

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan pada bab sebelumnya, maka penulis mengambil kesimpulan bahwa terdapat penurunan jumlah koloni bakteri pada saliva setelah mengonsumsi kismis merah.

#### 5.2 Saran

1. Mengonsumsi kismis setiap hari sebagai makanan selingan/snack tambahan dapat disosialisasikan sebagai upaya mencegah penyakit gigi dan mulut agar tetap sehat.
2. Diperlukan penelitian lanjutan dari pengaruh mengonsumsi kismis terhadap penurunan jumlah koloni bakteri pada saliva :
  - a. Melihat efektifitas kismis dengan memperhatikan waktu pengunyahan, kuantitas kismis
  - b. Menyeragamkan subyek penelitian (makanan yang dikonsumsi oleh subyek penelitian)
  - c. Melihat efektivitas antibakteri kismis lebih detail yang berkaitan dengan penyebab utama kesehatan gigi dan mulut ( *Streptococcus mutans*)