

## **BAB 5**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data maka dapat disimpulkan bahwa pemberian rebusan sawi (*Brasissca rapa*) berpengaruh terhadap penurunan kadar glukosa darah pada mencit (*Mus musculus*) dengan selisih rata – rata kadar glukosa pada kelompok kontrol 11 mg/dl sedangkan kelompok perlakuan 31 mg/dl.

#### **5.2 Saran**

##### **5.2.1 Bagi Masyarakat**

Masyarakat dapat memanfaatkan sawi untuk menurunkan kadar glukosa karena pada sawi terdapat kandungan kalium yang sangat tinggi. Namun harus dikonsumsi secara tidak berlebihan dikarenakan sawi memiliki efek tidak baik bagi orang-orang yang mengalami penyakit batu ginjal dan kelenjar tiroid

##### **5.2.2 Bagi Peneliti Lain**

Dapat melakukan penelitian lebih lanjut tentang berapa konsentrasi pada sawi yang dapat menurunkan kadar glukosa darah.

##### **5.2.3 Bagi Institusi**

Dapat dijadikan sebuah wacana atau bacaan serta menambah pengetahuan tentang manfaat zat-zat yang terdapat pada sayuran sawi hijau.