

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Berdasarkan beberapa penelitian literatur terdahulu yang telah penulis telaah dan teliti dari buku, jurnal, didapatkan kesimpulan sebagai berikut :
manfaat menggunakan air rebusan daun sirih (*Piper betle* L.) dapat mengatur keasaman pH saliva, yakni dengan mencegah perlekatan awal bakteri plak dan menghambat pembentukan glukon. Maka produksi asam oleh bakteri dapat dicegah, sehingga kapasitas buffer saliva meningkat dan proses pengembalian pH saliva kedalam keadaan normal lebih cepat.
2. Rebusan daun sirih berpengaruh bagi masalah kesehatan gigi dan mulut yang berkhasiat untuk mencegah bau mulut, kerusakan gigi, meredakan sariawan , mengobati gusi berdarah atau bengkak ,dan membersihkan plak gigi.

B. Saran

1. Diharapkan untuk dapat dilakukan penelitian lebih lanjut yang terkait dengan pengaruh kumur - kumur dengan air rebusan daun sirih (*Piper betle* L.) pada pH Saliva.
2. Diharapkan agar hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi dan bahan informasi untuk penelitian selanjutnya sehingga akan membantu peneliti lain dalam melakukan penelitian.

3. Diharapkan masyarakat untuk lebih meningkatkan kesadaran tentang pentingnya rebusan daun sirih yang dapat mengatasi masalah Kesehatan gigi dan mulut.