

Hubungan Perilaku Mengonsumsi Makanan Manis Dengan Karies Gigi Pada Anak SD Kelas IV Dan V Di SDN 2 Petuk Katimpun Palangka Raya

Sinta¹, Agustina Nugrahini², Eva Priskila³

^{1,2,3} STIKes Eka Harap

Email Korespondensi: sintasisin12@gmail.com

Article History:

Received Oct 27th, 2025

Accepted Dec 12th, 2025

Published Mar 14th, 2026

Abstrak

Latar Belakang: Karies gigi merupakan salah satu masalah kesehatan gigi yang paling umum terjadi pada anak usia sekolah dasar. Salah satu faktor risiko utama yang berkontribusi terhadap terjadinya karies gigi adalah perilaku konsumsi makanan manis yang berlebihan. Pada anak-anak SD kebiasaan ini seringkali terbentuk sejak dini karena pengaruh keluarga, iklan makanan manis, serta ketersediaan makanan manis di lingkungan sekolah dan rumah. Fenomena anak SD sering jajan dan mengonsumsi makanan manis seperti permen dan coklat baik di lingkungan sekolah dan rumah. **Tujuan:** Menganalisis hubungan perilaku mengonsumsi makanan manis dengan karies gigi pada anak SD Kelas IV Dan V Di SDN 2 Petuk Katimpun di Kota Palangka Raya. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain korelasional dan pendekatan *Cross Sectional*. Sampel terdiri dari 66 anak di SDN 2 Petuk Katimpun Palangka Raya yang dipilih menggunakan teknik *Total Sampling*. Instrumen penelitian berupa kuesioner, Analisis data menggunakan uji *chi-square*. **Hasil:** Hasil menunjukkan nilai *p-value* sebesar $0,000 > 0,05$, nilai perilaku manis tinggi 36 responden (54%), nilai Karies gigi 38 responden (58%) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku mengonsumsi makanan manis dengan karies gigi pada anak SD di SDN 2 Petuk Katimpun. **Kesimpulan:** Ada hubungan yang signifikan antara hubungan perilaku mengonsumsi makanan manis dengan karies gigi pada anak SD di SDN 2 Petuk Katimpun Palangka Raya, semakin tinggi perilaku mengonsumsi makanan manis, maka semakin tinggi karies gigi yang terjadi.

Kata Kunci: Konsumsi Makanan Manis, Karies Gigi, Anak SD.

Abstract

Background: Dental caries is one of the most common dental health problems among elementary school children. One of the main risk factors contributing to dental caries is the excessive consumption of sugary foods. In elementary school children, this habit often forms early due to influences from family, sugary food advertisements, and the availability of sweet foods both at school and at home. The phenomenon of children frequently snacking and consuming sweet foods such as candy and chocolate is commonly found in both school and home environments. **Objective:** To analyze the relationship between sweet food consumption behavior and dental caries in 4th and 5th grade students at SDN 2 Petuk Katimpun in Palangka Raya City. **Methods:** This research is a quantitative study with a correlational design using a cross sectional approach. The sample consisted of 66 students at SDN 2 Petuk Katimpun Palangka Raya, selected using total sampling technique. The research instrument was a questionnaire. Data analysis was performed using the chi-square test. **Results:** The results showed a *p-value* of $0.000 < 0.05$, with 36 respondents (54%) exhibiting high levels of sweet food consumption behavior, and 38 respondents (58%) experiencing dental caries. This indicates a significant relationship between sweet food consumption behavior and dental caries among elementary school students at SDN 2 Petuk Katimpun. **Conclusion:** There is a significant relationship between sweet food consumption behavior and dental caries among elementary school students at SDN 2 Petuk Katimpun Palangka Raya. The higher the level of sweet food consumption behavior, the higher the incidence of dental caries.

