

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada masyarakat Desa Sadu Kecamatan BTS Ulu, Kabupaten Musi Rawas, Sumatera Selatan mengenai pengaruh minum kopi robusta (*Coffea canephora*) terhadap penurunan pH saliva, maka didapat beberapa kesimpulan sebagai berikut :

1. pH saliva sebelum minum kopi robusta (*Coffea canephora*) adalah 6,72 atau pH saliva kategori asam.
2. pH saliva setelah minum kopi robusta (*Coffea canephora*) adalah 5,98 atau pH saliva kategori asam.
3. Selisih rata-rata pH saliva sebelum dan setelah minum kopi robusta (*Coffea canephora*) adalah 0,74.
4. Ada pengaruh minum kopi robusta (*Coffea canephora*) terhadap penurunan pH saliva pada masyarakat Desa Sadu, Kecamatan BTS Ulu, Kabupaten Musi Rawas, Sumatera Selatan.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang diperoleh, penulis menyarankan:

1. Bagi masyarakat diharapkan dapat lebih bijak dalam minum minuman yang bersifat asam khususnya kopi robusta, mengurangi jumlah dan

frekuensi minum kopi karena dapat mengurangi pH saliva dan mengakibatkan penyakit gigi dan mulut lebih mudah terjadi jika berlebihan.

2. Kopi sebaiknya diolah lebih baik lagi, proses sangrai biji kopi kering lebih diperhatikan agar kadar pH pada kopi nantinya tidak terlalu rendah/asam.
3. Masyarakat disarankan perbanyak makan makanan berserat dan berair seperti buah-buahan dan sayur-sayuran, serta memeriksakan giginya minimal 6 bulan sekali.
4. Masyarakat diharapkan berkumur air putih setelah minum kopi untuk menetralkan pH saliva.
5. Bagi penelitian selanjutnya diharapkan penelitian lebih lanjut dengan sampel lebih besar, menambah kelompok kontrol, serta meneliti dampak terjadinya karies pada peminum kopi.