

BAB V

SARAN DAN KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan dengan judul Gambaran pengetahuan kebiasaan mengunyah terhadap status OHI-S pada remaja di pondok pesantren gamping pada bulan mei 2025 dengan jumlah 44 responden dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Remaja di Pondok Pesantren Mlangi memiliki pengetahuan yang baik mengenai kebiasaan mengunyah
2. Status kebersihan gigi dan mulut (OHI-S) responden berada dalam kategori sedang
3. Remaja yang memiliki pengetahuan kurang tentang kebiasaan mengunyah menunjukkan status kebersihan gigi dan mulut (OHI-S) yang buruk.

B. Saran

1. Bagi responden

Dari hasil penelitian, diketahui status OHI-S responden masih kurang baik dikarenakan responden masih banyak yang mengunyah menggunakan satu sisi, maka peneliti memberi saran kepada responden yaitu untuk meningkatkan kesadaran untuk membiasakan mengunyah secara bergantian agar tidak terjadi penumpukan sisa makanan dan karang gigi.

2. Bagi tenaga kesehatan gigi

Tenaga kesehatan gigi diharapkan untuk meningkatkan penyuluhan secara berkala tentang pentingnya kebiasaan mengunyah dua sisi dan dampaknya terhadap OHI-S.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini masih memiliki keterbatasan, sehingga diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengkaji lebih dalam mengenai dampak mengunyah satu sisi rahang serta faktor-faktor yang memengaruhi status OHI-S, seperti durasi kebiasaan mengunyah satu sisi. Selain itu, disarankan agar penelitian selanjutnya melibatkan responden laki-laki untuk mendapatkan gambaran yang lebih menyeluruh dan komparatif antar jenis kelamin.