

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Hasil dari Penelitian tentang pengaruh mengonsumsi buah apel terhadap debris indeks dan pH saliva pada mahasiswa/i tingkat 1 jurusan kesehatan gigi poltekkes tanjungkarang tahun 2024, dapat ditemukan suatu hasil kesimpulan yaitu:

1. Debris indeks sebelum mengonsumsi buah apel berkriteria baik sebesar 24,4%, sedang sebesar 73,3%, buruk sebesar 2,2% dan terjadi penurunan sesudah mengonsumsi buah apel menjadi kriteria baik sebesar 88,9%, sedang sebesar 11,1%, buruk sebesar 0%.
2. pH Saliva sebelum mengonsumsi buah apel berkriteria asam sebesar 0%, netral sebesar 88,9%, basa lemah sebesar 11,1% dan terjadi peningkatan sesudah mengonsumsi buah apel menjadi kriteria asam 0%, netral sebesar 17,8%, basa lemah sebesar 82,2%.
3. Dari uji Wilcoxon terdapat pengaruh mengonsumsi buah apel terhadap kriteria Debris Indeks dengan p-value 0,000 dan terdapat pengaruh mengonsumsi buah apel terhadap kriteria pH saliva dengan p-value 0,000.

#### **B. Saran**

1. Diharapkan kepada mahasiswa/i tingkat 1 jurusan kesehatan gigi poltekkes tanjungkarang tahun 2024 supaya banyak mengonsumsi buah berserat dan berair agar dapat meningkatkan kebersihan gigi dan mulut seperti buah apel.
2. Diharapkan adanya penelitian ini menjadi informasi dan referensi bagi mahasiswa serta diharapkan bagi institusi dapat menyediakan referensi mengenai manfaat mengonsumsi buah berserat dan berair seperti buah apel.
3. Untuk peneliti selanjutnya disarankan agar melakukan penelitian pada kelompok rentan karies seperti anak sekolah, kemudian meneliti sekresi saliva nya, dan menggunakan variabel pembanding agar diketahui buah mana yang lebih efektif dalam menurunkan debris indeks dan pH saliva.