

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini melibatkan 60 siswa SMP Negeri 5 Kota Kupang yang terdiri dari 30 siswa laki-laki dan 30 siswa perempuan. Berikut adalah tabel distribusi responden berdasarkan jenis kelamin:

1. Jenis Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4.1 Distribusi Responden Berdasarkan jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
1	Laki-laki	30	50%
2	Perempuan	30	50%
	Total	60	100%

2. Kebiasaan Mengonsumsi Minuman Bersoda

Berdasarkan hasil kuesioner, siswa yang mengonsumsi minuman bersoda dibagi ke dalam tiga kategori frekuensi: sering (≥ 3 kali/minggu), kadang-kadang (1–2 kali/minggu), dan jarang (≤ 1 kali/bulan)

Tabel 4.2 Kebiasaan Mengonsumsi Minuman Bersoda

No	Frekuensi Konsumsi	Jumlah Siswa	Persentase
1	Sering	25	42%
2	Kadang-kadang	18	30%
3	Jarang	17	28%
	Total	60	100%

3. Kondisi Gigi Siswa

Pemeriksaan kesehatan gigi dilakukan oleh saya sendiri berdasarkan indikator seperti gigi berlubang (karies), erosi gigi, dan Hasil observasi disajikan sebagai berikut:

Tabel 4.3 Kondisi Gigi Berdasarkan Hasil Pemeriksaan Gigi

No	Kondisi gigi	Jumlah Siswa	Persentase
1	Baik	20	33%
2	Karies	26	43%
3	Erosi	14	24%
	Total	60	100%

4. Hubungan Antara Konsumsi Minuman Bersoda dan Kondisi Gigi

Analisis data menunjukkan bahwa terdapat kecenderungan siswa yang sering mengonsumsi minuman bersoda memiliki kondisi gigi yang lebih buruk. Berikut ini disajikan tabel hubungan tersebut:

Tabel 4.4 Hubungan Antara Konsumsi Minuman Bersoda dan Kondisi Gigi

Frekuensi Konsumsi	Baik	Karies	Erosi	Total
Sering	2	13	10	25
Kadang-kadang	9	6	4	18
Jarang	9	8	0	17
Total	20	26	14	60

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Siswa/I di SMPN 5 Kota Kupang mengenai pengaruh minuman bersoda terhadap kondisi gigi pada tabel 4.2 ditemukan bahwa sebanyak 30% responden mempunyai

kebiasaan sering mengonsumsi minuman bersoda (3 Kali/minggu), sebanyak 42% responden mempunyai kebiasaan mengonsumsi minuman bersoda kadang-kadang (1-2 kali/minggu) dan sebanyak 28% responden mempunyai kebiasaan jarang mengonsumsi minuman bersoda (1 kali/minggu).

Pada tabel 4.3 mengenai kondisi gigi siswa berdasarkan pemeriksaan ditemukan bahwa sebanyak 33% responden mempunyai kondisi gigi yang baik, 43% mempunyai kondisi gigi yang berkaries dan 24% responden mengalami erosi gigi.

Pada tabel 4.4 mengenai hubungan konsumsi minuman bersoda dengan kondisi gigi ditemukan bahwa responden yang sering mengonsumsi minuman bersoda paling banyak mengalami erosi gigi (10 responden), responden yang kadang-kadang mengonsumsi minuman bersoda paling banyak mengalami karies gigi (12 responden) dan responden yang jarang mengonsumsi minuman bersoda paling banyak giginya baik. Hal ini menunjukkan adanya hubungan antara frekuensi konsumsi minuman bersoda dengan kondisi gigi siswa. Dari 60 siswa yang sering mengonsumsi minuman bersoda, 26 di antaranya mengalami karies berat. Sementara itu, siswa yang jarang mengonsumsi minuman bersoda cenderung memiliki gigi yang lebih sehat. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kebiasaan mengonsumsi minuman bersoda berhubungan erat dengan kondisi kesehatan gigi siswa. Siswa yang lebih sering mengonsumsi minuman

bersoda cenderung mengalami lebih banyak masalah gigi seperti plak dan karies.

Hal ini sesuai dengan teori bahwa kandungan gula dan asam dalam minuman bersoda dapat menyebabkan penurunan pH di dalam mulut, yang berdampak pada demineralisasi email gigi dan berujung pada kerusakan gigi (Fitriati, Elly Trisnawati and Hernawan, 2017)

Penelitian ini mendukung temuan sebelumnya oleh (Wiradona, Sasimin and Fitri, 2017) yang menyatakan bahwa konsumsi minuman bersoda secara berlebihan meningkatkan risiko terjadinya karies gigi pada remaja.

