

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

- Madu meningkatkan kewaspadaan.
- Madu meningkatkan ketelitian.
- Madu meningkatkan fungsi kognitif.

#### **5.2 Saran**

- Disarankan mengonsumsi madu terutama untuk kegiatan-kegiatan yang membutuhkan tingkat kewaspadaan, ketelitian dan fungsi kognitif yang baik.
- Penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk penelitian lebih lanjut mengenai efek madu terhadap kewaspadaan, ketelitian, dan fungsi kognitif dengan metode yang berbeda.
- Penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk penelitian lebih lanjut mengenai efek madu terhadap kewaspadaan, ketelitian, dan fungsi kognitif dengan bentuk sediaan serta jenis madu yang berbeda.
- Penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk penelitian lebih lanjut mengenai efek madu terhadap kewaspadaan, ketelitian, dan fungsi kognitif dengan dosis yang berbeda.
- Penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk penelitian lebih lanjut mengenai efek madu terhadap kewaspadaan, ketelitian, dan fungsi kognitif dengan durasi waktu setelah mengonsumsi madu yang bervariasi.