

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai perbedaan kadar *superoxide dismutase* sebelum dan sesudah mengonsumsi teh kombinasi kulit jeruk bali (*Citrus maxima*) dan daun stevia (*Stevia rebaudiana*) pada individu lanjut usia, bahwa :

1. Subjek penelitian merupakan individu lanjut usia berjenis kelamin perempuan sebanyak 27 orang dan yang berjenis kelamin laki – laki sebanyak 13 orang dengan rentang usia 50 hingga 78 tahun.
2. Aktivitas antioksidan teh kombinasi kulit jeruk bali (*Citrus maxima*) dan daun stevia (*Stevia rebaudiana*) memiliki nilai IC_{50} sebesar 25×10^3 ppm.
3. Rata – rata kadar *superoxide dismutase* sebelum intervensi pada kelompok kontrol negatif adalah 187,5 ng/ml, pada kelompok kontrol positif sebesar 169,5 ng/ml, dan pada kelompok eksperimen sebesar 157,1 ng/ml.
4. Rata – rata kadar *superoxide dismutase* setelah intervensi pada kelompok kontrol negatif adalah 176,4 ng/ml, pada kelompok kontrol positif sebesar 170,8 ng/ml, dan pada kelompok eksperimen sebesar 188,5 ng/ml.
5. Teh kombinasi kulit jeruk bali (*Citrus maxima*) dan daun stevia (*Stevia rebaudiana*) efektif dalam meningkatkan kadar *superoxide dismutase*, dimana terdapat perbedaan pada rata – rata kadar *superoxide dismutase* sebelum dan sesudah yang mengalami peningkatan sebanyak 31,4 ng/ml.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan, saran yang dapat disampaikan adalah sebagai berikut :

1. Bagi Subjek Penelitian

Diharapkan untuk melanjutkan konsumsi teh kombinasi kulit jeruk bali (*Citrus maxima*) dan daun stevia (*Stevia rebaudiana*) secara rutin sesuai dengan anjuran penggunaan yang diberikan karena pada penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan kadar *superoxide dismutase* yang berperan sebagai antioksidan.

2. Bagi Institusi

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam pengembangan ilmu pengetahuan khususnya mengenai bahan alam khususnya kulit jeruk bali dan daun stevia yang memiliki kandungan antioksidan.

3. Bagi Peneliti

Diharapkan dapat dilakukan pengembangan penelitian terhadap kandungan potensial yang dimiliki teh kombinasi kulit jeruk bali (*Citrus maxima*) dan daun stevia (*Stevia rebaudiana*).