

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Meminum seduhan teh hijau meningkatkan memori jangka pendek pada wanita dewasa.

5.2 Saran

- Untuk meningkatkan kemampuan memori jangka pendek dapat dibiasakan dengan meminum seduhan teh hijau secara rutin.
- Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut terhadap subjek penelitian dengan usia yang berbeda.