Keywords: Sweet Food Consumption, Dental Caries, Elementary School Children



1. PENDAHULUAN

Anak usia sekolah merupakan anak yang berumur antara 6-12 tahun, pada anak usia sekolah dimana waktu berlanjutnya maturasi maupun kematangan fisik, sosial, dan psikologis anak. Pada usia ini anak berpikir abstrak serta mencari pengakuan dari orang-orang di area sekitarnya. Koordinasi antara mata, tangan serta otot mereka membolehkan mereka untuk berpartisipasi dalam kegiatan di sekolah ataupun di kawasan dekat rumahnya (Ratnaningsih et al., 2019). Makanan manis adalah makanan yang mengandung gula atau pemanis buatan yang memberikan rasa manis. Konsumsi makanan manis secara berlebihan dapat meningkatkan risiko karies gigi karena bakteri di mulut menggunakan gula untuk menghasilkan asam yang merusak enamel gigi. Karies gigi atau gigi berlubang adalah salah satu dari beberapa penyakit lainnya yang paling banyak dialami anak SD penyakit tersebut ditemui di dalam rongga mulut. Kerusakan gigi dapat mempengaruhi kesehatan tubuh lain karena gigi juga merupakan kesatuan dengan anggota tubuh, yang tentunya akan mengganggu aktivitas sehari-hari. Kesehatan gigi sangat erat kaitannya dengan apa yang kita konsumsi. Salah satu faktor yang dapat merusak gigi adalah makanan dan minuman, ada makanan dan minuman yang dapat merusak gigi dan ada pula makanan yang dapat menyehatkan gigi (Rahman, E dkk, 2018).

Berdasarkan laporan *World Health Organization* (WHO) tahun 2021, sekitar 60-90% anak-anak di berbagai negara mengalami karies gigi. Di Indonesia, prevalensi karies gigi pada anak-anak khususnya meningkat. Menurut data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2022, prevalensi karies gigi pada anak usia 6-12 tahun di Indonesia mencapai 32,4%, menunjukkan angka yang cukup tinggi dan memerlukan perhatian serius dari semua pihak. Profil Kesehatan Provinsi Kalimantan Tengah mengenai prevalensi karies gigi pada anak SD tahun 2020 proporsi masalah gigi dan mulut pada anak usia 5-9 tahun mencapai 40,5% dengan hanya 3,15% yang menerima perawatan dari tenaga medis gigi. Sedangkan Profil Dinas Kesehatan Kota Palangka Raya Pada tahun 2021 meningkat mencapai 50%, dan Hasil survei yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan Kota Palangka Raya pada tahun 2023 menunjukkan bahwa sekitar 60% anak SD di kota ini mengonsumsi makanan manis minimal sekali dalam sehari, baik itu permen, kue, maupun minuman manis. Pola konsumsi yang tinggi dapat meningkatkan risiko terjadinya karies gigi, karena gula dalam makanan manis dapat berkontribusi pada pertumbuhan bakteri berbahaya di dalam mulut. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Riawati dan Yulia (2022) di Jurnal Kesehatan Gigi menunjukkan bahwa anak-anak yang sering mengonsumsi makanan tinggi gula memiliki kemungkinan 2,5 kali lebih besar untuk mengalami karies gigi dibandingkan anak-anak yang lebih memilih makanan sehat. Dan di tempat lokasi hasil observasi dari 6 orang anak veronika, feбри, kenzi, Fauzan, chucu eskeilin dan hafiz mengatakan sering mengonsumsi makanan manis seperti roti, susu, permen, coklat dan minuman lainnya. Berdasarkan penelitian terdapat data dari tahun 2023 data anak yang mengalami karies gigi sebanyak 105 orang siswa dan di tahun 2024 dari bulan Febuary, Mei dan bulan Agustus sebanyak 141 orang siswa yang mengalami karies gigi dari 152 siswa.

Makanan manis dapat menyebabkan karies gigi karena bakteri di mulut mengubah gula menjadi asam. Asam ini melarutkan email gigi, sehingga gigi menjadi rapuh dan mudah berlubang. Proses terjadinya karies gigi akibat makanan manis: Sisa makanan manis yang tertinggal di gigi dan rongga mulut menjadi asupan utama bagi bakteri penyebab gigi berlubang. Bakteri mengonsumsi sisa gula pada gigi hingga zat tersebut berubah menjadi asam. Asam ini melarutkan email gigi, lapisan luar yang keras, sehingga gigi jadi rapuh dan mudah berlubang. Jika tidak segera ditangani, masalah gigi berlubang akan menjadi lebih parah. Makanan-makanan yang dapat merusak gigi seperti permen yang manis dan asam, cokelat, wafer, biskuit dan roti yang manis, makanan tersebut adalah jenis makanan yang paling sering dikonsumsi, sedangkan minuman manis seperti jus, minuman, dan minuman manis dan berwarna lainnya merupakan minuman yang paling sering diminum pada siswa

dan siswi SD. Makanan dan minuman yang di konsumsi siswa ini adalah jenis makanan dan minuman manis yang mengandung karbohidrat yang tinggi seperti gula dan sukrosa, makanan dengan kadar sukrosa yang tinggi akan menyebabkan penumpukan plak jika tidak dibersihkan dan dalam waktu yang cepat dapat menyebabkan terjadinya karies gigi dan gigi berlubang (Nurhaeni, 2020).

