

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada siswa-siswi kelas VII SMP Negeri 11 Kupang mengenai Gambaran kebiasaan pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut dan angka OHI-S dapat disimpulkan bahwa

1. Kebiasaan siswa siswi kelas VII SMP Negeri 11 Kupang dalam memelihara kesehatan gigi dan mulut sebanyak 55,9% berada dalam kategori buruk
2. Kebersihan gigi dan mulut (OHI-S) pada siswa siswi kelas VII SMP Negeri 11 Kupang sebanyak 58,9% berada dalam kategori sedang.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil kesimpulan penelitian ini, peneliti memberikan beberapa saran yang dapat dirangkum sebagai berikut:

##### **1. Bagi Siswa-Siswi SMP Negeri 11 Kupang**

Siswa-siswi diharapkan untuk menjaga kebersihan gigi dan mulut agar terhindar dari penyakit gigi dengan cara menyikat gigi dua kali sehari, menggunakan benang gigi setiap hari, dan mengunjungi dokter gigi setidaknya dua kali setahun. Selain itu, sebaiknya mengurangi makanan dan minuman manis, banyak minum air putih, menghindari kebiasaan buruk seperti menggigit kuku, serta belajar tentang kesehatan gigi melalui diskusi dengan teman dan keluarga untuk saling mendukung.

##### **2. Untuk SMP Negeri 11 Kupang**

Diharapkan adanya dukungan dari pihak sekolah untuk membuat Program Usaha Kesehatan Gigi Sekolah (UKGS) sehingga dokter atau perawat gigi dapat berperan aktif dalam mengedukasi dan mengontrol kesehatan gigi dan mulut pada siswa/i dan akhirnya menimbulkan kebiasaan yang lebih baik dalam merawat gigi dan mulutnya.

### **3. Bagi Jurusan Kesehatan Gigi**

Diharapkan agar jurusan Kesehatan Gigi melakukan survei untuk memahami kebiasaan perawatan gigi siswa, yang mencakup seberapa sering mereka menyikat gigi, penggunaan benang gigi, dan frekuensi kunjungan ke dokter gigi, serta faktor-faktor yang memengaruhi kebiasaan tersebut.