

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Air perasan buah jeruk nipis (*Citrus aurantifolia* [Christm & Panz] Swingle) berefek meningkatkan fungsi kognitif pada perempuan dewasa.

5.2 Saran

- Air perasan jeruk nipis dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan fungsi kognitif seperti pada proses belajar, kegiatan yang memerlukan pemecahan masalah, dan pengambilan keputusan.
- Penelitian menggunakan betuk ekstrak.
- Penelitian ini dapat dilanjutkan dengan penelitian lainnya mengenai khasiat air perasan buah jeruk nipis terhadap fungsi kognitif yang lain seperti memori, kreativitas, dan atensi.
- Penelitian menggunakan bagian tanaman yang lain.
- Penelitian mengenai efek samping penggunaan air perasan buah jeruk nipis dalam jangka panjang.