

Hubungan menyikat gigi pada malam hari dengan karies gigi pada anak usia 10-12 tahun

The relationship between brushing teeth at night and dental caries in children aged 10-12 years

Siti Annisa Putri^{1*}, Herry Imran¹

¹ Jurusan Kesehatan Gigi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh, Aceh, Indonesia.

Abstract

Brushing teeth at night is an important habit in maintaining dental hygiene and preventing caries and can clean food debris attached to the teeth so that plaque formation during sleep can be inhibited. However, this habit is still low practiced by children. Dental caries is one of the most common dental health problems, especially in school-age children. This study aims to determine the relationship between the habit of brushing teeth at night with the incidence of dental caries in children aged 10-12 years in Gampong Laksana, Kuta Alam District, Banda Aceh City. This study used an analytic design with cross-sectional technique. The sample amounted to 38 children aged 10-12 years who were selected using proportional sampling technique. Data were collected through questionnaires and direct examination using the DMF-T/def-t index. Analysis was done univariately and bivariate using the Chi-square test. This study was conducted on May 1-3, 2025. The results showed that the majority of children had poor nighttime brushing habits or did not brush their teeth at night as much as 71.1% and 28.9% of children had very high caries levels. Statistical test results showed a significant relationship between nighttime brushing habits and the incidence of dental caries (p-value = 0.001). There is a significant relationship between brushing teeth at night and the incidence of dental caries in children aged 10-12 years.

Keywords: Nighttime Brushing, Dental Caries.

Abstrak

Menyikat gigi pada malam hari merupakan kebiasaan yang penting dalam menjaga kebersihan gigi dan mencegah terjadinya karies serta dapat membersihkan sisa makanan yang menempel di gigi sehingga pembentukan plak selama tidur dapat dihambat. Namun, kebiasaan ini masih rendah dilakukan oleh anak-anak. Karies gigi adalah salah satu masalah kesehatan gigi yang paling umum, terutama pada anak usia sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebiasaan menyikat gigi pada malam hari dengan kejadian karies gigi pada anak usia 10-12 tahun di Gampong Laksana, Kecamatan Kuta Alam, Kota Banda Aceh. Penelitian ini menggunakan desain analitik dengan teknik cross-sectional. Sampel berjumlah 38 anak usia 10-12 tahun yang dipilih menggunakan teknik proporsional sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan pemeriksaan langsung menggunakan indeks DMF-T/def-t. Analisis dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-square. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 1-3 Mei 2025. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas anak memiliki kebiasaan menyikat gigi malam hari yang kurang baik atau tidak menyikat gigi malam hari sebanyak 71,1% dan sebanyak 28,9% anak memiliki tingkat karies sangat tinggi. Hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kebiasaan menyikat gigi malam hari dengan kejadian karies gigi (p-value = 0,001). Terdapat hubungan yang signifikan antara menyikat gigi pada malam hari dengan kejadian karies gigi pada anak usia 10-12 tahun. Diharapkan kepada anak agar menyikat gigi dua kali sehari, pagi setelah makan dan malam sebelum tidur, dan kepada orang tua agar menjadi edukator dalam membantu proses membimbing anak menyikat gigi terutama pada malam hari.

Kata Kunci: Menyikat Gigi Malam Hari, Karies Gigi.

(Received 2025; Accepted after revision 2025; First published online 2025)

Corresponding Author:

Siti Annisa Putri. Jurusan Kesehatan Gigi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh, Aceh, Indonesia. .
E-mail: ssitiannisaputri70@gmail.com

Pendahuluan

Kesehatan gigi dan mulut berperan sangat penting dalam menunjang kualitas hidup masyarakat dan bagian yang tidak dapat terpisahkan dari kesehatan tubuh secara keseluruhan. Oleh sebab itu, pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut menjadi hal yang krusial dan memerlukan keseriusan serta komitmen dari para tenaga Kesehatan khususnya tenaga Kesehatan gigi dan mulut.¹ Kebersihan gigi dan mulut merujuk pada kondisi di mana rongga mulut seseorang bersih dari kotoran, seperti plak dan kalkulus. Jika kebersihan gigi dan mulut diabaikan, plak dapat ada di gigi dan menyebar ke seluruh permukaannya. Lingkungan mulut yang lembab, gelap, dan basah sangat mendukung perkembangbiakan bakteri yang menyebabkan pembentukan plak. Kesehatan gigi dan mulut adalah aspek yang sangat penting dalam kehidupan manusia, mencakup kesehatan fisik dan mental. Hal ini juga berlaku untuk anak-anak, di mana setiap orang tua berharap anaknya dapat tumbuh dan berkembang dengan optimal.²

