

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara konsumsi makanan kariogenik dengan kesehatan gigi dan mulut. Semakin sering anak mengkonsumsi makanan kariogenik akan mengakibatkan keadaan mulut menjadi asam sehingga semakin besar juga kemungkinan demineralisasi email terjadi pada gigi dan menyebabkan karies.

B. Saran

Diharapkan anak dapat mengurangi konsumsi makanan kariogenik dan membiasakan mengkonsumsi yang lebih sehat seperti buah-buahan dan sayur mayur serta menggosok gigi dua kali sehari setelah sarapan dan sebelum tidur.