

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Berkumur dengan rebusan daun sirih merah tidak menurunkan skor indeks plak gigi.

##### **5.1.1 Simpulan Tambahan**

Terjadi penurunan rerata persentase skor indeks plak dengan rerata sebelum berkumur rebusan daun sirih merah adalah 33,96%, dan rerata setelah berkumur adalah 23,43%.

#### **5.2 Saran**

1. Perlu dilakukan penyuluhan kepada masyarakat mengenai manfaat bahan-bahan alami, yang dalam hal ini salah satunya adalah daun sirih merah, dalam usaha menjaga kesehatan gigi dan mulut.
2. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui jumlah koloni bakteri agar dapat mengetahui efektivitas rebusan daun sirih merah.
3. Mendorong industri-industri agar istilah “*back to nature*” semakin digalakkan dengan memperluas penggunaan tanaman herbal sebagai obat pengganti bahan kimia.

4. Menginisiasi setiap keluarga agar memiliki dan menanam TOGA (Tanaman Obat Keluarga) di pekarangan rumah masing-masing untuk mempermudah perolehan bahan-bahan alami.
5. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih besar, pada populasi masyarakat yang beragam, melakukan penyeragaman pola makan sebelum penelitian pada subjek dan pengawasan yang melekat serta dengan jangka waktu percobaan yang lebih lama.

