

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa menyikat gigi menggunakan bulu sikat sedang (*medium*) lebih baik dibandingkan dengan menyikat menggunakan sikat gigi halus (*soft*) karena dapat membersihkan debris lebih baik dan cepat. tingkat keefektifitasan dalam menurunkan debris indeks lebih tinggi dibandingkan dengan menyikat gigi dengan berbulu berbulu halus (*soft*), sikat gigi berbulu halus (*soft*) dalam menurunkan debris indeks kurang maksimal untuk membersihkan debris yang tebal.

B. SARAN

Disarankan agar saat menyikat gigi pilihlah sikat gigi yang kepalanya kecil dan ujungnya bulat, tangkainya yang lurus dan stabil dan gunakan sikat gigi yang berbulu sedang (*medium*) untuk mendapatkan keberhasilan yang maksimal, serta juga perlu diperhatikan dalam teknik menyikat gigi yang digunakan, frekuensi serta waktu dalam menyikat gigi.