

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Dari hasil-hasil penelitian yang didapatkan dan dihimpun oleh penulis dapat disimpulkan bahwa :

Bulu sikat gigi berpengaruh dalam penurunan debris indeks dan kekerasan bulu sikat gigi yang baik adalah bulu sikat gigi yang memiliki kekerasan sedang (*medium*).

#### **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan tersebut, maka disarankan agar pada saat menyikat gigi menggunakan sikat gigi yang memiliki tekstur bulu sikat yang sedang (*medium*) untuk mendapatkan kebersihan yang maksimal dan aman, serta menyikat gigi dengan cara yang benar, baik frekuensi, waktu, maupun teknik menyikat gigi.