Perawat memiliki peran fungsi penting dalam menangani perilaku mengonsumsi makanan manis dengan karies gigi pada anak SD melalui edukasi, konseling, kolaborasi dan pemantauan, perawat dapat membantu anak SD untuk menerapkan kebiasaan hidup sehat dan mencegah karies gigi. Perawat dapat membantu meningkatkan kesadaran anak dan orang tua tentang pentingnya kesehatan gigi dan mulut. Peran guru di sekolah sebagai Pendidikan kesehatan di sekolah, Mengawasi konsumsi jajanan di sekola, bekerja sama dengan orang tua memberikan informasi kepada orang tua tentang kebiasaan anak di sekolah, peran orang tua sebagai pendidikan di rumah, orang tua bertanggung jawab memberikan pemahaman kepada anak tentang pentingnya menjaga kesehatan gigi, Pengawasan konsumsi makanan, mengontrol asupan makanan dan minuman manis anak di rumah serta kebiasaan menjaga kebersihan mulut, membimbing anak untuk menyikat gigi minimal dua kali sehari, terutama setelah makan dan sebelum tidur. Berdasarkan uraian latar belakang di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Perilaku Mengonsumsi Makanan Manis Dengan Karies Gigi Pada Anak SD Kelas IV Dan V Di SDN 2 Petuk Katimpun di Kota Palangka Raya.

2. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional dan desain *cross sectional study*. Penggunaan desain *Cross Sectional* memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi pengaruh antara variabel independen (perilaku mengonsumsi makanan manis) dan variabel dependen (karies gigi) secara efisien dalam waktu yang relatif singkat dengan menggunakan kuesioner, dan lembar observasi. Populasi pada penelitian ini seluruh anak kelas IV dan V di SDN 2 Petuk Katimpun Palangka Raya, dengan jumlah 66 responden, dengan teknik sampling *total sampling*. Analisis bivariat pada penelitian ini menggunakan uji *Chi Square*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Hasil Karakteristik Responden Berdasarkan Lingkungan di SDN 2 Petuk Katimpun Palangka Raya

No	Kategori	Jumlah	Persentase (%)
1.	Lingkungan Sekolah	50	75,8
2.	Lingkungan Rumah	16	24,2
Total		66	100

Berdasarkan tabel 1 dari 66 responden, terdapat 50 responden (75,8%) sering mengonsumsi jajanan dilingkungan sekolah, 16 responden (24,2%) sering mengonsumsi jajanan dilingkungan rumah.

Hasil karakteristik responden berdasarkan usia di sajikan pada tabel 2. Berdasarkan tabel 2 dari 66 responden, terdapat 34 responden (52 %) berusia 10-11 tahun, 32 responden (48%) berusia 11-12 tahun.

Tabel 2. Hasil Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di SDN 2 Petuk Katimpun Palangka Raya

No	Kategori	Jumlah	Persentase (%)
1.	10-11 Tahun	34	51,5
2.	11-12 Tahun	32	48,5
Total		66	100

Tabel 3 Hasil Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di SDN 2 Petuk Katimpun Palangka Raya

No.	Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase (%)
1.	Laki-Laki	31	47
2.	Perempuan	35	53
Total		66	100

Berdasarkan tabel 3 dari 66 responden, didapatkan jumlah responden yang berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 31 responden (47%), dan untuk responden yang berjenis kelamin perempuan berjumlah 35 responden (53%).

