

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tingkat kebersihan gigi dan mulut pada remaja perokok konvensional dan perokok elektrik di Desa Babahan, Kabupaten Tabanan Tahun 2019 menunjukkan bahwa dari 15 orang remaja perokok konvensional di Desa Babahan, Kabupaten Tabanan Tahun 2019 sebanyak 13 orang (86,67%) mempunyai tingkat kebersihan gigi dan mulut dengan kriteria sedang. Pada remaja perokok elektrik di Desa Babahan, Kabupaten Tabanan Tahun 2019 sebanyak 15 orang (100%) mempunyai tingkat kebersihan gigi dan mulut dengan kriteria sedang. Rata-rata tingkat kebersihan gigi dan mulut remaja perokok konvensional yaitu sebesar 2,61 dengan kriteria sedang. Rata-rata tingkat kebersihan gigi dan mulut remaja perokok elektrik yaitu sebesar 1,83 dengan kriteria sedang.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas, peneliti dapat memberikan saran sebagai berikut :

1. Diharapkan peran aktif tenaga kesehatan gigi dalam peningkatan pengetahuan remaja tentang kesehatan gigi dan mulut melalui upaya promotif.
2. Diharapkan remaja perokok konvensional dan perokok elektrik di Desa Babahan, Kabupaten Tabanan Tahun 2019 sebaiknya mengurangi merokok atau berhenti merokok, memperhatikan kebersihan gigi dan mulut dengan menyikat gigi minimal 2 kali sehari yaitu pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur dengan cara yang tepat, kumur-kumur ringan setelah merokok, mengonsumsi

makanan yang berserat dan berair seperti buah dan sayur, membersihkan karang gigi (*scaling*), dan rutin memeriksakan kesehatan gigi dan mulut minimal 6 bulan sekali ke pelayanan kesehatan gigi dan mulut terdekat.