**THE WATER EFFECT OF GREEN TEA AND BLACK TEA**

**ON PLAQUE SCORES**

Eva Lydia Yunita\*, Suharjono, Dwi Eni Purwati

Majoring in Dental Nurse Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Kyai Mojo Street No.56 D.I Yogyakarta

E-mail : [evalydia99@gmail.com](mailto:evalydia99@gmail.com)

**ABSTRACT**

**Background** : Gargling can help get rid of the leftovers and can be an effective and practical solutions to address the area that are not reached by the tooth brush. Green tea and black tea contain compounds of catechins and polyphenols, catechins which is capable of reducing the formation of dental plaque. Plaque scores to monitoring oral hygiene.

**Research Objective** : To determine The water effect of green tea and black tea on plaque scores.

**Research Methods** : This type of research is quasi eksperiment with Non-equivalent control group design. The samples using purposive sampling, measurement of plaque scores with Personal Hygiene Performance (PHP). The data obtained and analyzed, and to see the difference in plaque scores before and after the experiment by using Paired T-Test and Independent T-Test. After the experiment, it was that value before of the gargling of green tea on the plaque scores obtained of P=0,04 (P<0,05) and after gargling black tea water on the plaque scores obtained of P=0,013 (P<0,005). the experiment by using Independent T-Tes, it was that value before of the gargling of green tea and black tea on the plaque scores obtained of P=0,006 (P<0,05) and after gargling green tea black tea water on the plaque scores obtained of P=0,003 (P<0,005) so that there are difference in plaque scores.

**Conclusion**: There is an effect of green tea and black tea on plaque scores

**Keywords**: dental plaque, green tea, black tea

**PENGARUH AIR SEDUHAN TEH HIJAU DAN TEH HITAM**

**TERHADAP SKOR PLAK**

Eva Lydia Yunita\*, Suharjono, Dwi Eni Purwati

Jurusan Keperawatan Gigi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Jalan Kyai Mojo No.56 D.I Yogyakarta

E-mail : [evalydia99@gmail.com](mailto:evalydia99@gmail.com)

**ABSTRAK**

**Latar belakang** : Berkumur dapat membantu membersihakan sisa-sisa makanan dan bisa menjadi solusi yang efektif dan praktis untuk mengatasi daerah yang tidak terjangkau sikat gigi. Teh hijau maupun teh hitam mengandung katekin dan polipenol, katekin ini yang terkandung dalamnya dapat menghambat aktivitas bakteri mampu mengurangi pembentukan plak gigi. Penilaian skor plak menunjukkan kebersihan gigi dan mulut, bertujuan untuk memonitor kebersihan mulut.

**Tujuan** : Diketahuinya pengaruh air seduhan teh hijau dan teh hitam terhadap skor plak.

**Metode** : Penelitian ini bersifat *quasi eksperiment* dengan rancangan *Non-equivalent control group design*. Pengambilan sampel dengan *purposive sampling*, pengukuran skor plak menggunakan Personal Hygiene Performance (PHP). Analisis data menggunakan uji *Paired T-Test* dan uji *Independent T-Test.*

**Result :** Setelah dilakukan uji perbedaan uji *Paired T-Test* diketahui nilai berkumur air seduhan teh hijau terhadap skor plak didapatkan p= 0,04 (P < 0,05) dan berkumur air seduhan teh hitam terhadap skor plak didapatkan p = 0,013 (P < 0,05) sehingga ada perbedaan skor plak pada kedua kelompok tersebut yang menunjukkan bahwa kelompok teh hijau lebih efektif dalam menurunkan skor plak. Dan dengan uji independent T-Test diketahui nilai sebelum berkumur air seduhan teh hijau dan teh hitam p=0,006 (p<0,05) dan sesudah berkumur air seduhan teh hijau dan teh hitam p=0,006 (p<0,05) menunjukkan ada perbedaan dan penurunan skor plak sebelum dan sesudah berkumur air seduhan teh hijau dan teh hitam.

**Kesimpulan**: Ada pengaruh air seduhan teh hijau dan teh hitam terhadap skor plak

**Kata Kunci:** Plak gigi, teh hijau, teh hitam