Tabel 4. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Makanan Dan Minuman SDN 2 Petuk Katimpun Palangka Raya

No	Jenis Makanan/ minuman	Frekuensi								Jumlah	
		≥1x		4-6x		1-3x		Tidak pernah			
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1	Roti isi selai (strawberry, nanas, coklat, keju dll)	18	27,3	23	34,8	16	24,2	9	13,6	66	100
2	Pisang molen	23	34,8	15	22,7	13	19,7	15	22,7	66	100
3.	Donat	18	27,3	20	30,3	12	18,2	16	24,2	66	100
4.	Biskuit (oreo, biskuit, top, milkuat, roma, tanggo dll)	14	21,2	12	18,2	15	22,7	25	37,9	66	100
5.	Coklat	22	33,3	17	25,8	13	19,7	14	21,2	66	100
6.	Es Kream	21	31,8	18	27,3	11	16,7	16	24,2	66	100
7.	Permen	24	36,4	17	25,8	16	24,2	9	13,6	66	100
8.	Soda (cocacola, sprit, pepsi dll)	14	21,2	20	30,3	13	19,7	19	28,8	66	100
9.	Sirup (nutisari, jajsus, teh sisri, marimas dll)	23	34,8	17	25,8	15	22,7	11	16,7	66	100
10.	Susu	25	37,9	17	25,8	14	21,2	10	15,2	66	100

Berdasarkan tabel 4 dari 66 responden terdapat bahwa semua makanan yang bersifat manis sangat sering dikonsumsi, susu merupakan minuman yang paling sering dikonsumsi lebih dari setiap hari dengan 25 responden (37,9%). Di lanjutkan dengan es krim 21 responden (27,3%), lalu coklat 22 responden (33,3%), selanjutnya permen 24 responden (36,4%), pisang molen 23 responden (34,8%), berikutnya donat 18 responden (27,3%), Biskuit (oreo. tanggo dll) 14 responden (21,2%),

sedangkan Soda (cocacola, sprit, pepsi dll 14 responden (21,2%) dan biskuit, top milkuat. roma tango dll) 14 responden (21,2%), kemudian Sirup (nutrisari jasjus, teh sisri, marimas dll) 23 responden (34,8%).

Tabel 5. Hasil Identifikasi Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Manis Pada Anak SD

No	Kategori	Jumlah	Persentase (%)
1.	Rendah	0	0
2.	Sedang	30	46
3.	Tinggi	36	54
Total		66	100

Berdasarkan tabel 5 dari 66 responden, terdapat 0 responden (%) dengan kategori rendah, 30 responden (46%) dengan kategori sedang dan 36 responden (54%) dengan kategori tinggi.

Tabel 6. Hasil Identifikasi Karies Gigi Pada Anak SD

No	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Tidak Ada Karies Gigi	28	42,4
2.	Ada Karies Gigi	38	57,6
Total		66	100

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa dari 66 responden, terdapat 28 responden (42%) tidak ada karies gigi, 38 dan responden (58%) ada karies gigi.

Tabel 7. Hasil tabulasi silang (*Crosstabulation*) Hubungan Perilaku Mengonsumsi Makanan Manis Pada Anak SD Kelas IV Dan V Di SDN 2 Petuk Katimpun Palangka Raya

Kategori		Karies Gigi				Total		P Value
		Ada		Tidak Ada		f	%	
		f	%	f	%			
Perilaku Mengonsumsi Manis	Sedang	10	15,15	20	30,30	30	45,45	0.000
	Tinggi	28	42,42	8	12,12	36	54,54	
Total		38	57,57	28	42,42	66	100	

Berdasarkan tabel 7 hasil tabulasi silang Hubungan Perilaku Mengonsumsi Makanan Manis Pada Anak SD Kela IV Dan V Di SDN 2 Petuk Katimpun Palangka Raya, perilaku makanan manis dengan kategori dengan sedang 10 responden (15,15%), tidak ada karies gigi 20 responden (30,30%), dan kategori tinggi ada karies 28 responden (42,42%), dan tidak ada karies 8 responden (12,12%), dan nilai P Value < 0,005.

PEMBAHASAN

1) Mengidentifikasi Hasil Identifikasi Variabel Perilaku Mengonsumsi Makanan Manis Pada Anak SD Kelas IV Dan V Di SDN 2 Petuk Katimpun Palangka Raya

