



Perbedaan Angka Karies Gigi Berdasarkan Waktu Menyikat Gigi

Nur Imamah¹, Neny Setiawaty Ningsih^{1*}, Abral¹

¹Jurusan Kesehatan Gigi, Poltekkes Kemenkes Pontianak, Pontianak, Kalimantan Barat, Indonesia

ARTICLE INFO

Article Type:
Research

Article History:

Received: 3/16/2022
Accepted: 3/31/2022

ORIGINAL ARTICLE

ABSTRACT

Introduction: The habit of brushing your teeth is the most important thing in preventing oral health, based on data when brushing your teeth shows that the self-preservation behavior of the Indonesian people in oral health is still very low. This is shown by data that 91.1% of Indonesians have brushed their teeth, but only 7.3% have the right behavior when brushing their teeth. The aim of this study was to determine the difference in dental caries rates on tooth brushing behavior after breakfast and before going to bed at night. This type of research is Explanatory Research with a survey method with a Cross-Sectional approach. The sample in this study were 49 residents of RT10/RW05 Raja Village, Ngabang District, Landak District. The data collected is in the form of data sources obtained directly, by examining the dental caries rate (DMF-T). From the results of the study using the Independent sample test statistic, it was found that the mean / average brushing teeth in the morning after breakfast and before going to bed was 0.22 and the mean / average brushing teeth while bathing was 0.78 and the average difference was 0.56 with an average difference of 0.031, the probability is 0.839, because the probability is greater than 0.05, which means there is no difference in the number of dental caries on the behavior of brushing your teeth after breakfast and before going to bed at night with the behavior of brushing your teeth while bathing in RT10/RW05 Desa Raja, Ngabang District, Landak District. The better the behavior of cleaning teeth, the better the level of dental hygiene and the better the dental caries rate and vice versa. It is recommended for future research to examine the relationship between brushing teeth after breakfast and before going to bed at night.

Keywords: Behavior, Dental Caries, Time to Brush Teeth.

Corresponding author

Email: nenysetiawaty26@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Kebiasaan menyikat gigi merupakan hal yang terpenting dalam pencegahan kesehatan gigi dan mulut, berdasarkan data waktu menyikat gigi menunjukkan bahwa perilaku pelihara diri masyarakat Indonesia dalam kesehatan mulut masih sangat rendah. Hal ini ditunjukkan oleh data bahwa 91,1% penduduk Indonesia sudah menyikat gigi, namun hanya 7,3% yang berperilaku benar dalam waktu menyikat gigi. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan angka karies gigi terhadap perilaku menyikat gigi setelah sarapan pagi dan sebelum tidur malam. Jenis Penelitian ini adalah Explanatory Research dengan metode survey dengan pendekatan Cross-Sectional. Sampel dalam penelitian ini adalah Warga RT10/RW05 Desa Raja, Kecamatan Ngabang, Kabupaten Landak sebanyak 49 orang. Data yang di kumpulkan berupa sumber data yang di peroleh langsung, dengan pemeriksaan angka karies gigi (DMF-T). Dari hasil penelitian menggunakan uji statistik Independent sample test di peroleh mean/rata-rata menyikat gigi pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur adalah 0,22 dan mean/rata-rata menyikat gigi saat mandi adalah 0,78 dan selisih rata-rata 0,56 dengan perbedaan rata-rata 0,031, probabilitasnya 0,839, karena probabilitasnya lebih besar dari 0,05 yang artinya tidak ada perbedaan angka karies gigi terhadap perilaku menyikat gigi setelah sarapan pagi dan sebelum tidur malam dengan perilaku menyikat gigi saat mandi di RT10/RW05 Desa Raja, Kecamatan Ngabang, Kabupaten Landak. Semakin baik perilaku membersihkan gigi semakin baik tingkat kebersihan gigi dan semakin baik pula angka karies gigi dan begitu pula sebaliknya. Disarankan untuk penelitian selanjutnya meneliti terkait tentang hubungan menyikat gigi setelah sarapan pagi dan sebelum tidur malam.

