

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Gula putih meningkatkan kadar glukosa darah lebih cepat dan lebih tinggi dibandingkan dengan gula aren, *brown sugar*, aspartam dan stevia.

5.2 Saran

Berdasarkan penelitian ini saran-saran yang dapat diberikan adalah:

- Perlu dilakukan penelitian yang lebih lanjut tentang pengaruh gula aren terhadap peningkatan kadar glukosa darah.
- Perlu dilakukan penelitian yang lebih lanjut tentang pengaruh gula aren terhadap toleransi glukosa pada penderita Diabetes Mellitus.
- Perlu dilakukan penelitian yang lebih lanjut tentang pengaruh *brown sugar* terhadap toleransi glukosa pada penderita Diabetes Mellitus.
- Perlu dilakukan penelitian yang lebih lanjut terhadap jenis-jenis pemanis pengganti lain.