

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

1. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa berkumur dengan ekstrak bengkuang (*Pachyrhizus erosus* (L.) Urban) 25% dapat menurunkan indeks plak gigi.
2. Penurunan indeks plak gigi dengan berkumur ekstrak bengkuang lebih besar dibandingkan berkumur dengan air putih sehingga pengaruh ekstrak bengkuang lebih baik dibandingkan dengan air putih.

5.2 Saran

1. Penelitian dapat dilakukan yang serupa namun dengan populasi subjek penelitian yang lebih besar.
2. Konsumsi buah bengkuang setelah makan dapat bermanfaat untuk membersihkan rongga mulut terutama dalam menghambat dan menurunkan indeks plak gigi.
3. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui efek lain dari buah bengkuang terhadap kesehatan gigi dan mulut
4. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan mencampur *Oleum Menthae Piperitae* sebagai salah satu minyak untuk menghilangkan bau tidak sedap yang terdapat pada larutan ekstrak bengkuang.