

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian kepustakaan yang diperoleh dari beberapa literatur diatas dapat disimpulkan bahwa sikat gigi elektrik lebih efektif. Penggunaan sikat gigi elektrik terhadap penurunan plak menunjukkan hasil yang lebih baik dibandingkan sikat gigi manual yang mampu memberikan efek yang signifikan pada penurunan indeks plak 2,5 kali lebih banyak. Sikat gigi elektrik dengan gerakan *oscillating and rotating* dapat menghilangkan plak 75% dalam waktu 15 detik, sehingga penggunaan sikat gigi elektrik lebih efektif menghilangkan plak pada gigi dibandingkan sikat gigi manual.

B. Saran

Bagi yang terbiasa menggunakan sikat gigi manual dianjurkan untuk dapat mengganti menjadi sikat gigi elektrik karena sikat gigi elektrik lebih efektif dalam menurunkan plak dibandingkan dengan sikat gigi manual. Sehingga dapat meningkatkan kebersihan gigi dan mulut agar terhindar dari penyakit gigi. Namun, dapat juga memilih sikat gigi manual tetapi harus menyikat gigi menggunakan teknik yang benar.