

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Terdapat pengaruh minuman bawang putih tunggal (*lanang*), cuka apel, jahe merah, madu, dan lemon terhadap penurunan kolesterol LDL pada tikus putih hiperkolesterol
2. Terdapat pengaruh minuman bawang putih tunggal (*lanang*), cuka apel, jahe merah, madu, dan lemon terhadap penurunan rasio kolesterol LDL/HDL pada tikus putih hiperkolesterol
3. Dosis intervensi yang paling signifikan menurunkan kadar LDL dan rasio LDL/HDL yaitu dosis ke 3 sebesar 3 ml/kgBB

B. Saran

1. Berdasarkan penelitian, dosis ke 3 merupakan dosis yang paling signifikan menurunkan kadar kolesterol LDL dan rasio LDL/HDL yaitu dosis 3 ml/kgBB pada tikus. Adapun dosis yang disarankan untuk dikonsumsi manusia yaitu 168 ml/70 kgBB/hari (perhitungan konversi dosis lihat pada Lampiran 10). Atau setara $\frac{3}{4}$ botol ukuran 200 ml. Cara konsumsi bisa diminum 3x sehari. Satu kali konsumsi sebanyak 4 sdm kemudian disusul dengan air putih supaya rasa minuman yang kuat di mulut bisa segera hilang.
2. Penelitian selanjutnya dapat dilakukan penelitian mengenai kandungan zat gizi dan bahan aktif secara lebih rinci dalam minuman BAJALEMAK (bawang putih tunggal (*lanang*), cuka apel, jahe merah, madu, dan lemon)

3. Penelitian selanjutnya dapat dilakukan penelitian mengenai ketahanan produk di berbagai suhu penyimpanan.