Gigi merupakan bagian terintegrasi dengan bagian tubuh lainnya. Kerusakan pada gigi dapat memicu pada terganggunya kesehatan bagian tubuh lain, yang pada akhirnya berdampak pada terganggunya aktivitas harian. Mulut sebagai organ vital yang penting dari tubuh, kerap menjadi indikator kesehatan gigi, karena banyak penyakit umum menunjukkan gejala yang dapat terlihat di dalam mulut.³ Penyakit kronis yang salah satunya adalah karies gigi yang prevalensinya tinggi siswa sekolah dasar berusia 6 tahun sampai 12 tahun.⁴ Penyakit gigi ini yang telah meluas di kalangan sebagian populasi di dunia. Karies gigi juga ditandai oleh kerusakan pada struktur email dan dentin secara progresif, yang diakibatkan oleh aktivitas mikroorganisme di dalam mulut, atau bakteri yang terdapat dalam plak.⁵

Berdasarkan berbagai studi yang dilakukan di Kawasan Eropa, Amerika, dan Asia, termasuk Indonesia, diketahui bahwa antara 90% hingga 100% anak-anak di bawah 18 tahun mengalami karies gigi. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, mencatat bahwa sekitar 56,9% penduduk berusia ≥ 3 tahun mengalami permasalahan Kesehatan gigi dan mulut dalam satu tahun terakhir, angka ini menunjukkan sedikit penurunan dibandingkan dengan data Riset Kesehatan Dasar 2018 yang mencatat 57,9%. Namun masih jauh lebih tinggi dari data Riset Kesehatan Dasar 2013 yang hanya sebesar 10,2%. Sayangnya, dari jumlah tersebut, hanya 11,2% yang mendapatkan perawatan medis. Hasil pemeriksaan gigi yang tercatat dalam SKI 2023 menunjukkan bahwa prevalensi karies masih tergolong tinggi, yakni sebesar 82,8%. Bahkan

mencapai 84,8% pada kelompok anak usia dini. Kondisi ini paling banyak dialami oleh anak-anak berusia 5 hingga 9 tahun. Artinya, hanya sekitar 15,2% anak-anak Indonesia yang tidak mengalami karies gigi.

Survey sebelumnya menunjukkan bahwa 60% - 90% siswa sekolah dasar di seluruh dunia termasuk di Indonesia mengalami karies gigi. Survei Kesehatan Rumah Tangga misalnya, ditemukan anak usia 12 tahun (76,2%) mengalami karies gigi. Seiring bertambahnya usia anak, dominasi ini cenderung meningkat. Dua puluh persen gigi permanen mengalami karies pada usia enam tahun; jumlah ini meningkat menjadi enam puluh persen pada usia delapan tahun dan mencapai delapan puluh lima persen pada usia dua belas tahun. Karies gigi juga cukup umum terjadi pada anak-anak, dengan angka sekitar 27% di usia prasekolah dan 43% di sekolah dasar. Ketika gigi susu menjadi gigi permanen, ini adalah salah satu elemen penyumbang utama. Indeks DMF-T (atau def-t untuk gigi susu) digunakan untuk mengevaluasi status Kesehatan mulut dan gigi sehubungan dengan karies.⁶

Karies gigi menyebabkan anak kehilangan kemampuan untuk mengunyah dengan baik, yang dapat mengganggu proses pencernaan dan mengakibatkan pertumbuhan yang tidak optimal. Dari segi ekonomi, dampak yang ditimbulkan oleh karies gigi adalah penurunan produktivitas masyarakat. Jika yang terkena adalah anak-anak, hal ini dapat menghambat perkembangan mereka dan menurunkan tingkat kecerdasan, yang pada akhirnya berdampak negatif pada kualitas hidup masyarakat dalam jangka panjang.⁷

