

ABSTRAK

EFEKTIFITAS MENGUNYAH APEL JENIS ANNA DIKUPAS DAN TANPA DIKUPAS TERHADAP PENURUNAN INDEKS PLAK.

Mengunyah apel sering disebut cara alami menyikat gigi, karena apel mempunyai partikel besar yang harus dikunyah lagi sebelum ditelan, dan juga apel merupakan buah yang mengandung serat sehingga mendorong sekresi saliva, jenis apel lokal yang memiliki kandungan serat paling tinggi yakni apel jenis Anna, dimana sebagian besar serat selain ditemukan pada buahnya juga ditemukan pada kulitnya. Masalah dalam penelitian ini adalah tingginya skor plak indeks siswa kelas IV SDN Tambakwedi 508 Surabaya tahun 2019. Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya efektifitas mengunyah apel jenis Anna dikupas dan tanpa dikupas terhadap penurunan indeks plak. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian pra eksperimen, dengan rancangan penelitian *pre-posttest design group*. Metode pengumpulan data dengan observasi. Hasil penelitian Indeks plak sebelum dan sesudah mengunyah apel jenis Anna dikupas pada siswa kelas IV-A SDN Tambakwedi 508 mengalami penurunan dari kategori sedang menjadi kategori baik, indeks plak sebelum dan sesudah mengunyah apel jenis Anna tanpa dikupas pada siswa kelas IV-A SDN Tambakwedi 508 mengalami penurunan dari kategori sedang menjadi kategori baik dan ada perbedaan efektifitas mengunyah apel jenis Anna dikupas dan tanpa dikupas terhadap penurunan indeks plak.

Kata kunci : efektifitas, indek plak , apel