

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan, simpulan yang dapat diambil dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Responden penelitian paling banyak adalah berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 65 orang (65%). Responden dengan usia paling banyak adalah usia 14 tahun dengan jumlah 30 orang (30%), sedangkan paling sedikit adalah usia 12 tahun dengan jumlah 20 orang (20%). Pola konsumsi makanan kariogenik responden penelitian tergolong baik, hal ini dikarenakan sebanyak 68 orang (68%) memiliki skor pola konsumsi makanan kariogenik di bawah rata-rata. Kebiasaan menyikat gigi responden penelitian tergolong baik, hal ini dikarenakan sebanyak 57,5% responden penelitian memiliki kebiasaan menyikat gigi baik setelah sarapan maupun sebelum tidur.
2. Frekuensi konsumsi ikan laut responden paling banyak adalah kategori kadang-kadang dengan jumlah 36 orang (36%) dan paling sedikit adalah kategori sering sekali dengan jumlah 6 orang (6%).
3. Status karies responden penelitian tergolong rendah dengan skor DMF-T rata-rata adalah 2,12.
4. Terdapat hubungan antara frekuensi konsumsi ikan laut dengan status karies pada remaja usia 12-15 tahun di daerah pesisir Kabupaten Cilacap.

B. Saran

Saran pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi masyarakat
 - a. Masyarakat sebaiknya menambah informasi mengenai makanan dengan kandungan yang baik bagi kesehatan gigi dan mulut.
 - b. Masyarakat sebaiknya meningkatkan kesadaran akan pentingnya melakukan pencegahan terhadap penyakit gigi dan mulut.
 - c. Masyarakat sebaiknya menghindari makanan-makanan yang dapat menyebabkan masalah bagi kesehatan gigi dan mulut.
2. Bagi peneliti selanjutnya
 - a. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai jenis-jenis ikan laut yang dapat mencegah terjadinya karies gigi secara optimal.
 - b. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai kandungan-kandungan makanan yang dapat mencegah terjadinya karies gigi.