

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. KESIMPULAN**

Dari hasil penelitian terhadap 70 pengguna rokok elektrik di Banderaz vape Squad dengan judul “Perbedaan Efektivitas Mengunyah Buah Jambu Air dengan Buah Pepaya terhadap Peningkatan Derajat Keasaman (pH) Saliva Pada Perokok Elektrik” dapat disimpulkan bahwa :

1. Rerata pH saliva sebelum dan sesudah mengunyah jambu air sebesar 6.189 dan 6.857
2. Rerata ph saliva sebelum dan sesudah mengunyah buah pepaya sebesar 6.057 dan 6.663
3. Tidak ada perbedaan efektivitas antara mengunyah buah jambu air dengan papaya terhadap peningkatan derajat keasaman (pH) pada perokok elektrik.

#### **B. SARAN**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan peneliti memberikan saran-saran sebagai berikut :

1. Bagi Responden
  - a. Disarankan kepada pengguna rokok elektrik untuk mengkonsumsi buah jambu air dan papaya karena kandungan vitamin C, serat dan air yang cukup tinggi, agar ph saliva meningkat sehingga dapat mencegah proses karies

gigi. Dihimbau juga, agar masyarakat berhenti merokok dengan cara mengkonsumsi buah sebagai pengganti rokok mengingat rokok memiliki efek merugikan untuk kesehatan

## 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Bagi peneliti selanjutnya dapat meneliti pH saliva dengan menambah jumlah jambu air dan pepaya yang dikonsumsi
- b. Dapat dilakukan penelitian lebih lanjut tentang pH saliva menggunakan buah pepaya jenis California yang dibandingkan dengan buah pepaya jenis lainnya, seperti pepaya Bangkok, pepaya Cibinong, dan Pepaya Jingga atau meneliti pH saliva menggunakan buah jambu air jenis delima dibandingkan dengan buah pepaya jenis lainnya, seperti jambu air cincalo merah, jambu air citra, jambu air bol jamaika dan jambu air deli hijau.