BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Dari hasil penelitian tentang perbandingan mengunyah buah papaya dan bengkoang terhadap penurunan debris indeks pada mahasiswa/I tingkat 1 jurusan kesehatan gigi poltekkes tanjung karang tahun 2024, dapat ditemukan hasil simpulan yaitu:

1. Sebelum dan sesudah mengunyah buah papaya 38 responden memiliki kriteria sedang dengan nilai rata rata debris indeks 1.75 yang turun menjadi rata rata kriteria sedang debris indeks 0.95.
2. Sebelum dan sesudah mengunyah buah bengkoang 38 responden memiliki nilai rata rata kriteria buruk debris indeks 1.75. yang turun menjadi kriteria baik dengan rata rata debris indeks 0.4.
3. Perbandingan mengunyah buah papaya dan bengkoang dapat dilihat dari selisih rata-rata nilai debris indeks sebelum dan sesudah mengunyah buah papaya yaitu 1. , sedangkan selisih rata-rata nilai debris indeks sebelum dan sesudah mengunyah buah bengkoang yaitu 1.35. Dengan demikian terdapat perbandingan mengunyah buah papaya dan bengkoang.

B. Saran

Disarankan kepada mahasiswa/I tingkat 1 jurusan kesehatan gigi untuk menjaga kesehatan gigi dan mulutnya dengan mengunyah makanan yang mengandung serat dan air agar meningkatkan kebersihan gigi serta menurunkan debris indeks, seperti mengunyah buah papaya dan bengkoang.