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada tanggal 11 juni 2025 secara keseluruhan terhadap 66 responden Hasil identifikasi Perilaku Mengonsumsi Makanan Manis Pada Anak SDN di SDN 2 Petuk Katimpun Palangka Raya dari 66 responden dengan kategori sedang 30 responden (46%) dan dengan kategori tinggi 36 responden (54%). Berdasarkan kategori lingkungan yang paling dominan lingkungan sekolah sebanyak 50 responden (75,8%), dan lingkungan rumah sebanyak 16 responden (24,2%). Berdasarkan jenis kelamin yang paling dominan Perempuan

sebanyak 35 responden (53%), dan laki-laki sebanyak 31 responden (47%). Berdasarkan usia yang paling dominan 10-11 tahun 34 responden (51,5%), dan usia 11-12 tahun 32 responden. (48,5%). Berdasarkan makanan dan minuman yang paling dominan susu minuman yang paling sering dikonsumsi lebih dari setiap hari dengan 25 responden (37,9%). dan permen 24 responden (36,4%), dan pisang molen 23 responden (34,8%), dan Sirup (nutrisari jasjus, teh sisri, marimas dll) 23 responden (34,8%). lalu coklat 22 responden (33,3%), dilanjutkan dengan es krim 21 responden (27,3%), berikutnya donat 18 responden (27,3%), Biskuit (oreo. tanggo dll) 14 responden (21,2%), sedangkan Soda (cocacola, sprit, pepsi dll) 14 responden (21,2%) dan biskuit, top milkuat. roma tanggo dll) 14 responden (21,2%).

Perilaku merupakan hasil dari berbagai interaksi manusia dengan lingkungannya yang tertera dalam bentuk pengetahuan, sikap serta tindakan. Perilaku adalah serangkaian tindakan yang dibuat oleh individu, organisme, sistem dalam hubungannya dengan dirinya sendiri atau lingkungannya, yang mencakup sistem atau organisme lain di sekitarnya serta lingkungan fisik (mati) (Suhayati, 2020). Perilaku merupakan hasil dari pada segala macam pengalaman serta interaksi manusia dengan lingkungannya yang terwujud dalam bentuk pengetahuan, sikap, dan Tindakan. Metode Pembentukan Perilaku Notoadmodjo (2012) dalam (Purnama, 2019), menyatakan bahwa sebagian perilaku manusia berhasil dibentuk berdasarkan perilaku yang selalu ia pelajari. yang digunakan untuk pembentukan perilaku Conditioning (Kebiasaan) metode ini dilakukan dengan cara membiasakan diri untuk berperilaku sesuai dengan harapan maka akan terbentuklah suatu perilaku tersebut. Contohnya ialah saat anak dibiasakan untuk tidak pilih-pilih makanan dan makan makanan yang sehat, maka anak akan terbiasa melakukan hal tersebut dalam kehidupan sehari-harinya. Perilaku manusia dipengaruhi oleh beberapa faktor intern dan ekstern yang memungkinkan suatu perilaku mengalami perubahan diantaranya yaitu (Irwan, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa antara teori dan fakta ada kesamaan. Hasil penelitian perilaku mengonsumsi makanan manis dengan kategori tinggi 36 responden (54%). Faktor penyebab karena sebagian besar anak di SDN 2 Petuk Katimpun Palangka Raya berdasarkan kategori usia 11-12 tahun. Pada usia ini, mereka mulai mandiri dan bisa menentukan apa yang ingin mereka makan, terutama di luar pengawasan orang tua (seperti di sekolah atau saat jajan sendiri). Dimana rentang usia tersebut anak-anak sudah memiliki sikap dalam memilih makanan atau jajanan. Anak-anak usia ini cenderung menyukai makanan manis, Rasa manis sangat disukai karena memberikan sensasi menyenangkan, sehingga anak-anak lebih memilih permen, coklat, kue, dan minuman manis. Berdasarkan kategori lingkungan yang paling dominan lingkungan sekolah sebanyak 50 responden (75,8%), dan lingkungan rumah sebanyak 16 responden (24,2%). Berdasarkan jenis kelamin yang paling dominan Perempuan sebanyak 35 responden (53%), dan laki-laki sebanyak 31 responden (47%).

2) Mengidentifikasi Hasil Identifikasi Variabel Karies Gigi Pada Anak SD Kelas IV Dan V Di SDN 2 Petuk Katimpun Palangka Raya

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada tanggal 11 juni 2025 secara keseluruhan terhadap 66 responden hasil identifikasi Karies Gigi Pada Anak Kelas IV Dan V SD DI SDN 2 Petuk Katimpun Palangka Raya dari 66 responden terdapat tidak ada karies gigi 28 responden (42,4%) ada karies gigi 38 responden (58,6%).