Penelitian lain juga menunjukkan bahwa karies yang parah dapat memengaruhi kesehatan serta kualitas hidup seseorang misalnya seperti dapat menyebabkan rasa sakit, kesulitan tidur dan makan, serta penurunan indeks massa tubuh. Selain itu, karies yang parah dan memicu sakit juga dapat mengakibatkan ketidakhadiran di sekolah dan bahkan memerlukan perawatan inap. Pengeluaran biaya untuk perawatan karies yang parah cenderung lebih tinggi dibandingkan dengan perawatan untuk karies yang lebih awal. Kondisi mulut yang buruk, seperti kehilangan banyak gigi akibat kerusakan atau trauma yang tidak ditangani, dapat mengganggu fungsi dan aktivitas rongga mulut. Hal ini pada gilirannya dapat memengaruhi status gizi seseorang dan berdampak negatif pada kualitas hidup.⁸ Pada usia sekolah dasar, yaitu antara 10 dan 12 tahun, diperlukan perawatan gigi dan mulut yang baik dan anak-anak sudah menunjukkan keinginan untuk belajar tentang hal-hal yang mereka inginkan, seperti menyikat gigi. Oleh karena itu, sangat penting untuk mengajarkan anak-

anak hal-hal baru, seperti menjaga kesehatan gigi dan mulut, pada usia ini.⁹

Menyikat gigi merupakan salah satu bentuk perilaku dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut. Namun, praktik menyikat gigi dengan cara yang benar masih tergolong rendah di kalangan masyarakat Indonesia, yakni hanya sekitar 2,8%.¹⁰ Meskipun menyikat gigi menjadi metode paling umum yang dilakukan masyarakat untuk menjaga kebersihan rongga mulut, kebiasaan ini tetap bersifat individual dan waktu pelaksanaannya berbeda-beda. Idealnya, kegiatan menyikat gigi dilakukan pada pagi hari setelah sarapan dan malam hari sebelum tidur.¹¹ Menyikat gigi di malam hari memiliki peranan penting dalam mencegah pertumbuhan bakteri yang dapat merusak gigi.¹²

Survei yang dilakukan oleh berbagai lembaga kesehatan (misalnya Kementerian Kesehatan atau lembaga kesehatan dunia) sering kali mengungkapkan bahwa sebagian besar orang hanya menyikat gigi pada pagi hari dan mengabaikan rutinitas malam. World Health Organization (WHO) mengungkapkan bahwa menyikat gigi malam hari masih kurang diperhatikan oleh sebagian besar masyarakat. Mulut cenderung menjadi kering saat malam hari, khususnya saat tidur, karena produksi saliva menurun secara alami. Apabila gigi tidak disikat sebelum tidur, plak yang menempel tidak akan terangkat dan, jika dibiarkan, dapat menimbulkan kerusakan gigi yang lebih parah. Menyikat gigi di malam hari tidak hanya menyegarkan rongga mulut, tetapi juga merangsang pembentukan biofilm baru yang berperan dalam menjaga kesehatan gigi dan gusi.¹¹

Kegiatan Menyikat gigi pada malam hari, yang biasanya dilakukan setelah makan malam atau sebelum tidur. Melakukan sikat gigi sebelum tidur berfungsi untuk membersihkan sisa makanan yang mungkin tertinggal di gigi sehingga dapat mengurangi pembentukan dan penumpukan plak saat tidur dan mengurangi akumulasi plak. ketika sekresi saliva menurun di malam hari, kemampuan untuk membersihkan rongga mulut dan mencegah pembentukan plak juga akan berkurang. Selain itu, penurunan sekresi saliva pada malam hari dapat mengurangi fungsi perlindungan saliva yang penting untuk menjaga kesehatan mulut dan gigi, seperti menghentikan pertumbuhan bakteri, menetralkan asam, dan remineralisasi enamel. Oleh karena itu, jika tidak menyikat gigi pada malam hari, hasil yang diperoleh mungkin tidak optimal.¹³

Pendidikan mengenai kebersihan gigi sebaiknya dimulai sejak dini. Dengan mengajarkan anak-anak cara dan waktu menyikat gigi yang benar, diharapkan orang tua berperan aktif dalam menjaga kebersihan gigi anak-anak mereka. Orang tua berfungsi sebagai pendidik, konselor, dan motivator dalam memberikan contoh perawatan gigi kepada anak-anak. Pendampingan dari orang tua sangat

penting, terutama untuk menentukan waktu yang tepat untuk menyikat gigi.¹⁴ Menyikat gigi merupakan salah satu kebiasaan penting yang dilakukan untuk membersihkan gigi setelah makan minum atau sebelum tidur. Menyikat gigi malam hari sebelum tidur sangat penting dilakukan untuk mencegah pertumbuhan bakteri yang dapat merusak gigi. Namun demikian, berdasarkan Riset Kesehatan Dasar Indonesia (Riskesdas, 2023), hanya 2,3% penduduk Indonesia yang menyikat gigi setelah sarapan dan sebelum tidur, sebaliknya, Sebagian besar masyarakat (76,6%) lainnya lebih memilih untuk menyikat gigi saat mandi pagi atau sore. Sementara itu, hanya 22,4 persen anak Indonesia yang menyikat gigi sebelum tidur, yang menunjukkan bahwa banyak orang masih belum menyadari pentingnya kebiasaan ini.¹⁵