Kata Kunci: Perilaku, Karies Gigi, Waktu Menyikat Gigi.

PENDAHULUAN

Karies gigi merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang memerlukan penanganan secara komprehensif, karena dampaknya sangat luas sehingga perlu penanganan segera sebelum terlambat, kebiasaan menyikat gigi merupakan hal yang terpenting dalam pencegahan terjadinya karies gigi. Berdasarkan data waktu menyikat gigi menunjukkan bahwa perilakuelihara diri masyarakat Indonesia dalam kesehatan mulut masih sangat rendah. Hal ini ditunjukkan oleh data bahwa 91,1% penduduk Indonesia sudah menyikat gigi, namun hanya 7,3% yang berperilaku benar dalam waktu menyikat gigi (Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2007).

Pemeliharaan kebersihan gigi dan mulut menjadi salah satu upaya meningkatkan kesehatan. Karena hal tersebut dapat mencegah terjadinya berbagai penyakit rongga mulut. Kesehatan gigi dan mulut menjadi salah satu aspek pendukung paradigma sehat serta merupakan strategi pembangunan nasional untuk mewujudkan Indonesia sehat 2010. Kesadaran seseorang akan pentingnya kesehatan gigi terlihat dari pengetahuan yang ia miliki. Salah satu penyebab timbulnya masalah kesehatan gigi dan mulut pada masyarakat adalah faktor perilaku atau resiko yang mengabaikan kebersihan gigi dan mulut. Hal ini dilandasi oleh kurangnya pengetahuan akan pentingnya pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut (Kawuryan, 2008).

Prevalensi karies gigi di Indonesia adalah 25,7% dengan proporsi tertinggi pada usia produktif 35 sampai 44 tahun sebesar 30,5%, 45 sampai 54 tahun sebesar 31,9%, dan sebanyak 14 provinsi mempunyai prevalensi masalah gigi dan mulut diatas angka nasional. Riset kesehatan dasar (Riskesdas) melaporkan data menyikat gigi di Indonesia setiap hari adalah 94,2%, sebanyak 15 provinsi berada dibawah prevalensi nasional (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2013).

Perilaku benar dalam menyikat gigi berkaitan dengan faktor gender, ekonomi, dan dawrah tempat tinggal. Sebagian besar penduduk Indonesia menyikat gigi pada saat mandi pagi maupun sore (76,6%). Menyikat gigi dengan benar adalah setelah makan pagi dan sebelum tidur malam, di Indonesia ditemukan hanya 2,3% untuk menyikat gigi dengan benar (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2013).

Kebiasaan menyikat gigi telah di ajarkan secara turun-temurun kepada setiap generasi. Kini sikat gigi merupakan suatu keperluan baik pada anak-anak maupun orangtua. Umumnya masyarakat menyikat gigi untuk membersihkan permukaan gigi dari sisa-sisa makanan. Menyikat gigi biasanya dilakukan pada saat mandi. Hal ini didasarkan pada pengetahuan masyarakat bahwa menyikat gigi dilakukan minimal dua kali sehari. Menyikat gigi saat mandi akan meningkatkan resiko penumpukan plak yang terbentuk dari endapan sisa makanan di pagi dan malam hari, karena banyak orang cenderung makan setelah pagi maupun sore hari. Plak yang menumpuk tersebut merupakan penyebab utama terbentuknya gigi berlubang dan menjadi pemicu penyakit gusi. Menyikat gigi merupakan salah satu hal penting dalam proses terjadinya karies gigi (Arici, et al., 2007).

Secara umum menyikat gigi bertujuan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan mulut terutama gigi dan jaringan gingiva, menimbulkan rasa segar dalam mulut dengan menambahkan pasata gigi, menyingkirkan plak, mencegah karies dan penyakit periodontal, dan melapisi gigi dengan fluor. Menyikat gigi dilakukan minimal dua kali sehari yaitu setelah sarapan dan sebelum tidur dimalam hari. Tujuan menyikat gigi setelah sarapan adalah untuk membersihkan sisa makanan yang menempel di gigi, menyegarkan nafas, dan membuat lebih percaya diri. Membiasakan diri menyikat gigi setelah sarapan otomatis akan membiasakan sarapan setiap pagi. Menyikat gigi sebelum tidur penting dan sangat efektif untuk menjaga kesehatan gigi. Malam hari aktivitas kuman meningkat dua kali lipat di dibandingkan pada siang hari. Sementara kemampuan saliva untuk menetralsisir kuman berkurang karena tidak ada makanan atau minuman yang masuk ke dalam mulut. Untuk itu perlu menyikat gigi sebelum tidur (Sriyono, 2005).