Minuman bersoda mengandung gula dan asam fosfat/asam karbonat yang dapat melarutkan enamel gigi dan memicu pertumbuhan bakteri penyebab karies. Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh yang menyatakan bahwa konsumsi tinggi minuman manis meningkatkan risiko karies pada remaja.

Selain itu, kurangnya kesadaran siswa dalam menjaga kebersihan gigi, seperti jarang menyikat gigi setelah minum soda, juga turut memperburuk kondisi gigi mereka.

1. Hubungan Konsumsi Minuman Bersoda dengan Kesehatan Gigi

Berdasarkan hasil pengumpulan data, terdapat korelasi yang cukup kuat antara frekuensi konsumsi minuman bersoda dengan tingkat kerusakan gigi pada siswa. Kerusakan gigi yang ditemukan meliputi:

- Karies gigi (gigi berlubang)
- Erosi enamel (pengikisan lapisan pelindung gigi)

Siswa yang mengonsumsi minuman bersoda lebih dari tiga kali dalam seminggu menunjukkan kerusakan gigi yang lebih signifikan dibandingkan siswa yang jarang atau tidak mengonsumsi minuman tersebut. Kandungan gula yang tinggi dan sifat asam dari minuman bersoda diketahui menjadi penyebab utama permasalahan ini. Gula berperan sebagai makanan bagi bakteri di dalam mulut, yang kemudian memproduksi asam sebagai hasil metabolisme. Asam tersebut berkontribusi dalam proses demineralisasi gigi, mengikis lapisan enamel, dan pada akhirnya menyebabkan karies.

Selain itu, minuman bersoda yang sangat rendah (antara 2,5 hingga 3,5) mempercepat pelunakan enamel. Jika kebiasaan ini dilakukan terus-menerus tanpa perawatan gigi yang baik, maka gigi akan mengalami kerusakan permanen. (Fitriati, Elly Trisnawati and Hernawan, 2017)

2. Pola Kebersihan Gigi Siswa

Selain faktor konsumsi minuman bersoda, hasil kuesioner juga menunjukkan bahwa kebanyakan siswa belum memiliki pola kebersihan gigi yang baik. Meskipun hampir semua siswa mengaku menyikat gigi setiap hari, hanya sebagian kecil yang menyikat gigi dua kali sehari sesuai anjuran, yaitu setelah sarapan dan sebelum tidur.

Sebagian besar siswa juga belum memahami cara menyikat gigi yang benar. Hal ini menyebabkan sisa makanan dan gula dari minuman bersoda tetap menempel pada gigi, memicu pertumbuhan bakteri dan pembentukan plak. Akumulasi plak dalam jangka panjang menyebabkan pembentukan karang gigi, peradangan gusi, dan memperparah kerusakan enamel.

Kurangnya edukasi mengenai kesehatan gigi, baik dari keluarga maupun pihak sekolah, menjadi faktor pendukung utama dalam lemahnya kesadaran siswa akan pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut.

3. Peran Lingkungan Sekolah dan Keluarga

Lingkungan sekitar siswa, baik di sekolah maupun di rumah, memegang peran penting dalam membentuk kebiasaan konsumsi. Di lingkungan sekolah, masih banyak kantin yang menjual minuman bersoda karena permintaan yang tinggi dari siswa. Tidak adanya larangan atau pembatasan konsumsi di sekolah membuat siswa bebas membeli dan mengonsumsi minuman tersebut kapan saja.

Di sisi lain, orang tua juga sering kali kurang memperhatikan kebiasaan makan dan minum anak-anak mereka, sehingga tidak ada kontrol terhadap apa yang dikonsumsi anak di luar rumah. Ditambah lagi, promosi minuman bersoda melalui iklan di media sosial, televisi, maupun sponsor kegiatan remaja, turut memperkuat persepsi bahwa minuman tersebut adalah hal yang wajar dan menyenangkan untuk dikonsumsi.

Kondisi ini menunjukkan pentingnya keterlibatan semua pihak – sekolah, orang tua, dan pemerintah – dalam mengontrol serta memberikan edukasi tentang dampak negatif konsumsi minuman bersoda terhadap kesehatan.