Karies gigi ialah penyakit yang mempengaruhi jaringan keras gigi seperti dentin, sementum dan email. Interaksi antara bakteri di permukaan gigi, plak atau biofilm dan diet khususnya jenis karbohidrat yang dapat diubah oleh bakteri plak menjadi asam, terutama asam laktat dan asetat menjadi penyebab karies gigi (Marlindayanti et al., 2022). Penyakit karies gigi adalah satu dari sejumlah permasalahan gigi yang sering sekali terjadi pada anak prasekolah yang mana permasalahan ini bisa menghambat tahapan pertumbuhan dan perkembangan (Afrinis et al., 2020). Ada beberapa

penyebab karies gigi yaitu salah satunya adalah makanan. Hubungan antara konsumsi karbohidrat dengan terjadinya karies gigi ada kaitannya dengan pembentukan plak pada permukaan gigi, Plak terbentuk dari sisa-sisa makan yang melekat di sela-sela gigi dan pada plak ini akhirnya akan ditumbuhi bakteri yang dapat mengubah glukosa menjadi asam sehingga pH rongga mulut menurun sampai dengan 4,5. Pada keadaan demikian maka struktur email gigi akan terlarut. Pengulangan konsumsi karbohidrat yang terlalu sering menyebabkan produksi asam oleh bakteri menjadi lebih sering lagi sehingga keasaman rongga mulut menjadi lebih asam dan semakin banyak email yang terlarut. (Sainuddin et al., 2023).

Berdasarkan fakta dan teori ditemukan adanya kesamaan. Berdasarkan umur hasil penelitian menunjukan bahwa usia terbanyak kategori 11-12 tahun sebanyak 32 responden (48,5%) sesuai pernyataan Sari dan Waningsih, 2018. Pada penelitian ini karies gigi 38 responden (58,6%). Pernyataan ini sejalan dengan penelitian Miftakhun, 2016. Meskipun telah dilakukan pemeriksaan kesehatan gigi dan mulut oleh puskesmas jekan raya, faktanya masih banyak anak yang mengalami karies gigi. Kondisi ini tidak lepas dari gaya hidup anak di lingkungan rumah ataupun dilingkungan sekolah, serta kurangnya pengawasan orang tua terhadap kebiasaan anak. Hal tersebut dapat di pengaruhi oleh beberapa faktor penyebab diantaranya makanan, selain itu anak-anak sangatlah rentan terkena masalah pada gigi mereka. Dimana makanan manis tersebut termasuk dalam karbohidrat yang berbentuk tepung atau cairan yang bersifat lengket serta mudah hancur didalam mulut yang dapat mempermudah timbulnya karies pada gigi. Selain itu, minuman yang paling banyak di sukai adalah Susu 25 responden (37,9%). dan makanan yang paling disukai atau sering dikonsumsi responden yaitu permen 24 responden (36,4%).

3) Analisis Identifikasi Hubungan Perilaku Mengonsumsi Makanan Manis Dengan Karies Gigi Pada Anak SD Di SDN 2 Petuk Katimpun Palangka Raya

Berdasarkan tabel di atas hasil uji statistik dengan metode uji *chi-square* menunjukkan diperoleh dan nilai signifikansi (p-value) sebesar 0.000. Karena nilai signifikansi lebih kecil dari 0.05 ($p < 0.05$), Maka hipotesis H1 dapat diterima, artinya dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Perilaku Konsumsi Makanan Manis Dengan Kejadian Karies Gigi Pada Siswa Palangka Raya.

Menurut Kusmana (2022), Tingginya konsumsi manis adalah karena anak-anak cenderung menggemari jajanan yang dikemas, menarik dan rasa yang manis Makanan manis bersifat tinggi karbohidrat, mudah lengket dan mudah hancur didalam mulut, sehingga bila tidak dibersihkan dapat merangsang timbulnya plak pada gigi dan lidah yang merupakan awal terbentuknya karies gigi. Timbulnya penyakit gigi oleh makanan manis sangat tergantung oleh bentuk fisik dan kebiasaan mengonsumsi makanan manis. Makanan manis seperti kue, roti, es krim, susu, permen dan makanan manis lainnya cenderung mengandung karbohidrat dan sukrosa yang sangat tinggi. Makanan-makanan ini jika sering dikonsumsi setiap hari dapat menyebabkan kerusakan pada gigi dan menyebabkan karies gigi. Umumnya makanan manis sangat mudah dijangkau oleh anak-anak dan banyak tersedia dikantin sekolah maupun di lingkungan rumah.