Menyikat gigi adalah cara yang umum di anjurkan untuk membersihkan deposit lunak pada permukaan gigi dan gusi sehingga penumpukan plak dapat di hindari. Cara menyikat gigi yang baik dan benar yaitu dilakukan secara tekun, teliti dan teratur. Tekun artinya sikat gigi dilakukan dengan giat dan sungguh-sungguh, teliti artinya sikat gigi dilakukan pada seluruh permukaan

gigi dan teratur dilakukan minimal dua kali sehari. Waktu yang tepat untuk menyikat gigi adalah setiap selesai sarapan dan sebelum tidur malam. Menyikat gigi harus dilakukan dengan baik dan benar agar sisa-sisa makanan benar-benar dapat di hilangkan dari permukaan gigi. Jika tidak dibersihkan akan menimbulkan berbagai masalah, salah satunya adalah karies gigi.

Karies gigi merupakan sebuah penyakit infeksi yang merusak struktur gigi, penyakit ini menyebabkan gigi berlubang. Jika tidak ditangani, penyakit ini akan menyebabkan nyeri, gangguan tidur, penanggalan gigi, infeksi, berbagai kasus berbahaya dan bahkan kematian. Penyebab penyakit tersebut karena mengkonsumsi makanan yang manis dan lengket, malas atau salah dalam waktu menyikat gigi, kurangnya perhatian kesehatan gigi dan mulut atau bahkan tidak pernah sama sekali memeriksa kesehatan gigi (Listiono, 2012).

Riset kesehatan dasar (Riskesdas) melaporkan angka karies gigi di kabupaten landak adalah 2,28% dan yang berperilaku benar dalam menggosok gigi di kabupaten Landak adalah 10,4% sedangkan yang tidak berperilaku benar dalam menyikat gigi adalah 89,6% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2013).

Berdasarkan data angka karies gigi yang cukup tinggi di kabupaten landak dan rendahnya yang berperilaku benar dalam menyikat gigi. Penelitian bertujuan untuk melakukan penelitian tentang perbedaan angka karies gigi terhadap perilaku menyikat gigi setelah sarapan pagi dan sebelum tidur malam di RT10/RW05 Desa Raja, Kecamatan Ngabang, kabupaten Landak.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah metode survey dan jenis penelitian Explanatory Research ini adalah penelitian yang menjelaskan perbedaan kausal antara 2 variabel independen dengan pendekatan Cross-Sectional. Pelaksanaan dilakukan sekaligus pada waktu yang bersamaan (Riyanto, 2011). Penelitian ini telah dilaksanakan pada bulan Maret 2016. Penelitian ini dilakukan di RT10/RW05 Desa Raja, Kecamatan Ngabang, Kabupaten Landak. Populasi dalam penelitian ini adalah warga RT10/RW05 Desa Raja, Kecamatan Ngabang, Kabupaten Landak yang berjumlah 145 orang. Sampel pada penelitian ini diambil dengan tehnik purposive non roudom sampling yang berjumlah 49 orang dengan kriteria berusia 20 tahun ke atas dengan alasan bahwa usia tersebut sudah produktif, sehingga di dapatkan sampel 11 orang yang berperilaku menyikat gigi setelah sarapan pagi dan sebelum tidur malam dan 38 orang yang berperilaku menyikat gigi saat mandi. Analisa data dilakukan baik dengan cara manual secara software, yaitu menggunakan aplikasi komputer.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Total	
		f	%
1	Laki-laki	18	36,7
2	Perempuan	31	63,3
	Jumlah	49	100

