

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Karies gigi adalah penyakit infeksi yang bergantung pada gula. Asam diproduksi sebagai produk samping metabolisme karbohidrat makanan oleh bakteri plak, yang menyebabkan penurunan pH di permukaan gigi. Sebagai responsnya, ion kalsium dan fosfat mengalami difusi keluar dari email menyebabkan demineralisasi. Proses ini menjadi terbalik bila pH meningkat kembali. Oleh karena itu, karies merupakan suatu proses dinamis ditandai oleh episode demineralisasi dan remineralisasi yang terjadi sejalan dengan waktu. Bila pengrusakan mendominasi, komponen mineral menjadi tidak menyatu sehingga menyebabkan karies gigi. Beberapa faktor yang dapat menyebabkan karies gigi yaitu mikroorganisme, gigi (host), makanan, dan waktu. Maka dari itu penderita karies gigi ini perlu mengatur pola makan dengan baik dan memilih makanan yang benar.

Salah satu faktor yang menyebabkan karies gigi ini adalah makanan kariogenik, untuk mengetahui apakah makanan kariogenik sendiri benar – benar berpengaruh dengan kejadian karies gigi seperti teori tersebut maka dilakukan review dari enam jurnal dan dibandingkan dengan hasil penelitian - penelitian lain diluar dari jurnal yang telah dilakukan review. Berdasarkan hasil penelitian jurnal yang

telah direview dan telah dibandingkan dengan hasil penelitian diluar jurnal yang telah direview, disimpulkan bahwa ada hubungan antara konsumsi makanan kariogenik dengan kejadian karies gigi pada anak usia sekolah dasar namun sangat bergantung pada jumlah dan frekuensi responden mengkonsumsi makanan kariogenik serta kepatuhan responden dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut untuk mencegah terjadinya karies gigi. Hal yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya karies gigi antara lain dengan menghindari makanan yang bersifat kariogenik, banyak mengkonsumsi air putih dan buah atau sayur yang banyak mengandung serat serta rutin berkonsultasi ke dokter gigi minimal tiap 6 bulan sekali.

## **B. Saran**

Peneliti telah melakukan review dari keenam jurnal dengan topik “Hubungan Konsumsi Makanan Kariogenik dengan Kejadian Karies Gigi pada Anak Usia Sekolah Dasar” maka peneliti menyampaikan saran :

### **1. Bagi Petugas Kesehatan**

Bagi petugas kesehatan sebaiknya diadakan tindak lanjut untuk terus membina kader – kader kesehatan untuk tetap aktif dalam mensejahterakan kesehatan masyarakat terlebih lagi untuk masyarakat yang rentan terkena karies gigi.

## 2. Bagi Institusi Pendidikan

Bagi institusi pendidikan hendaknya dapat menggunakan dengan sebaik – baiknya hasil dari literatur review ini sebagai sumber informasi.

## 3. Bagi Peneliti Literatur Review Selanjutnya

Bagi peneliti literatur review selanjutnya hendaknya dapat menambah jumlah jurnal yang dilakukan review agar lebih memahami mengenai hubungan konsumsi makanan kariogenik dengan kejadian karies gigi pada anak usia sekolah dasar.