

BAB VI SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai gambaran tingkat pengetahuan menyikat gigi serta kebersihan gigi dan mulut pada lansia di Banjar Bongan Gede Desa Bongan Kabupaten Tabanan Tahun 2023 dapat disimpulkan bahwa prasetase pengetahuan menyikat gigi pada lansia di Banjar Bongan Gede Tahun 2023 memiliki pengetahuan dengan kategori cukup, rata – rata tingkat pengetahuan tentang menyikat gigi pada lansia di Banjar Bongan Gede memiliki pengetahuan dengan kategori cukup. Rata – rata kebersihan gigi dan mulut seluruh lansia yaitu dengan kategori sedang, rata – rata kebersihan gigi dan mulut pada lansia dengan jenis kelamin laki- laki dan perempuan hampir sama yaitu dengan kategori baik. Rata – rata kebersihan gigi dan mulut pada lansia kelompok usia 45- 59 tahun memiliki kategori sedang dan pada kelompok usia 60 – 70 tahun memiliki kategori baik.

B. Saran

1. Kepada lansia di Banjar Bongan Gede diharapkan untuk membiasakan menyikat gigi secara teratur yaitu 2 kali sehari pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur dengan tehnik dan waktu yang baik dan benar.
2. Diharapkan kepada seluruh lansia di Banjar Bongan Gede dapat meningkatkan lagi pengetahuan tentang kesehatan gigi dan mulut serta menjaga kesehatan gigi dan mulut yang baik dan benar dengan cara menyikat gigi dengan waktu dan tehnik yang baik dan benar memperbanyak mengkonsumsi makanan yang berserat dan berair seperti buah – buahan dan sayuran serta rutin memeriksakan

gigi setiap 6 bulan sekali ke pelayanan kesehatan terdekat seperti puskesmas, dokter gigi dan rumah sakit.

3. Pihak puskesmas yang mewilayahi diharapkan dapat meningkatkan kerjasama dalam hal pemberian informasi, edukasi dan pelatihan mengenai kesehatan gigi dan mulut pada lansia di Banjar Bongan Gede Desa Bongan Kabupaten Tabanan.