

BAB 5

SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Simpulan

Dari hasil penelitian pengaruh pemberian perasan apel hijau (*Malus sylvestris*) terhadap kadar glukosa darah pada mencit (*Mus musculus*) yang dilakukan tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa ada pengaruh pemberian perasan sari buah apel hijau (*Malus sylvestris*) terhadap kadar glukosa darah pada mencit (*Mus musculus*).

5.1. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tersebut dapat disarankan bahwa :

5.2.1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Meneliti jenis buah lain yang mengandung serat larut lebih banyak sehingga dapat menurunkan glukosa darah

5.2.2. Bagi Masyarakat

1. Untuk penderita hiperglikemi disarankan untuk mengkonsumsi buah apel hijau sebagai alternatif makanan yang dapat mengontrol kadar glukosa darah.
2. Pemeriksaan rutin terhadap kadar glukosa darah sebaiknya dilakukan juga pada orang-orang yang beresiko karena riwayat keluarga diabetes mellitus. Untuk melakukan pengontrolan pemeriksaan kadar glukosa darah setiap 1 bulan sekali.

5.2.3. Bagi Institusi

Agar lebih banyak memberikan wawasan tentang manfaat buah apel hijau (*Malus sylvestris*) bagi kesehatan.