Berdasarkan fakta dan teori di temukan adanya kesamaan. Hal ini menunjukan bahwa ada hubungan antara perilaku konsumsi makanan manis dengan kejadian karies gigi. Semakin tinggi perilaku konsumsi makanan manis maka potensi resiko terjadinya karies gigi juga semakin tinggi makanan manis dan lengket sangat erat kaitannya dengan terjadinya karies gigi. Semakin sering anak mengonsumsi makanan manis maka akan semakin tinggi indeks karies giginya. Hal tersebut terjadi karena umumnya anak menyukai makan-makanan manis dalam jumlah yang banyak dan sering. Kebiasaan konsumsi manis adalah perilaku yang dilakukan secara berulang dan menjadi rutinitas dalam kehidupan sehari-hari. Pada anak-anak, kebiasaan ini seringkali terbentuk sejak dini karena pengaruh keluarga, iklan makanan manis, serta ketersediaan makanan manis di lingkungan sekolah

dan rumah. Menurut Skinner (dalam Azwar, 2010). Berdasarkan lingkungan sekolah (75%). Berdasarkan usia paling dominan 10-11 tahun (51,5%), dimana anak-anak sudah bisa memilih makanan sendiri, mereka cenderung memilih makanan manis dan enak tanpa memikirkan dampaknya, oleh karena itu jika tidak di bimbing kebiasaan itu dapat menyebabkan gigi berlubang atau karies. Berdasarkan lingkungan sekolah (75,8%), lingkungan sangat berperan dalam terbentuknya karies gigi pada anak, terutama di lingkungan sekolah jika tidak ada aturan atau edukasi tentang makanan sehat dan kebersihan gigi, anak-anak mudah terbiasa makan manis tanpa merawat gigi. akibatnya, plak menumpuk dan menyebabkan karies. Berdasarkan jenis kelamin paling dominan perempuan (53%). Anak Perempuan cenderung lebih suka ngemil, atau mengonsumsi makanan manis, terutama saat Santai, atau berkumpul dengan teman, hal tersebut bisa terjadi karena factor psikologis dan perilaku seperti, pengaruh iklan di media, dan kecenderungan emosional, Berdasarkan karies gigi ada (58,6%).

Jenis makanan yang sering dikonsumsi dapat mempengaruhi keparahan karies gigi. Yang paling dominan dan di jumpai setiap hari pada anak SD, susu (37,9%), permen (36,4%), sirup, jaszus, pisang molen (34,8%), coklat (33,3%), es krim (31,8%), roti isi selai dan donat (27,3%), dan biscuit dan soda (21,2%). Frekuensi makanan manis merujuk pada seberapa sering seseorang mengonsumsi yang mengandung gula, seperti permen, kue, cokelat, minuman manis, dan makanan pencuci mulut lainnya. Frekuensi ini bisa dikategorikan, misalnya, Jarang: 1–2 kali per minggu atau kurang, Sedang: 3–4 kali per minggu, Sering: Hampir setiap hari atau setiap hari, Sangat sering: Beberapa kali dalam sehari frekuensi konsumsi makanan manis penting untuk diperhatikan karena konsumsi gula berlebihan dapat berdampak pada kesehatan, seperti meningkatkan risiko obesitas, diabetes tipe 2, kerusakan gigi, dan gangguan metabolik lainnya. waktu makan makanan manis pada anak SD adalah periode tertentu dalam satu hari di mana anak usia sekolah dasar (6–12 tahun) mengonsumsi makanan atau minuman manis, baik sebagai bagian dari makanan utama maupun sebagai camilan, yang mengandung gula tambahan atau alami (seperti permen, cokelat, es krim minuman bersoda, kue, dan jajanan manis lainnya). di konsumsi pada Pagi hari sebelum sekolah, Jam sekolah, Siang hari, Sore hari dan Malam hari. Oleh karena itu penting bagi orang tua dan anak-anak dalam membatasi makanan manis. Dampak dari konsumsi manis berlebihan Kebiasaan mengonsumsi makanan dan minuman manis yang tidak terkontrol dapat meningkatkan risiko berbagai masalah Kesehatan terutama, karies gigi (gigi berlubang), Gula menjadi media fermentasi bakteri di rongga mulut yang menghasilkan asam dan merusak enamel gigi. Obesitas Kandungan kalori yang tinggi dari makanan manis bisa menyebabkan berat badan berlebih. Gangguan metabolik Jika berlanjut, bisa memicu diabetes mellitus pada usia dewasa. Solusi pada anak, Batasi asupan makanan manis, dorong anak untuk mengonsumsi buah dan sayuran, jangan memberi makanan manis sebagai hadiah, buat hidangan manis sendiri di rumah. Solusi untuk guru, berikan edukasi dan sosialisasi, Guru ikut memantau kebiasaan jajan anak di sekolah, ciptakan lingkungan sekolah yang mendukung gaya hidup sehat. Solusi untuk orang tua, Batasi akses dan ketersediaan makanan manis di rumah, berikan contoh positif pada anak, Ganti makanan manis dengan buah buahan dan sayuran, ajarkan anak untuk membaca label makanan dan memilih makanan dengan kadar gula rendah.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil Analisa di lihat bahwa hasil uji *Chi Square* nilai p (value) 0,000, nilai p (value) tersebut ternyata lebih kecil daripada nilai alpha yang ditetapkan sebesar 0,05. Maka hipotesis H1 dapat diterima, artinya ada Hubungan Perilaku Mengonsumsi Makanan Manis Dengan Karies Gigi Pada Anak SD Kelas IV Dan V Di SDN 2 Petuk Katimpun Palangka Raya.