Diketahui bahwa responden yang berjenis kelamin perempuan berjumlah 31 orang (63,3%), lebih banyak dari reponden yang berjenis kelamin laki-laki yaitu berjumlah 18 orang (36,7%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan umur

No	Umur	Total	
		f	%
1	20 Tahun	2	4.1
2	21 Tahun	1	2.0
3	24 Tahun	2	4.1
4	25 Tahun	3	6.1
5	26 Tahun	1	2.0
6	28 Tahun	2	4.1

7	30 Tahun	1	2.0
8	31 Tahun	1	2.0
9	32 Tahun	3	6.1
10	33 Tahun	2	4.1
11	34 Tahun	2	4.1
12	35 Tahun	2	4.1
13	37 Tahun	1	2.0
14	38 Tahun	4	8.2
15	39 Tahun	1	2.0
16	40 Tahun	1	2.0
17	41 Tahun	1	2.0
18	42 Tahun	3	6.1
19	43 Tahun	1	2.0
20	44 Tahun	1	2.0
21	45 Tahun	2	4.1
22	46 Tahun	3	6.1
23	48 Tahun	1	2.0
24	49 Tahun	3	6.1
25	50 Tahun	1	2.0
26	52 Tahun	1	2.0
27	54 Tahun	1	2.0
28	56 Tahun	2	4.1
	Jumlah	49	100

Diketahui bahwa responden terbanyak terdapat pada usia yang berumur 38 tahun dengan jumlah 4 orang (8,2%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Angka Karies Gigi Terhadap Perilaku Menyikat Gigi Setelah Sarapan Pagi dan Sebelum Tidur Malam.

No	Kategori Angka Karies Gigi	F	%
1.	Sangat rendah	3	27,3
2.	Rendah	2	18,2
3.	Sedang	4	36,4
4.	Tinggi	1	9,1
5.	Sangat tinggi	1	9,1
	Jumlah	11	100

Diketahui bahwa responden dengan kategori angka karies gigi yang terbesar terhadap perilaku menyikat gigi setelah sarapan pagi dan malam sebelum tidur adalah kategori sedang berjumlah 4 orang (36,4%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Waktu Menyikat Gigi Saat Mandi.

No	Angka Karies Gigi terhadap perilaku menyikat gigi saat mandi	F	%
1.	Sangat rendah	7	18,4
2.	Rendah	4	10,5
3.	Sedang	11	28,9
4.	Tinggi	5	13,2
5.	Sangat tinggi	11	28,9
	Jumlah	38	100

Diketahui bahwa responden dengan kategori angka karies gigi yang terbanyak terhadap perilaku menyikat gigi saat mandi adalah kategori sedang dan sangat tinggi yang berjumlah 11 orang (28,9%).

Tabel 5. Distribusi Berdasarkan Angka Karies Gigi Terhadap Perilaku Menyikat Gigi Setelah Sarapan Pagi dan Sebelum Tidur Malam dengan Perilaku Menyikat Gigi Saat Mandi.

Waktu menyikat gigi	Angka Karies Gigi				
	Sangat rendah	Rendah	sedang	Tinggi	Sangat tinggi
Setelah sarapan pagi dan sebelum tidur malam	2	3	2	0	4
Saat mandi	8	3	12	6	9
Jumlah	10	6	14	6	13

Diketahui bahwa responden dengan kategori angka karies gigi terbanyak terhadap perilaku menyikat gigi setelah sarapan pagi dan sebelum tidur malam dengan perilaku menyikat gigi saat mandi adalah kategori sedang yang berjumlah 14 orang.

Tabel 6. Hasil Uji Hiptesis Angka Karies Gigi Terhadap Waktu Menyikat Gigi.

