

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran pengetahuan kebiasaan mengunyah dengan satu sisi rahang dan terjadinya karang gigi pada masyarakat usia 20-40 tahun yang telah dilakukan di lingkup RT 05 Dusun Karangrejek, Desa Karangrejek, Kec. Wonosari, Kab. Gunungkidul terhadap 36 responden laki-laki dan perempuan pada bulan Januari-Februari 2022, dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Responden penelitian sebagian besar memiliki pengetahuan kebiasaan mengunyah dengan satu sisi rahang dengan kriteria baik (66,7%).
2. Terjadinya karang gigi pada rongga mulut responden paling banyak terjadi pada sisi rahang sebelah kiri sebesar (58,3%).
3. Terjadinya karang gigi pada salah satu sisi rahang responden paling banyak ditemukan pada rongga mulut responden perempuan sebanyak 20 responden (55,5%).

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian mengenai gambaran pengetahuan kebiasaan mengunyah dengan satu sisi rahang dan terjadinya karang gigi pada masyarakat usia 20-40 tahun, hal-hal yang perlu diperhatikan sebagai berikut:

1. Bagi Responden

Dari hasil penelitian, diketahui sebagian besar tingkat pengetahuan responden dengan kriteria baik. Namun kebiasaan responden yang memiliki kebiasaan mengunyah dengan satu sisi rahang masih banyak sehingga tingkat terjadinya karang gigi pada salah satu sisi rahang masih tinggi. Peneliti memberi saran kepada responden untuk membiasakan mengunyah secara bergantian agar terhindar dari dampak yang disebabkan karena mengunyah dengan satu sisi rahang.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya hasil dari penelitian ini masih banyak kekurangan, masih banyak variabel yang belum diteliti untuk itu peneliti memberi saran dan masukan untuk meneliti variabel yang lain yaitu dampak mengunyah makanan dengan satu sisi rahang dan terjadinya karang gigi.

3. Bagi Institusi Kesehatan

Berdasarkan hasil penelitian, masih terdapat responden dengan pengetahuan tentang kebiasaan mengunyah satu sisi rahang dengan kriteria kurang, maka peneliti memberi saran kepada pihak institusi kesehatan agar lebih banyak memberikan penyuluhan kepada masyarakat mengenai

mengunyah makanan yang benar yaitu dengan dua sisi rahang secara bergantian