

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Dari hasil penelitian tentang perbedaan mengunyah Tebu dan Buah Naga Putih terhadap skor debris indeks pada siswa kelas V SDN 2 Negeri Katon dan kelas V SDN 4 Negeri Katon, dapat ditemukan suatu hasil simpulan yaitu :

1. Hasil rata-rata kriteria skor debris indeks sebelum mengunyah tebu yaitu sedang (70%) dan rata-rata kriteria skor debris sesudah mengunyah tebu yaitu baik (67%).
2. Hasil rata-rata kriteria skor debris indeks sebelum mengunyah naga putih yaitu sedang (60%) dan rata-rata kriteria skor debris indeks sesudah mengunyah naga putih yaitu baik (96%).
3. Buah naga putih lebih efektif dalam menurunkan skor debris indeks dibandingkan tebu.

B. Saran

1. Diharapkan kepada siswa/i kelas V SDN 2 Negeri Katon dan kelas V SDN 4 Negeri Katon banyak mengkonsumsi buah berserat dan berair agar dapat meningkatkan kebersihan gigi dan mulut dengan mengunyah buah berserat berair sebanyak 32 kali kunyahan dengan menggunakan kedua sisi rahang supaya penurunan nilai debris indeks dapat turun secara maksimal.
2. Diharapkan adanya penelitian ini menjadi informasi dan referensi bagi mahasiswa, serta diharapkan bagi institusi dapat menyediakan referensi yang lebih banyak lagi terkait tentang mengunyah buah berserat dan berair seperti mengunyah Tebu dan Naga Putih