

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 53 siswa kelas III dan IV SD Komodo Inerie Matani Kota Kupang mengenai gambaran pola makan dan kejadian karies gigi, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pola makan siswa-siswi sebagian besar memiliki kategori cukup.
2. Sebanyak sisw-siswa-siswa memiliki status karies gigi kategori sangat rendah, yaitu sebanyak 24 anak (45,3%).
3. Gambaran pola makan dan status karies gigi menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki pola makan kategori cukup, yaitu 26 anak (49,1%), sedangkan 22 anak (41,5%) berada pada kategori kurang.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka dapat disampaikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Pihak Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai dasar dalam pengambilan keputusan untuk meningkatkan kesehatan gigi dan mulut siswa di SD Komodo Inerie Matani. Sekolah diharapkan dapat bekerja sama dengan Puskesmas setempat dalam melaksanakan program promosi kesehatan gigi dan mulut secara rutin, seperti penyuluhan tentang pola makan sehat, cara menyikat gigi yang benar, serta pemeriksaan kesehatan gigi secara berkala.

2. Orang Tua Siswa

Orang tua diharapkan melakukan pendampingan dan pengawasan terhadap anak dalam menerapkan perilaku hidup sehat, terutama menjaga kebersihan gigi dan mulut melalui kebiasaan menyikat gigi minimal dua kali sehari, serta mengawasi pola makan dengan membatasi konsumsi makanan dan minuman manis atau lengket.

3. Siswa

Siswa diharapkan menerapkan pola makan yang sehat dengan mengurangi konsumsi makanan kariogenik, memperbanyak konsumsi makanan bergizi seimbang, serta membiasakan menyikat gigi dengan baik dan benar secara teratur untuk mencegah terjadinya karies gigi.

4. Puskesmas

Puskesmas diharapkan dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai bahan pertimbangan dalam menyusun dan meningkatkan program promotif serta preventif kesehatan gigi dan mulut pada anak usia sekolah melalui kegiatan Usaha Kesehatan Gigi Sekolah (UKGS), penyuluhan kesehatan gigi dan mulut, pemeriksaan gigi berkala, serta kegiatan sikat gigi bersama.

5. Peneliti Selanjutnya

Data penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kejadian karies gigi, seperti kebiasaan menyikat gigi, penggunaan pasta gigi, dan status sosial ekonomi orang tua. Selain

itu, disarankan agar penelitian selanjutnya menggunakan jumlah sampel yang lebih besar dan cakupan wilayah yang lebih luas sehingga hasil penelitian dapat digeneralisasikan dengan lebih baik.