

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan terhadap hasil penelitian, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

- a. Penambahan gula pada teh hitam dapat mempengaruhi aktivitas antioksidan yang terdapat di dalam teh hitam.
- b. Terdapat penurunan aktivitas antioksidan pada teh hitam yang ditambahkan gula, tetapi jumlah gula yang ditambahkan pada teh tidak mempengaruhi penurunan aktivitas antioksidan secara signifikan.

V.2 Saran

- a. Untuk menjaga manfaat antioksidan yang terdapat di dalam teh hitam, sebaiknya masyarakat meninggalkan kebiasaan menambahkan gula ke dalam teh.
- b. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan untuk :
 - 1) Mereaksikan secara khusus polifenol teh dengan gula, sehingga pengaruh gula terhadap polifenol teh dapat dinilai dengan lebih spesifik.
 - 2) Membandingkan perbedaan aktivitas antioksidan pada teh hitam yang diseduh menggunakan air mineral dan menggunakan akuades, sehingga pengaruh air yang digunakan untuk menyeduh teh hitam terhadap aktivitas antioksidan teh hitam dapat diketahui.
 - 3) Membandingkan perbedaan aktivitas antioksidan teh hitam yang ditambahkan dengan macam gula yang berbeda, sehingga dapat diketahui apakah jenis gula yang ditambahkan dapat mempengaruhi aktivitas antioksidan teh hitam atau tidak.