Independent Samples Test	T-test untuk angka karies gigi					
	N	Mean	Selisih Mean	t	Mean Difference	Sig
Perilaku menyikat gigi setelah sarapan pagi dan sebelum tidur malam.	49	0,22	0,56	0,204	0,031	0,839
Perilaku menyikat gigi saat mandi		0,78				

Hasil uji statistik dengan independent t-test di peroleh mean/rata-rata menyikat gigi pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur adalah 0,22 dan mean/rata-rata menyikat gigi saat mandi adalah 0,78 dan selisih rata-rata 0,56 dengan perbedaan rata-rata 0,031, probabilitasnya 0,839, karena probabilitasnya lebih besar dari 0,05 maka Hipotesis alternatif di tolak dan Hipotesis nol di terima yang artinya tidak ada perbedaan angka karies gigi terhadap perilaku menyikat gigi setelah sarapan pagi dan sebelum tidur malam dengan perilaku menyikat gigi saat mandi di RT10/RW05 Desa Raja, Kecamatan Ngabang, Kabupaten Landak.

PEMBAHASAN

Secara deskriptif terlihat bahwa angka karies gigi terhadap perilaku menyikat gigi saat mandi lebih besar angka karies giginya di bandingkan perilaku menyikat gigi setelah sarapan pagi dan sebelum tidur malam. Hal ini mengakibatkan tingginya angka karies gigi yang terjadi pada sebagian besar responden. Di ketahui bahwa angka karies gigi terhadap perilaku menyikat gigi saat mandi adalah sangat tinggi dengan persentase 28,9% dari 38 orang responden sedangkan angka karies gigi terhadap perilaku menyikat gigi setelah sarapan dan sebelum tidur malam adalah sedang dengan persentase 36,4% dari 11 orang responden.

Menyikat gigi secara teratur juga belum menjamin gigi dan mulut terbebas dari masalah kesehatan gigi khususnya karies gigi. Keefektivitasan menyikat gigi tergantung pada bentuk sikat gigi yang dipakai, metode menyikat gigi, frekuensi dan lamanya menyikat gigi. Seseorang bisa saja mengalami karies gigi walaupun dia telah rajin menyikat gigi. Hal ini disebabkan karena belum mengertinya cara menyikat gigi yang efektif dan benar.

Dilihat dari hasil penelitian tidak terdapat perbedaan yang signifikan, akan tetapi perbedaan dapat di lihat dari rata-rata angka karies gigi terhadap perilaku menyikat gigi setelah sarapan pagi dan sebelum tidur malam dengan perilaku menyikat gigi saat mandi. Rata-rata untuk perilaku menyikat gigi setelah sarapan pagi dan sebelum tidur malam adalah 0,22 sedangkan rata-rata untuk perilaku menyikat gigi saat mandi adalah 0,78. Hal ini didasarkan pada perilaku masyarakat yang kurang dalam pengetahuan, sikap serta tindakan masyarakat yang berkaitan dengan menjaga kesehatan gigi dan mulut khususnya dalam waktu menyikat gigi. Menyikat gigi dilakukan minimal dua kali sehari yaitu setelah sarapan pagi dan sebelum tidur malam.

Kurangnya pemahaman masyarakat tentang penatalaksanaan menyikat gigi yang benar menyebabkan mereka rentan terhadap penyakit gigi dan mulut khususnya karies gigi. Menyikat gigi setelah sarapan sangatlah di anjurkan, karena umumnya sebagian responden membersihkan gigi nya pada saat mandi. Sesungguhnya, hal ini merupakan suatu kebiasaan yang kurang tepat dikarenakan sisa-sisa makanan yang menempel pada gigi setelah sarapan tidak di bersihkan, sehingga bisa menyebabkan pembentukan plak. Sriyono (2005), menyikat gigi setelah makan dapat mencegah timbulnya 2 penyakit mulut yang utama yaitu karies gigi dan penyakit periodontal.

Hockenberry (2007) mengatakan kebiasaan menggosok gigi sebelum tidur penting dilakukan karena produksi saliva kurang efektif sebelum tidur dimana saliva berfungsi untuk menetralkan kondisi asam pada mulut sehingga menghambat pertumbuhan bakteri perusak gigi di mulut. Di samping itu interaksi bakteri dan sisa makanan yang berasal dari makan malam dapat terjadi ketika tidur malam hari.

