

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan tentang “Gambaran Kebiasaan Konsumsi Kopi dan Stain Pada Orang Dewasa Usia 21-36 Tahun”, diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Orang dewasa yang ada di Desa Kaliwlingi memiliki kebiasaan minum kopi kriteria berat (46.0%).
2. Orang dewasa memiliki stain gigi kriteria stain berat (64.0%).

B. Saran

Saran dari penelitian ini sebagai berikut :

1. Bagi Responden

Diharapkan responden menjaga kesehatan 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 di bantu 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 di harapkan dapat dikembangkan dengan cakupan 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.