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, mayoritas penduduk Indonesia (93,6%) sudah memiliki perilaku menyikat gigi yang baik, yaitu menyikat gigi setiap hari. Namun, dari persentase tersebut, hanya 2,8% yang menyikat gigi sesudah makan pagi dan sebelum tidur pada waktu yang benar, yaitu minimal dua kali, menurut data Riskesdas 2018 untuk mayoritas penduduk Aceh yang berumur 10 tahun ke atas.¹⁶ Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Moza Erdilla pada tahun 2023 di SD Negeri 12 Kota Banda Aceh untuk mencari hubungan menyikat gigi sebelum tidur dengan status kebersihan gigi dan mulut, dari 72 anak didapatkan hasil bahwa sebanyak 40 anak (66,7%) menunjukkan kebiasaan kurang baik dalam menyikat gigi sebelum tidur malam hari dan sebanyak 32 anak (23,3%) menunjukkan status kebersihan gigi pada murid dominan di kategori buruk. Dari persentase tersebut dapat disimpulkan bahwa masih banyak anak yang belum melakukan kebiasaan menyikat gigi sebelum tidur.¹⁷

Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan peningkatan dari 94,7% (Riskesdas, 2018) menjadi 95,6%. Sementara itu, perilaku kebiasaan menyikat gigi di waktu yang tepat, yaitu menyikat gigi dua kali sehari dengan waktu menyikat gigi pada pagi hari setelah sarapan dan malam hari sebelum tidur meningkat, yaitu dari 2,8% menjadi 6,2%.¹⁸

Dari arsip data kunjungan yang didapat dari Poli gigi Puskesmas Kuta Alam Kota Banda Aceh pada bulan Januari tahun 2024 sampai bulan Januari 2025, kunjungan pasien anak-anak usia 6-14 tahun terdapat kasus yang bervariasi, yang paling sering terjadi 1 tahun terakhir adalah karies dengan 34 kasus, penyakit pulpa dengan 195 kasus, mobility 67 kasus, persistensi dengan 288 kasus, dan kasus yang paling banyak didapat adalah kasus persistensi dengan 288 kasus.¹⁹

Berdasarkan hasil survey awal yang peneliti lakukan di Desa Laksana Kec. Kuta Alam Kota Banda

Aceh yang peneliti periksa ditemukan 13 anak dari 60 anak yang berusia 10-12 tahun, 6 anak memiliki kategori status kebersihan gigi dan mulut yang sedang dan 7 anak memiliki status kebersihan gigi dan mulut yang buruk dan 9 anak dari 13 anak memiliki karies gigi. Hasil wawancara yang dilakukan pada 13 anak, sebanyak 10 anak lebih banyak yang menyikat gigi mandi pagi ketika pergi sekolah dan mandi sore.²⁰ Oleh Sebab itu penulis tertarik untuk mengetahui Hubungan menyikat gigi pada malam hari dengan karies gigi pada anak usia 10-12 Tahun Di Gampong Laksana Kec. Kuta Alam Banda Aceh.

Metode

Peneliti dalam studi ini memilih menggunakan desain analitik dengan teknik cross sectional, yaitu dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya Hubungan Menyikat Gigi Pada Malam Hari Dengan Status Karies Pada Anak Usia 10-12 Tahun Di Gampong Laksana Kec. Kuta Alam Banda Aceh.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak usia 10-12 tahun yang berjumlah 60 anak di Gampong Laksana Kec. Kuta Alam Banda Aceh. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus slovin (Notoatmodjo, 2007) sebagai berikut:

$$n = N / 1 + N (d^2)$$

Keterangan:

n = Besar Sampel

N = Populasi, jumlah populasi dalam penelitian

d = besarnya toleransi penyimpangan yang diinginkan peneliti yaitu 10%. Sehingga, dalam penelitian ini sampel berjumlah 38 anak. Penentuan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik propotional sampling yaitu pengambilan sampel dengan cara mengambil perwakilan dari setiap dusun sesuai umur yang sudah ditentukan untuk memenuhi semua jumlah sampel yang diperlukan. Pengambilan sampel tersebut menggunakan teknik lotre yaitu mengambil sampel dari rumah ke rumah.

