

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Pengaruh pengunyaha sayur seledri cukup efektif dalam meningkatkan pH saliva sebelum dan sesudah dari mengunyah sayur seledri, karena dengan mengunyah seledri mentah dapat merangsang kelenjar untuk memproduksi lebih banyak saliva.

Serta dalam hasil penelitian menyatakan bahwa :

1. Sebelum pengunyahan seledri data frekuensi pH komunitas pengajian adalah 26 orang (76,5%) dengan kategori asam dan 8 orang (23,5%) dengan kategori normal.
2. Sesudah mengunyah seledri data frekuensi pH komunitas pengajian adalah 3 orang (9%) dengan kategori asam, 16 orang (47%) dengan kategori normal dan 15 orang (44%) dengan kategori basa.
3. Dari kedua data tersebut menyatakan adanya pengaruh dari pengunyahan sayur seledri terhadap pH saliva pada komunitas pengajian. Katena dari hasil *asympt.sig* adalah 0.00 lebih kecil dari 0,05 maka hipotesis diterima.

B. Saran

1. Bagi Komunitas Pengajian

Diharapkan dengan dilakukannya penelitian tentang pH saliva supaya lebih memperhatikan dan mengonsumsi makanan yang dapat meningkatkan produksi saliva. Karena saliva dapat menghilangkan sisa-sisa makanan dan saliva berfungsi sebagai pelindung untuk mempertahankan kesehatan jaringan keras gigi.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya hasil dari penelitian ini dapat bermanfaat untuk menambah pengetahuan terkait perbedaan pengunyahan sayur seledri terhadap pH saliva.