

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Penyuluhan menggunakan media *flipchart* terbukti efektif dalam meningkatkan perilaku menyikat gigi pada penderita *diabetes mellitus* di Puskesmas II Denpasar Barat tahun 2025. Sebelum penyuluhan, sebagian besar responden memiliki perilaku menyikat gigi dalam kriteria cukup, yaitu sebanyak 78,9%. Setelah penyuluhan, perilaku menyikat gigi meningkat, dengan mayoritas responden berada pada kriteria baik, yaitu sebanyak 94,7%. Peningkatan ini juga tercermin pada kenaikan rata-rata nilai perilaku menyikat gigi, dari 65 (kriteria cukup) menjadi 89,7 (kriteria baik).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti menyampaikan beberapa saran berikut:

1. Bagi penderita *diabetes mellitus*, disarankan untuk menjaga kebersihan gigi dan mulut dengan rutin mengganti sikat gigi setiap tiga bulan atau ketika bulu sikat sudah tidak layak pakai. Menyikat gigi sebaiknya dilakukan dua kali sehari, yaitu pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur, dengan memastikan seluruh permukaan gigi dibersihkan, termasuk bagian dalam yang sering terabaikan. Hal ini penting untuk mencegah penumpukan plak dan menurunkan risiko infeksi yang lebih tinggi pada penderita *diabetes mellitus*.
2. Bagi pihak puskesmas, diharapkan dapat menyelenggarakan penyuluhan kesehatan gigi dan mulut secara rutin dan berkelanjutan, khususnya bagi

penderita penyakit kronis seperti *diabetes mellitus*. Dalam pelaksanaannya, penyuluhan sebaiknya disertai dengan penggunaan media edukatif seperti *flipchart*, karena penyajian materi secara visual dan terstruktur dapat membantu responden lebih mudah memahami informasi serta meningkatkan efektivitas penyampaian pesan kesehatan.