Penelitian ini dilaksanakan di Gampong Laksana Kec. Kuta Alam Kota Banda Aceh pada tanggal 1–3 Mei 2025. Teknik Pengumpulan Data yaitu menggunakan Data primer yang diperoleh melalui wawancara dengan anak dan pemeriksaan langsung dengan menggunakan pemeriksaan DMF-T/def-t pada anak usia 10-12 tahun di Gampong Laksana. Dan data sekunder adalah data yang diperoleh dari pihak pengelola Gampong Laksana dan Puskesmas Kec. Kuta Alam Banda Aceh.

Setelah data berhasil dikumpulkan, langkah berikutnya adalah pengolahan data untuk mengidentifikasi sifat dan karakteristiknya. Proses pengolahan ini mencakup beberapa tahapan: Editing, Data yang ada akan diperiksa kembali untuk memastikan kelengkapannya. Selain itu, dilakukan

verifikasi terhadap nama dan identitas responden serta konsistensi data, dengan memastikan tidak terdapat informasi yang saling bertentangan antara satu data dengan data lainnya. Coding, Proses ini dilakukan dengan memberikan pengodean berupa angka atau simbol tertentu agar data menjadi lebih mudah dan sederhana untuk diolah. Tabulating, Pada tahap ini, data dikelompokkan ke dalam tabel tertentu berdasarkan karakteristiknya sesuai dengan tujuan penelitian. Cleaning, Pemeriksaan semua data yang telah dimasukkan ke program guna menghindari terjadinya kesalahan pada pemasukkan data setelah dikoreksi kemudian ditampilkan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

Analisa Data yang dilakukan adalah analisis univariat untuk memberikan deskripsi distribusi frekuensi dan persentase untuk masing-masing variabel. Data yang diperoleh dari wawancara serta pemeriksaan karies menggunakan indeks DMF-T/def-t pada responden dianalisis secara deskriptif dengan menghitung persentase untuk setiap variabel independen: kebiasaan menyikat gigi pada malam hari, serta variabel dependen: karies gigi. Hasil analisis kemudian disajikan dalam bentuk tabel distribusi. Serta analisis bivariat untuk menguji hubungan antara variabel independen: menyikat gigi pada malam hari pada anak usia 10–12 tahun, dengan variabel dependen: karies gigi. Pengujian dilakukan menggunakan uji statistik Chi-square dengan bantuan perangkat lunak, pada tingkat kepercayaan 95% ($p < 0,05$).

Hasil Dan Pembahasan

Analisis Univariat

Tabel 1. Karakteristik Responden

Variabel Penelitian	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin		
Laki-laki	13	34,2
Perempuan	25	65,8
Umur		
10	12	31,6
11	12	31,6
12	14	36,8
Kebiasaan Menyikat Gigi Malam Hari Sebelum Tidur		
Ada	11	28,9
Tidak Ada	27	71,1
Status Karies		
Sangat Rendah	4	10,5
Rendah	6	15,8
Sedang	9	23,7
Tinggi	8	21,1
Sangat Tinggi	11	28,9

Pada tabel 1 menunjukkan bahwa anak yang paling banyak yaitu jenis kelamin perempuan yaitu 25 anak (65,8%), anak yang banyak yaitu umur 12 tahun yaitu

sebanyak 14 anak (36,8%), anak di Gampong Laksana mayoritas responden mempunyai kebiasaan tidak ada menyikat gigi malam hari sebelum tidur , sebanyak 27

anak (71,1%), paling banyak mengalami karies yaitu dengan kategori sangat tinggi sebanyak 11 anak (28,9%).

