

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh berkumur air kelapa muda terhadap pH saliva pada 72 santri perempuan di Pondok Pesantren Albarokah Kota Yogyakarta, maka dapat disimpulkan :

1. Kriteria pH Saliva sebelum berkumur dengan air kelapa muda memiliki kriteria pH asam dengan rata-rata skor pH 6,2.
2. Kriteria pH Saliva sesudah berkumur air dengan kelapa muda memiliki kriteria pH asam dengan rata-rata skor pH 5.
3. Selisih rata-rata skor keasaman pH saliva sebelum dan sesudah berkumur sebesar 1,2.
4. Berkumur air kelapa muda berpengaruh dalam menurunkan nilai pH saliva pada responden

B. Saran

1. Bagi Responden

Disarankan untuk berkumur air kelapa muda setelah mengonsumsi makanan atau minuman yang bersifat basa seperti jeruk nipis, teh, madu, buah-buahan, sayur-sayuran berwarna hijau dan kuning serta sayuran berumbi agar pH saliva kembali normal.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti lainnya terutama terkait pengetahuan dan perilaku di bidang kesehatan gigi dan mulut. Kepada peneliti selanjutnya agar mengembangkan penelitian lain terkait pengaruh pH saliva dengan menambahkan intervensi lainnya dan dengan metode yang berbeda pula.