

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan tentang “Gambaran Stain Gigi Pada Remaja Karang Taruna yang Gemar Minum Kopi”, diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Remaja karang taruna memiliki kebiasaan minum kopi kriteria buruk (62,9%).
2. Remaja karang taruna memiliki stain gigi kriteria stain banyak (57,1%)
3. Remaja karang taruna memiliki kebiasaan minum kopi dalam kriteria berat memiliki stain gigi kriteria stain banyak (42,9%).

#### **B. Saran**

##### **1. Bagi Responden**

Diharapkan responden menjaga kebersihan gigi dan mulut dengan selalu menyikat gigi 2 kali sehari setelah sarapan dan sebelum tidur malam. Diharapkan responden berkumur setelah minum kopi karena dapat mengurangi resiko stain gigi.

##### **2. Bagi Masyarakat**

Diharapkan masyarakat dibantu dengan puskesmas untuk rutin dalam melakukan pemeriksaan dan penyuluhan tentang dampak dari kebiasaan minum kopi terhadap gigi agar bisa mengurangi dan menjaga kebersihan gigi dan mulutnya.

### **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Penelitian di bidang ini diharapkan dapat dikembangkan dengan cakupan yang lebih luas dan aspek yang lebih lengkap serta variabel yang berbeda agar dapat meningkatkan pengetahuan tentang gigi dan mulut khususnya tentang kebiasaan minum kopi dan stain gigi.