Menurut Jane Chumbley dan Clare Walters (2003) pengetahuan kesehatan gigi adalah bahwa seseorang memperoleh pengetahuan melalui penginderaan terhadap objek tertentu. Pengetahuan diperoleh sebagai akibat stimulus yang ditangkap oleh paca indra. Pengetahuan bisa diperoleh secara alami maupun secara terencana yaitu melalui proses pendidikan. Pengetahuan merupakan ranah yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan.

Pendidikan merupakan bimbingan yang diberikan oleh seseorang kepada orang lain agar mereka dapat memahami. Tidak dapat di pungkiri bahwa makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah pula bagi mereka untuk menerima informasi dan pada akhirnya makin banyak pula pengetahuan yang mereka miliki.

Sedangkan sikap dapat menjadi suatu tindakan yang nyata yaitu diperlukan faktor pendukung atau kondisi yang memungkinkan adanya sarana dan prasarana atau fasilitas (Budiharto, 2010).

Kurangnya kesadaran dan pengetahuan tentang waktu menyikat gigi menjadi salah satu faktor penyebab tingginya angka kerusakan gigi yang di alami masyarakat di RT 10/RW 05 Desa Raja, Kecamatan Ngabang, Kabupaten Landak. Pencegahan terhadap tingginya angka karies gigi di RT10/RW05, dapat di atasi dengan peningkatan upaya promotif dalam memberikan penyuluhan kepada masyarakat tentang menjaga kesehatan gigi dan mulut khususnya dalam waktu menyikat gigi.

Menyikat gigi secara teratur akan menyebabkan kondisi rongga mulut semakin bersih dan baik, karena menyikat gigi adalah salah satu cara yang dapat mengontrol plak untuk mencegah karies gigi. Semakin baik perilaku membersihkan gigi semakin baik tingkat kebersihan gigi dan semakin rendah pula angka kerusakan gigi. Sebaliknya semakin buruk perilaku membersihkan gigi semakin buruk tingkat kebersihan gigi dan mulut maka semakin tinggi akan kerusakan gigi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian perbedaan angka karies gigi terhadap perilaku menyikat gigi setelah sarapan pagi dan sebelum tidur malam dengan perilaku menyikat gigi saat mandi di RT10/RW05 Desa Raja, Kecamatan Ngabang, Kabupaten Landak maka dapat di simpulkan bahwa tidak ada perbedaan angka karies gigi terhadap perilaku menyikat gigi setelah sarapan pagi dan sebelum tidur malam. Disarankan untuk penelitian selanjutnya meneliti terkait tentang hubungan menyikat gigi setelah sarapan pagi dan sebelum tidur malam.

REFERENSI

Arici, S., Alkan, A., & Arici, N. (2007). Comparison of different toothbrushing protocols in poor-

- toothbrushing orthodontic patients. *The European Journal of Orthodontics*, 29(5), 488-492.
<https://doi.org/10.1093/ejo/cjm038>
- Budiharto, E. (2008). *Metodologi penelitian kesehatan dengan contoh bidang ilmu kesehatan gigi*. Jakarta: EGC.
- Chumbley, J. & Walters, C. (2003). *Merawat Gigi*. Jakarta: Erlangga.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2007). *Pendidikan Kesehatan Gigi*. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Hockenberry, M. J., Wilson, D., Winkelstein, M., & Kline, N. E. (2007). *Nursing care of infants and children*. St Louis, MO: Mosby Elsevier.
- Kawuryan, U. (2008). *Hubungan Pengetahuan Tentang kesehatan gigi dan mulut dengan kejadian karies gigi anak SDN Kleco II Kelas V dan VI Kecamatan Laweyan Surakarta. Skripsi Thesis*. Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2013). *Riset Kesehatan Dasar 2013*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Listiono. B. (2012). *Kesehatan gigi dan mulut*. Tangerang: Litbang
- Riyanto, A. (2011). *Metologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuba Medika.
- Sriyono, N. W. (2005). *Pengantar Ilmu kedokteran Gigi Pencegahan*. Yogyakarta: Medika-Fakultas Kedokteran UGM