Analisis Bivariat

Tabel 2. Distribusi frekuensi murid berdasarkan hubungan menyikat gigi pada malam hari dengan karies gigi pada anak usia 10-12 tahun

Menyikat gigi sebelum tidur	Status Karies											P value	
	Sangat Rendah		Rendah		Sedang		Tinggi		Sangat Tinggi		Total		
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%			
Ada	6	54,5%	4	36,4%	1	9,1%	0	0,0%	0	0,0%	11	28,9%	0,001
Tidak Ada	0	0,0%	0	0,0%	8	29,6%	8	29,6%	11	40%	27	71,1%	
Total	6	15,8%	4	10,5%	9	23,7%	8	21,1%	11	28,9%	38	100,0%	

Berdasarkan data pada 1, diketahui bahwa umumnya anak usia 10–12 tahun di Gampong Laksana, Kecamatan Kuta Alam, Kota Banda Aceh tidak ada yang menyikat gigi malam hari sebelum tidur. Dari total 38 anak yang menjadi responden, sebanyak 27 anak (71,1%) tidak menyikat gigi sebelum tidur malam, sementara hanya 11 anak (28,9%) yang memiliki kebiasaan tersebut. Data ini menunjukkan bahwa mayoritas anak belum memiliki kesadaran atau belum terbiasa melakukan kebiasaan menjaga kebersihan gigi sebelum tidur. Kebiasaan menyikat gigi pada malam hari sangat penting dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut. Saat malam hari, produksi saliva yang berfungsi sebagai pelindung alami rongga mulut menurun, sehingga sisa makanan yang tertinggal di sela-sela gigi lebih cepat memicu pertumbuhan bakteri dan pembentukan plak. Jika tidak dibersihkan melalui penyikatan gigi, hal ini dapat menyebabkan terjadinya karies gigi.

Faktor utama lainnya yang dapat menyebabkan rendahnya kebiasaan menyikat gigi malam hari antara lain adalah minimnya pengetahuan anak dan orang tua tentang pentingnya menyikat gigi sebelum tidur. Banyak anak belum memahami bahwa menyikat gigi malam hari lebih penting dibandingkan pagi hari karena aktivitas bakteri meningkat selama tidur. Selain itu, rendahnya peran serta orang tua dalam membimbing anak untuk menjaga kebersihan gigi juga berpengaruh. Anak-anak usia 10–12 tahun masih berada pada tahap perkembangan perilaku, sehingga pengawasan dan pembiasaan dari orang tua sangat dibutuhkan. Jika orang tua tidak mencontohkan teladan atau tidak membiasakan anak menyikat gigi sebelum tidur, maka anak akan cenderung mengabaikannya. Distribusi frekuensi karies gigi pada anak usia 10–12 tahun di Gampong Laksana, Kecamatan Kuta Alam, Kota Banda Aceh menunjukkan bahwa sebagian besar anak mengalami tingkat keparahan karies yang cukup tinggi. Dari 38 anak yang diperiksa, sebanyak 11 anak (28,9%) berada pada kategori sangat tinggi, menjadikannya sebagai kelompok terbanyak. Disusul oleh kategori sedang berjumlah 9 anak (23,7%) dan tinggi sebanyak 8 anak (21,1%). Sementara itu, anak dengan kategori karies rendah dan sangat rendah hanya berjumlah masing-masing 6 (15,8%) dan 4 anak (10,5%).

Dari hasil data tersebut dapat mempunyai dampak negatif terhadap kesehatan dan kualitas hidup mereka, seperti terganggunya aktivitas belajar, kesulitan makan, serta risiko terganggunya pertumbuhan dan perkembangan secara umum. Besarnya angka kejadian karies gigi pada anak dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Salah satu faktor utama adalah kurangnya kebiasaan menyikat gigi pada malam hari sebelum tidur. Hasil penelitian yang ditampilkan dalam Tabel 2 analisis distribusi frekuensi tentang hubungan menyikat gigi pada malam hari dengan karies gigi, menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara menyikat gigi pada malam hari sebelum tidur dengan karies gigi pada anak usia 10 sampai 12 tahun. Teridentifikasi bahwa anak-anak yang memiliki perilaku tidak menyikat gigi pada malam hari sebanyak 27 (71,1%) dan anak dengan karies sangat tinggi sebanyak 11 anak (40%). Melalui hasil uji statistik chi-square diperoleh nilai P value $0,001 < 0,05$ dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan menyikat gigi pada malam hari dengan karies gigi pada anak usia 10–12 tahun di Gampong Laksana Kec. Kuta Alam Kota Banda Aceh.

