

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Setelah peneliti melakukan penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa mengunyah buah apel (*Pyrus malus*) terbukti sangat efektif untuk meningkatkan pH saliva. pH saliva mengalami peningkatan yang signifikan dimana rerata selisih peningkatan saliva adalah sebesar 0,57 sehingga peneliti dapat menyimpulkan bahwa dengan mengkonsumsi buah apel (*Pyrus malus*) dapat membantu untuk mencegah pembentukan plak gigi dan pembentukan karies dengan cara meningkatkan pH saliva dari keadaan asam.

5.2 Saran

1. Penelitian menggunakan alat yang lebih akurat dengan menggunakan alat ukur seperti *saliva pH meter*, karena dalam penelitian ini menggunakan pH meter digital konvensional yang kurang akurat dalam meneliti pH saliva.
2. Perlu dilakukan penelitian dengan populasi yang lebih besar.
3. Perlu dilakukan penelitian pada kelompok umur lain untuk mengetahui efek kenaikan pH saliva dari buah apel.
4. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai perubahan sebelum dan sesudah mengkonsumsi buah apel berdasarkan perbedaan durasi waktu.

5. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai efek lain dari buah apel terhadap gigi dan mulut.
6. Perlu dilakukan penelitian yang lebih lanjut untuk mengetahui efek dari jenis buah apel lainnya terhadap kenaikan pH saliva.
7. Perlu dilakukan edukasi kepada masyarakat mengenai pentingnya mengkonsumsi buah khususnya buah apel terhadap kesehatan gigi dan mulut.

