

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1. Kesimpulan**

Ekstrak pegagan (*Centella asiatica* (L.) Urban) berefek hipnotik.

#### **5.2. Saran**

Penelitian mengenai efek hipnotik ekstrak pegagan (*Centella asiatica* (L.) Urban) perlu dilanjutkan uji efektivitas dan uji toksisitasnya. Dalam pemakaiannya dapat dijadikan alternatif pilihan untuk mengatasi gangguan tidur yang sulit untuk memulai tidur, sehingga dapat mempersingkat onset tidur. Untuk penggunaannya perlu dilakukan penelitian dosis efektif dan sediaan yang cocok.