

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Dari hasil *systematic literature review* ini dapat disimpulkan bahwa

1. Ginseng Korea (*Panax ginseng*) memiliki kandungan saponin yang dapat bermanfaat dalam meningkatkan kualitas spermatozoa dan enzim antioksidan melalui mekanisme penangkalan radikal bebas.
2. Stres oksidatif yang dipicu paparan obat-obatan seperti *sodium valproate*, *Cr. Picolinate*, dan *Doxorubicin* serta stres psikis dan usia tua terbukti dapat menurunkan kualitas spermatozoa.

5.2 Saran

Berdasarkan keterbatasan penelitian, peneliti menyarankan untuk penelitian selanjutnya yaitu :

- a. Penelitian mengenai efek jangka panjang dalam penggunaan ekstrak *Panax ginseng*
- b. Perlu dilakukan penelitian mengenai dosis maksimal ekstrak *Panax ginseng*
- c. Perlu dilakukan publikasi yang lebih luas untuk informasi mengenai efek *Panax ginseng* terhadap kualitas sperma.