

ABSTRAK

PERBEDAAN EFEKTIVITAS MENGUNYAH BUAH APEL DAN BUAH SEMANGKA DALAM MENURUNKAN NILAI DEBRIS INDEKS

(Studi Pada Siswa Kelas VII SMP Miftahul Ulum Surabaya Tahun 2019)

Gigi dan mulut bagian penting dalam tubuh manusia. Agar dapat menjalankan fungsinya dengan baik, kesehatan gigi dan mulut perlu diperhatikan. Salah satu masalah kesehatan gigi dan mulut pada siswa SMP Miftahul Ulum Surabaya adalah tingginya nilai debris indeks, berdasarkan data pemeriksaan debris indeks menunjukkan bahwa rata-rata debris indeks sebesar 1.94 yang termasuk dalam katagori buruk. Debris tidak dapat dibersihkan dengan berkumur, debris dapat dibersihkan secara mekanis yaitu *self cleansing*, dilakukan dengan mengunyah buah yang mengandung banyak serat dan air, salah satunya buah apel dan buah semangka. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui perbedaan efektivitas mengunyah buah apel dan buah semangka dalam menurunkan nilai debris indeks pada siswa kelas VII SMP Miftahul Ulum Surabaya. Jenis penelitian ini menggunakan penelitian *Quasi Eksperimen* (Eksperien Semu) *pre-test* dan *post-test*, jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 32 siswa kelas VII, pengambilan responden dengan cara membagi menjadi 2 kelompok terdiri dari 16 siswa mengunyah buah apel dan 16 siswa lainnya mengunyah buah semangka. Pengumpulan data diperoleh dengan cara pemeriksaan langsung, dilakukan dengan mengukur kebersihan gigi dan mulut menggunakan metode Debris Indeks. Hasil penelitian ini adalah analisis data menggunakan uji *independent sample T-test* dengan nilai signifikan $p=0,007$ ($p<0,05$) artinya mengunyah buah apel dan buah semangka terdapat perbedaan efektivitas dalam menurunkan nilai Debris Indeks. Sehingga buah semangka adalah buah yang lebih efektif dalam menurunkan nilai debris indeks.

Kata Kunci : *Apel, Semangka, Debris Indeks.*