

## **BAB 5**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Terdapat perbedaan efektivitas pemberian jus sawi hijau (*Brassica juncea L*) dan jus sawi putih (*Brassica chinensis L*) terhadap kadar hemoglobin pada mencit (*Mus musculus*).

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dapat diberikan saran sebagai berikut :

##### **1.2.1 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan bahan toga lain yang lebih efektif terhadap peningkatkan kadar hemoglobin pada mencit (*Mus musculus*).

##### **5.2.1 Bagi masyarakat**

1. Sawi hijau (*Brassica juncea L*) dapat digunakan sebagai salah satu sayuran yang efektif terhadap kadar hemoglobin karena sawi hijau (*Brassica juncea L*) memiliki kandungan zat besi dan vitamin C yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin.
2. Dalam mengkonsumsi sayuran hendaknya dimasak dengan kondisi yang tidak terlalu matang, karena mengakibatkan kandungan nutrisi dan vitaminnya akan hilang.