Peneliti berkeyakinan bahwa banyak anak yang mengabaikan kebiasaan menyikat gigi, meskipun mereka menyadari waktu yang tepat untuk melakukannya. Hal ini disebabkan oleh kurangnya pemahaman mereka mengenai dampak negatif dari tidak menyikat gigi pada malam hari. Penelitian menunjukkan bahwa tidak menyikat gigi di malam hari dapat meningkatkan kerusakan gigi. Oleh karena itu, kebiasaan menyikat gigi di kalangan anak-anak dapat dianggap sebagai kebiasaan yang tidak baik. Beberapa jurnal menyatakan bahwa karies gigi pada anak dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap aktivitas mereka. Karies yang menyebabkan kerusakan dan rasa sakit pada gigi dapat mengganggu berbagai aktivitas anak, baik di lingkungan sekolah maupun di kehidupan sehari-hari. Rasa nyeri yang ditimbulkan sering kali membuat anak kesulitan dalam mengunyah dan makan, yang pada akhirnya berdampak pada berkurangnya asupan nutrisi, gangguan pencernaan, serta hambatan dalam pertumbuhan fisik dan perkembangan mereka. Karies gigi juga dapat menurunkan konsentrasi belajar anak dan menyebabkan hilangnya

waktu bermain akibat sakit yang dirasakan. Dalam jangka panjang, gangguan ini berpotensi menurunkan tingkat kecerdasan serta kualitas hidup anak secara keseluruhan.¹²

Temuan dalam penelitian ini konsisten dengan hasil studi yang diungkapkan oleh Setiyawati, yang menyelidiki bahwa terdapat hubungan antara kebiasaan menyikat gigi sebelum tidur malam dengan kejadian karies gigi.¹³ Penelitian tersebut melibatkan 108 anak berusia 6 hingga 12 tahun di Madrasah Ibtidaiyah Al-Istiqomah, Tangerang. Hasil analisis statistik dengan uji chi-square menunjukkan nilai p-value sebesar 0,03 yang berada di bawah 0,05. Ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara kebiasaan menyikat gigi sebelum tidur malam dengan kejadian karies gigi. Selain itu, hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa anak yang tidak menyikat gigi sebelum tidur malam memiliki peluang 2,531 kali lebih besar untuk mengalami karies gigi dibandingkan dengan anak yang memiliki kebiasaan menyikat gigi malam hari. Ini tercermin dari sebagian besar responden yang menyatakan bahwa mereka tidak sering menyikat gigi sebelum tidur malam.

Hasil penelitian ini juga konsisten dengan studi yang dilakukan oleh Rahim, yang mengemukakan adanya hubungan antara kebiasaan menyikat gigi di malam hari dan kejadian karies gigi pada anak di Sekolah Dasar Negeri Karang Tengah 07, Tangerang.¹⁴ Penelitian tersebut menggunakan sampel sebanyak 72 anak. Dari hasil penelitian, diketahui bahwa rata-rata kebiasaan menyikat gigi pada malam hari tergolong buruk, dengan persentase 52,8%. Selain itu, fenomena karies gigi pada anak di sekolah tersebut mencapai 51,4%. Temuan ini diperkuat oleh fakta bahwa sebagian besar responden tidak menyikat gigi sebelum tidur, tidak menyikat gigi setelah bangun tidur, dan tidak menyikat gigi setelah makan malam. Responden juga sering mengonsumsi makanan setelah menyikat gigi malam. Selain itu, mereka cenderung menggunakan sikat gigi dengan kepala besar, bulu sikat yang keras atau sudah melengkung, serta tidak mengganti sikat gigi setiap tiga bulan sesuai anjuran. Semua faktor ini menunjukkan bahwa kebiasaan menyikat gigi malam yang buruk berkontribusi terhadap tingginya angka kejadian karies gigi pada anak.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan hubungan antara menyikat gigi sebelum tidur malam dengan karies dengan kategori sangat buruk pada anak usia 10-12 tahun di Gampong Laksana Kec. Kuta Alam Kota Banda Aceh, diperoleh hasil P value = $0.001 < 0,05$.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada siswa yang telah bersedia menjadi responden pada penelitian ini dan kepada berbagai pihak yang terlibat dalam penelitian ini.

