

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai gambaran kebiasaan merokok dan stain pada remaja di Desa Tirtomarto, Kecamatan Cawas, Kabupaten Klaten, dapat disimpulkan bahwa:

1. Lama merokok remaja > 2 tahun sebanyak 47,5%.
2. Frekuensi merokok remaja per hari antara 6-14 batang per hari sebanyak 42,5%.
3. Jenis rokok yang dihisap remaja adalah rokok filter sebanyak 82,5%.
4. Remaja memiliki kategori stain ringan sebanyak 70%.

B. Saran

1. Bagi Remaja

Disarankan untuk mengurangi bahkan menghentikan kebiasaan merokok sedini mungkin guna mencegah terjadinya kerusakan estetika dan kesehatan gigi. Menjaga kebersihan gigi dan mulut dengan menyikat gigi dua kali sehari serta kontrol rutin ke puskesmas atau fasilitas kesehatan gigi sangat penting untuk mencegah pembentukan stain.

2. Bagi Orang Tua dan Keluarga

Orang tua sebaiknya memberikan perhatian, pengawasan, dan edukasi kepada anak-anak remaja mereka mengenai bahaya merokok, termasuk dampaknya terhadap kesehatan gigi dan mulut. Dukungan keluarga merupakan faktor penting dalam mencegah perilaku merokok pada usia remaja.

3. Bagi Institusi Pendidikan dan Kesehatan

Perlu dilakukan intervensi promotif dan preventif melalui program penyuluhan di sekolah dan masyarakat tentang bahaya merokok terhadap kesehatan gigi dan mulut. Petugas kesehatan gigi dapat menjadi agen edukatif dalam memberikan pemahaman kepada remaja tentang cara menjaga kebersihan mulut dan dampak negatif kebiasaan merokok.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat memperluas cakupan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar dan menyertakan faktor-faktor lain yang mungkin berpengaruh terhadap kejadian stain, seperti kebiasaan konsumsi kopi, kebersihan gigi, dan penggunaan produk pemutih gigi. Penelitian lanjutan juga dapat mempertimbangkan analisis statistik untuk memperkuat hubungan antar variabel.