

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Simpulan dari penelitian ini adalah mengonsumsi keju *brie* terbukti efektif dalam meningkatkan pH saliva dibandingkan dengan efek *buffering* saliva tanpa stimulasi apapun. pH saliva mengalami peningkatan dengan nilai yang bervariasi, dimana rerata selisih peningkatan pH saliva adalah sebesar 0,48 sehingga mengonsumsi keju *brie* dapat membantu mencegah karies dengan cara meningkatkan pH saliva dari keadaan asam.

#### 5.2 Saran

1. Perlu dilakukan penelitian yang lebih akurat menggunakan alat ukur pH saliva seperti pH meter.
2. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui efek lain dari keju *brie* terhadap kesehatan gigi dan mulut.
3. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui jumlah konsumsi keju *brie* per hari terbaik dalam meningkatkan pH saliva.
4. Perlu dilakukan penelitian lebih akurat dengan mengukur laju aliran saliva pada subjek penelitian.
5. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui efek keju *brie* dibandingkan dengan keju jenis lainnya terhadap kenaikan pH saliva.

6. Perlu diberikan pengetahuan kepada masyarakat mengenai manfaat keju bagi kesehatan dari segi nutrisi dan pengaruh pencegahan terhadap karies.
7. Membantu masyarakat dalam pemilihan jenis keju yang tinggi manfaatnya bagi rongga mulut khususnya dan kesehatan secara menyeluruh mengingat komposisi keju *brie* yang memiliki protein dan nilai biologis tinggi.