Siswa disarankan untuk membatasi konsumsi makanan dan minuman manis seperti permen, coklat, es krim, minuman bersoda, dan jajanan manis lainnya, terutama di luar jam makan utama. Membiasakan menyikat gigi secara teratur Siswa perlu dibiasakan menyikat gigi minimal dua kali sehari, terutama setelah sarapan dan sebelum tidur, agar sisa-sisa makanan manis tidak menempel pada gigi dan menyebabkan karies.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. (2010). Pengantar Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Hardani, et al. (2020). Metodologi Penelitian Kuantitatif & Kualitatif. Yogyakarta: Pustaka Ilmu Group (ISBN: 978-623-7652-44-1)
- Hidayah, N. (2021). Pentingnya Variasi Makanan Sehat untuk Anak. Jurnal Gizi Anak.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Pedoman Gizi Seimbang untuk Anak Usia Sekolah.
- Maryanto, Rahayu Yekti, and Donny Hiskia Turnip. "Tingkat Pengetahuan Kesehatan Gigi Terhadap Nabila, Nadya Kurnia, Sunomo Hadi, and Silvia i Prasetyowat. "Pengetahuan Tentang Karies Gigi Pada Siswa Kelas IV & V DI SDN Wilangan I Kabupaten Nganjuk Tahun 2023." Indonesian Journal of Health and Medical 3.2 (2023): 99-113.
- Nisyak, Shinta Choirun, Endang Purwaningsih, and Agus Marjianto. "Pengetahuan Tentang Karies Gigi Pada Siswa Kelas V Dan VI SDN Kasreman Tulungagung." Indonesian Journal of Health and Medical 2.4 (2022): 534-549.
- Nisa, C., Peni, T., & Ratnaningsih, T. (2022). Hubungan Perilaku Jajan Dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di SDN Kedondong 2 Kecamatan Tulangan Kabupaten Sidoarjo (Doctoral dissertation, Perpustakaan Universitas Bina Sehat Ppni Mojokerto).
- Notoatmodjo, S. (2012). Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. Metodologi penelitian ilmu keperawatan: pendekatan praktis. Edisi 5. Jakarta: Salemba Medika; 2020.
- Rahman, E, Ilmi, M.B, Anam, K. 2018. Kebiasaan Mengonsumsi Jajanan Kariogenik Sebagai Penyebab Karies Gigi pada Anak di Madrasah Diniyah Islamiyah Muhammadiyah Kindaung Banjarmasin. Jurkessia. Vol.IX No.1. Hal.34-37.
- Suhayati, Ely. "Definisi perilaku, sikap, kode etik dan etika profesi." (2020).
- Sainuddin, Angki, J., S, R., & Bahtiar. (2023). Faktor - Faktor Penyebab Terjadinya Karies Gigi pada Siswa Sekolah Dasar. *Media Kesehatan Gigi : Politeknik Kesehatan Makassar*, 22(1), 53–60. <https://doi.org/10.32382/mkg.v22i1.26>
- Sugiyono. (2020). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta; 2020.
- Pediatrics and Nutrition. (2022). The Impact of Regular Meal Times in Childhood.