

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **V.1 Kesimpulan**

Dari hasil *systematic literature review* ini dapat disimpulkan bahwa:

1. Teh hijau dapat bermanfaat dalam meningkatkan kualitas spermatozoa dan enzim antioksidan.
2. Kadmium klorida, *streptozotocin*, nikotin, *para-nonylphenol*, *lead-acetate*, *cyromazine*, *chlorpyrifos* dan paparan terhadap suhu ekstrem terbukti dapat menurunkan kualitas spermatozoa.
3. Teh hijau dapat bermanfaat dalam penangkalan terhadap stres oksidatif dan radikal bebas

#### **V.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti memberi saran kepada peneliti selanjutnya untuk:

1. Meneliti lebih lanjut mengenai efek *pro-oxidants* yang dimiliki oleh teh hijau.
2. Meneliti lebih lanjut terkait perbandingan dosis yang diperlukan untuk mencapai hasil maksimal dari teh hijau.
3. Meneliti lebih lanjut mengenai sediaan teh hijau yang paling baik guna meningkatkan kualitas spermatozoa.
4. Meneliti efek pemberian teh hijau bersamaan dengan zat lain dalam upaya pencegahan menurunkan efek samping yang mungkin muncul dengan konsumsi teh hijau.
5. Meneliti lebih lanjut terkait sumber stres oksidatif lain dalam upaya pencegahan terjadinya penurunan kualitas spermatozoa.