Daftar Pustaka

1. Rosmalia D, Minarni. Gambaran Status Kebersihan Gigi Dan Mulut Dan Kondisi Gingiva Siswa Mtsn Tiku Selatan Kecamatan Tanjung Mutiara Kabupaten Agam. *Menara Ilmu*. 2017;1(75):197–203.
2. Pariati NDI. Kebersihan Gigi Dan Mulut Terhadap Terjadinya Karies Pada Anak Sekolah Dasar Di Makassar. *Media Kesehatan Gigi Politeknik Kesehatan Makassar*. 2021;20(1):49–54.
3. Rahim R. Hubungan Kebiasaan Menggosok Gigi Malam Hari Dan Kejadian Karies Gigi Pada Anak Sekolah Dasar Negeri Karang Tengah 07 Tangerang. *Kesehatan Gigi*. 2015;12:69–76.
4. Utami et al. (Jika referensi asli belum ada, tambahkan di sini bila Anda berikan detailnya).
5. Purwaningsih (Jika referensi asli belum ada, tambahkan di sini bila Anda berikan detailnya).
6. Hutagalung M, Nababan I, KM. Hubungan tingkat pengetahuan pemeliharaan kesehatan gigi dengan tingkat keparahan karies gigi. *Prima Journal of Oral and Dental Sciences*. 2022;5(1):48–52.
7. Widayati N. Factors associated with dental caries in children aged 4-6 years old. *J Berkala Epidemiologi*. 2014;2(2):196–205.
8. Nurwati BN et al. Masalah karies gigi dengan kualitas hidup pada anak usia 5-7 tahun. *J Oral Health Care*. 2021;9(1):10–16.
9. Candra AA. Status Kesehatan Gingiva Anak Usia Sekolah Dasar Menurut Waktu Kebiasaan Menyikat Gigi Sebelum Tidur Malam Hari: Literature Review. Skripsi. 2021.
10. Melo P, Horn V. The effectiveness of the Brush Day and Night programme in improving children's toothbrushing knowledge and behaviour. *Int Dent J*. 2018;68(30):7–16.
11. Maruanaya AM, Pangemanan DHC. Gambaran Status Gingiva Menurut Kebiasaan Menyikat Gigi Sebelum Tidur Malam Hari Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 70 Manado. *e-GIGI*. 2015;3(2).
12. Janewati R, Astiena AK. Analisis Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Pencegahan Karies gigi pada Siswa SD Negeri 13 Simpang Rumbio Kota Solok. *J Soc Sci Res*. 2023;3(4):5816–26.
13. Setiyawati R. Hubungan Kebiasaan Menggosok Gigi Sebelum Tidur Malam dengan Karies Pada Anak Usia Sekolah di Madrasah Ibtidaiyah Al-Istiqomah Tangerang. Universitas Indonesia; 2012.
14. Triswari D, Dian Pertiwi A. Pengaruh Kebiasaan Menyikat Gigi Sebelum Tidur Malam Terhadap Skor Indeks Plak dan pH Saliva. *Insisiva Dent J*. 2017;6(2):1–8.

15. Sutjipto C, Kaunang WPJ. Gambaran Tindakan Pemeliharaan Kesehatan Gigi Dan Mulut Anak Usia 10–12 Tahun Di SD Kristen Eben Haezar 02 Manado. *J e-Biomedik*. 2013;1(1):697–706.
16. Aida WN. Pengaruh Pendampingan Orang Tua dalam Menggosok Gigi terhadap Skor OHIS pada Anak Usia 6–7 Tahun. 2022;21(2):21–5.
17. Santi AUP, Khamimah S. Pengaruh Cara Menggosok Gigi Terhadap Karies Gigi Anak Kelas IV di SDN Satria Jaya 03 Bekasi. *J Kesehatan Gigi*. 2019;1(5):16–25.
18. Fitri AN, Suprianto K. Pengaruh Kebiasaan Menyikat Gigi Sebelum Tidur Malam Hari Terhadap Status Gingiva Pada Siswa Sekolah Dasar Kelas I Dan V. *Andalas Dent J*. 2019;7(2):59–66.
19. Gestina Y, Meilita Z. Hubungan Tingkat Pengetahuan Anak Tentang Kesehatan Gigi Dengan Perilaku Perawatan Gigi Pada Anak Usia Sekolah 10–12 Tahun Di Kelurahan Jatiasih Kota Bekasi. *Afiat*. 2020;6(1):81–9.
20. Kemenkes RI. Survei Kesehatan Indonesia 2023 (SKI). Kemenkes RI; 2023. 235 p.
21. Napitupulu DFGD. Hubungan Kebiasaan Menyikat Gigi Dengan Karies Gigi Pada Anak Usia Sekolah. *J Keperawatan Priority*. 2023;6(1):103–10.