

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Hasil penelitian yang telah dilakukan dapat diambil kesimpulan bahwa nanas (*Ananas Comosus L.Merr*) memiliki kemampuan lebih baik untuk menurunkan indeks plak gigi karena memiliki serat dan air yang lebih banyak dan kandungan yang lebih kompleks daripada apel (*Malus Sylvestris*).

5.2 Saran

1. Informasi dan pendidikan mengenai manfaat pentingnya mengunyah nanas dan apel dapat di beritahukan kepada pengurus panti asuhan dan anak – anak sehingga akan mengurangi konsumsi makanan kariogenik.
2. Nanas dan apel dapat dijadikan salah satu bahan alternatif untuk mencegah pembentukan plak gigi.
3. Dapat dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui efek lain dari nanas dan apel terhadap kesehatan rongga mulut.
4. Dapat dilakukan penelitian lebih lanjut dengan menggunakan jenis nanas dan apel yang berbeda dan dengan usia subjek penelitian yang berbeda.
5. Penelitian dapat dilakukan dengan lokasi subjek penelitian yang berbeda.