

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh berkumur ekstrak buah lontar terhadap skor debris indeks, dapat disimpulkan bahwa:

1. Skor debris indeks sebelum berkumur ekstrak buah lontar sebagian besar responden berada dalam kategori sedang dengan rata-rata skor 1,4.
2. Skor debris indeks setelah berkumur ekstrak buah lontar sebagian besar responden berada dalam kategori baik dengan rata-rata skor 0,5.
3. Terdapat penurunan rata-rata skor debris indeks dari 1,4 menjadi 0,5 setelah berkumur ekstrak buah lontar.

B.Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Masyarakat

Disarankan untuk memanfaatkan bahan alami seperti buah lontar sebagai alternatif tambahan dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut, tanpa menggantikan kebiasaan menyikat gigi secara rutin.

2. Bagi Tenaga Kesehatan Gigi

Dapat mempertimbangkan pemanfaatan bahan herbal lokal sebagai media edukasi promotif dan preventif dalam menjaga kesehatan rongga mulut.

3. Bagi Intitusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi sebagai bahan acuan bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji pemanfaatan bahan alami lokal dalam upaya meningkatkan kesehatan gigi dan mulut.

4. Bagi Penelitian Selanjutkan

Disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan jumlah sampel yang lebih besar, waktu pengamatan yang lebih lama, serta desain penelitian eksperimental yang lebih kuat (misalnya dengan kelompok kontrol) guna memastikan efektivitas dan keamanan ekstrak buah lontar dalam jangka panjang.