada empat faktor yang saling berinteraksi, faktor tersebut yaitu gigi, saliva, mikroorganisme, substrat, dan waktu. Paduan ke empat faktor penyebab tersebut digambarkan sebagai empat lingkaran bersitumpang (Sukarsih, 2018).

Adanya karies gigi berpotensi terjadinya gangguan kualitas hidup seumur hidup, berakibat kepada kualitas hasil belajar anak tersebut. Karies gigi mempunyai dampak yang luas, yaitu gangguan pada kualitas hidup antara lain keterbatasan fungsi gigi (sulit mengunyah, makanan sangkut, nafas bau, pencernaan terganggu), disabilitas fisik (diet tidak memuaskan, menghindari makanan tertentu, tidak bisa menyikat gigi dengan baik), keluhan rasa sakit setiap mengunyah makanan, ngilu, sakit kepala, sakit rahang), ketidanyamanan psikis (merasa rendah diri, sangat menderita, khawatir) dan disabilitas psikis (tidur terganggu, sulit berkonsentrasi, merasa malu) (Kidd E dalam Sukarsih 2018).

Untuk mencegah terjadinya karies gigi maka dilakukan dengan cara melakukan pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut seperti menyikat gigi diwaktu dan frekuensi yang tepat, berkumur setelah makan, pemeriksaan kesehatan gigi setiap 6 bulan sekali ke puskesmas atau klinik gigi dan membiasakan konsumsi makanan yang berserat dan banyak mengandung air seperti buah dan sayur serta mengurangi makan manis dan lengket seperti coklat, es krim, roti dan permen disekolah maupun dirumah.

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan *Systematic Review* dari 10 jurnal penelitian dapat disimpulkan bahwa adanya gambaran tingkat pengetahuan antara makanan kariogenik dengan karies gigi siswa Sekolah Dasar. Kurangnya pengetahuan tentang makanan kariogenik dapat menyebabkan karies gigi sehingga anak mengalami kehilangan daya kunyah dan terganggunya pencernaan, yang mengakibatkan terganggunya kesehatan anak. Kondisi ini tentu akan mengurangi frekuensi kehadiran anak ke sekolah, mengganggu konsentrasi belajar dan mempengaruhi nafsu makan. Salah satu penyebab karies gigi pada anak sekolah dasar adalah kurangnya pengetahuan tentang makanan kariogenik karena pada usia ini anak-anak biasanya suka jajan makanan dan minum sesuai keinginannya. Hal ini juga didukung oleh beberapa studi pendahuluan yang mengatakan bahwa adanya tingkat pengetahuan tentang makanan kariogenik terhadap terjadinya karies gigi.

B. Saran

a) Untuk Anak

1. Bagi pihak sekolah disarankan untuk menambah edukasi bagi anak-anak tentang pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut dan pentingnya mengonsumsi makanan yang sehat dan bergizi dan mengurangi makanan manis dan mudah melekat.
2. Diharapkan kepada anak-anak untuk membiasakan mengonsumsi

makanan yang bergizi yang kaya akan kalsium seperti (ikan dan susu), flour (sayur, daging, dan teh), dan vitamin, mengurangi konsumsi makanan yang manis dan mudah melekat serta lebih memperhatikan kesehatan gigi dan mulut yaitu menyikat gigi secara benar dan teratur dan memeriksakan gigi minimal 6 bulan sekali ke poliklinik gigi.

b) Untuk peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk menggali lebih dalam lagi tentang faktor-faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya karies gigi pada seseorang terutama untuk anak sekolah yang memang memiliki resiko tinggi terhadap terjadinya karies gigi sehingga faktor-faktor tersebut dapat dicegah untuk mengurangi timbulnya karies gigi.

DAFTAR PUSTAKA

- Jumriani (2017), *Gambaran Tingkat Pengetahuan Anak Tentang Pengaruh Makanan /jajanan Manis Terhadap Karies Gigi Di SD Negeri Bontoramba 1 Tamalanrea*. Jurnal Media Kesehatan Gigi Vol 16, No,1 Tahun 2017
- Intan Pertiwi, dkk, 2018. *Gambaran kejadian karies dan konsumsi makanan kariogenik pada anak usia 10-12 tahun di Sekolah Dasar Negeri 3 Batur*. DENTAL JOURNAL 88 <http://jkg-udayana.org> BDJ, Volume 2, Nomor 2, Juli - Desember 2018.
- Karina Nur, dkk, 2020. *Hubungan Mengonsumsi Makanan Kariogenik Dengan Kejadian Karies Pada Anak Usia Sekolah Di Mi AL-Hidayah*. Jurnal Profesi Kesehatan Masyarakat Vol 1 No 1 2020

- Alfiah A, 2018. *Hubungan Konsumsi Makanan Kariogenik Dengan kejadian Karies Gigi Pada Anak Kelas 1-3 di SD Negeri Bung Makassar*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis Volume 12 nomor 5 tahun 2018
- Nyoman Wirata, dkk, 2018. *Gambaran karies gigi serta kebiasaan makan makanan kariogenik pada siswa sdn 5 abiansemal tahun 2018*. Jurnal Kesehatan Gigi (Dental Health Journal)
- Rizki Safira, dkk, 2016. *Hubungan frekuensi konsumsi makanan kariogenik dan kebiasaan menggosok gigi dengan kejadian karies gigi pada siswa kelas III Sdn 1 & 2 Sonuo*. E-Journal Keperawatan (e-KP) Volume 4 Nomor 1, Februari 2016
- Karina Megasari Winahyu, dkk, 2019. *Risiko Kejadian Karies Gigi Ditinjau dari Konsumsi Makanan Kariogenik pada Anak Usia Sekolah di Kabupaten Tangerang*. Health Journal ,6(1)(2019)
- Melisa Eka Sari, 2018. *Gambaran kebiasaan makan-makanan kariogenik, kejadian karies gigi, dan status gizi siswa sd swasta nurul huda padang bulan medan tahun 2018*. Skripsi
- Zasendy Rehena, 2020. *Hubungan Jenis dan Frekuensi Konsumsi Makanan Kariogenik dengan Kejadian Karies Gigi pada Anak SD Negeri 5 Waai Kabupaten Maluku Tengah*. Jurnal Kesehatan UKIM Volume 2 Nomor 1, April 2020
- Ani Subekti, dkk, 2020. *Analisa konsumsi makanan kariogenik terhadap angka kejadian karies pada anak sekolah dasar di Kecamatan Tembalang Kota Semarang*. Vol 7, No 2 (2020)