

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Rokok elektrik merupakan salah satu alternatif terapi pengganti rokok. Beberapa orang di Indonesia bahkan di beberapa negara sudah mulai banyak yang menggunakan rokok elektrik ini sebagai salah satu alternatif pengganti rokok, namun ada juga yang menggunakan rokok elektrik hanya untuk gaya hidup maupun mengikuti trend yang ada hingga saat ini.

Banyak pengguna rokok konvensional yang beralih menggunakan rokok elektrik karena beranggapan bahwa rokok tersebut jauh lebih aman dari rokok konvensional. Pada kenyataannya rokok elektrik dapat menimbulkan iritasi mulut, sakit tenggorokan, mulut kering, sariawan, karies gigi, bahkan karang gigi.

B. Saran

1. Disarankan kepada pengguna rokok elektrik untuk memperhatikan dalam penggunaan rokok elektrik sehingga tetap menjaga kesehatan umum maupun kesehatan gigi dan mulutnya.
2. Disarankan kepada pengguna rokok elektrik untuk melakukan pemeriksaan gigi secara rutin minimal 6 bulan sekali serta melakukan perawatan gigi apabila mengalami suatu masalah seperti dilakukan penambalan serta memanfaatkan pelayanan kesehatan gigi yang ada di puskesmas untuk menanggulangi kesehatan gigi dan mulut.

3. Disarankan kepada pengguna rokok elektrik agar dapat menjaga kesehatan gigi dan mulut dengan cara menyikat gigi minimal 2 kali sehari dengan waktu dan teknik yang benar.
4. Disarankan untuk melakukan penelitian lanjut dengan cakupan yang lebih luas dan beragam mengenai hubungan rokok elektrik dan rongga mulut karena sangat kurangnya data yang tersedia mengenai dampak rokok elektrik secara spesifik terhadap rongga mulut khususnya di Indonesia.