

BAB III

KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat ditarik dari penulisan ini adalah menyikat gigi efektif sebagai kontrol mekanis utama dalam menurunkan indeks plak gigi. Penggunaan sikat gigi manual dan sikat gigi elektrik tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan dalam menurunkan indeks plak gigi. Tindakan menyikat gigi secara manual akan sama efektifnya dengan sikat gigi elektrik dalam pembersihan plak gigi jika digunakan secara benar. Semua metode sikat gigi efektif dalam menurunkan indeks plak gigi, metode *horizontal* lebih disarankan untuk anak – anak karena gerakannya lebih mudah dipahami, metode *charter* lebih disarankan untuk pengguna alat orthodonti, metode *stillman* disarankan untuk untuk pasien dengan gingiva hipersensitif atau papilla interdental yang sedikit berkurang, dan metode *bass* disarankan untuk masyarakat pada umumnya karena gerakan yang bervariasi lebih banyak membersihkan bagian di rongga mulut dibandingkan metode lainnya. Menyikat gigi disertai *dental floss* dan menguyah permen karet *xylitol* dapat menurunkan indeks plak gigi lebih baik dan maksimal dibandingkan dengan menyikat gigi saja.

