

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai efektivitas penggunaan sikat gigi berbulu lembut dan sikat gigi berbulu sedang dengan kebersihan gigi dan mulut pada siswa kelas 7 dan 8 MTs. Bahrul Ulum Kabupaten Garut diperoleh beberapa kesimpulan sebagai berikut :

5.1.1 Penggunaan sikat gigi berbulu lembut terbukti efektif dalam meningkatkan kebersihan gigi dan mulut dengan adanya penurunan nilai *Oral Hygiene Index–Simplified (OHI-S)* yang signifikan dengan penurunan dari *OHI-S* tertinggi di kategori sedang dengan rata-rata skor *OHI-S* 1,9 yaitu 56,53% menjadi sebanyak 69,56% dengan rata-rata skor *OHI-S* sebesar 1,3 berada dalam kategori sedang.

5.1.2 Penggunaan sikat gigi berbulu sedang terbukti efektif dalam meningkatkan kebersihan gigi dan mulut dengan adanya penurunan nilai *Oral Hygiene Index–Simplified (OHI-S)* yang signifikan setelah intervensi dengan penurunan dari skor *OHI-S* tertinggi berada pada kategori sedang dengan rata-rata skor *OHI-S* sebesar 2,09 yaitu 65,27% menjadi pada kategori baik dengan rata-rata skor *OHI-S* sebesar 1,14 yaitu 56,53%.

5.1.3 Hasil pengukuran menunjukkan adanya penurunan rata-rata skor *OHI-S* sebelum dan sesudah intervensi pada kedua kelompok. Hal ini mengindikasikan bahwa kegiatan menyikat gigi secara teratur dengan teknik yang benar mampu meningkatkan kebersihan gigi dan mulut siswa. Pada kelompok yang menggunakan sikat gigi berbulu lembut rata-rata skor *OHI-S* menurun dari 1,9 menjadi 1,3. sementara pada kelompok yang menggunakan sikat gigi berbulu sedang, rata-rata skor *OHI-S* menurun dari 2,09 menjadi 1,1.

5.1.4 Berdasarkan hasil uji *Mann-Whitney* ($p\text{-value} = 0,215$), diperoleh bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara efektivitas penggunaan sikat gigi berbulu lembut dan sedang terhadap kebersihan gigi dan mulut. Kedua jenis sikat gigi memiliki efektivitas yang relatif sama, selama penggunaannya dilakukan dengan teknik penyikatan yang tepat dan waktu yang teratur.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut :

5.2.1 Siswa

Diharapkan siswa dapat lebih memperhatikan teknik menyikat gigi yang benar, memilih jenis sikat gigi sesuai dengan kenyamanan dan kondisi gusi, baik berbulu lembut maupun sedang, serta menyikat gigi dua kali sehari (pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur). Siswa juga diharapkan mengganti sikat gigi setiap tiga bulan sekali untuk menjaga efektivitas pembersihan.

5.2.2 Madrasah Tsanawiyah (MTs.)

Pihak sekolah diharapkan dapat bekerja sama dengan Puskesmas atau tenaga kesehatan gigi untuk memberikan penyuluhan kesehatan gigi dan mulut, terutama mengenai pentingnya pemilihan jenis sikat gigi dan penerapan teknik menyikat yang benar. Program edukasi ini dapat dimasukkan ke dalam kegiatan Usaha Kesehatan Gigi Sekolah (UKGS) untuk meningkatkan kesadaran siswa akan pentingnya menjaga kebersihan gigi dan mulut..

5.2.3 Instansi Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi dalam program promotif dan preventif kesehatan gigi di sekolah, khususnya dalam upaya pencegahan karies gigi pada remaja usia sekolah. Instansi kesehatan dapat merekomendasikan penggunaan sikat gigi dengan jenis bulu sesuai kenyamanan individu disertai edukasi teknik penyikatan yang benar.