

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1. Simpulan**

Berdasarkan pembahasan yang telah dilakukan dapat dikemukakan bahwa pada saat ini *Monosodium Glutamate* (MSG) atau vetsin sudah menjadi salah satu bumbu penyedap masakan yang digunakan oleh masyarakat menengah bawah, khususnya ibu rumah tangga dan cara pemakaiannya dapat dikatakan berlebihan. Penggunaan MSG yang berlebihan dapat memicu penyakit tekanan darah tinggi karena mengingat salah satu kandungan MSG adalah natrium (sodium), maka dari itu perlu dilakukan kampanye perubahan sosial. Setelah kampanye ini dilakukan maka diharapkan ibu rumah tangga menjadi bijak konsumsi MSG dengan menggunakan sendok takaran sehingga menjadi suatu gaya hidup yang baru dan tercipta suatu kualitas hidup masyarakat yang sehat.

#### **5.2. Saran**

Berdasarkan simpulan di atas, diharapkan perlu adanya kesadaran dari pihak-pihak yang bersangkutan, antara lain pemerintah khususnya Menteri Kesehatan, lembaga terkait, dan masyarakat menengah bawah. Dalam hal kontroversi aman atau tidak MSG sebaiknya pemerintah melakukan riset yang sejelas-jelasnya agar masyarakat sendiri tidak dibingungkan dengan kontroversi yang ada. Selain itu juga, produsen MSG jangan mencari keuntungan saja, tetapi juga harus dapat memperhatikan kesehatan masyarakat ketika menjual produknya. Diharapkan masyarakat menengah bawah, khususnya ibu rumah tangga dapat menyadari bahwa dalam mengkonsumsi makanan sebaik jangan hanya memperhatikan sisi kelezatannya saja, akan tetapi dilihat sisi kesehatan juga karena peran ibu rumah tangga menyangkut kesehatan keluarga sendiri, termasuk masyarakat.