

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Setelah dilakukan penelitian perbandingan kadar antioksidan dalam delapan jenis rumput laut, didapatkan kesimpulan:

1. Rumput laut mengandung antioksidan yang cukup untuk menangkal radikal bebas.
2. Kemampuan rumput laut dalam menguraikan radikal bebas DPPH cukup tinggi, jenis *Sargassum sp.* dan *Caulerpa sp.* memiliki kemampuan yang lebih baik dari yang lain.
3. Hasil analisis total phenol menunjukkan bahwa rumput laut jenis *Caulerpa sp.* memiliki nilai total phenol yang lebih tinggi daripada rumput laut jenis *Sargassum sp.*

5.2 Saran

Penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan dalam penentuan banyaknya rumput laut yang digunakan sebagai antioksidan, serta bentuk sediaan yang akan digunakan dalam pemberiannya.

Penelitian ini dapat dikembangkan dengan menggunakan jenis rumput laut yang lebih variatif agar dapat diketahui kandungan antioksidan mana yang lebih banyak.

Penelitian terhadap rumput laut di Indonesia perlu lebih dikembangkan dengan penelitian yang lebih spesifik. Terutama meneliti zat aktif yang terkandung di dalamnya mengingat sedikitnya penelitian yang menggunakan rumput laut dalam bidang kesehatan.