

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

1. Cokelat hitam (*Theobroma cacao*) dapat meningkatkan memori jangka pendek terhadap gambar pada laki-laki dewasa muda.
2. Cokelat hitam (*Theobroma cacao*) dapat meningkatkan memori jangka pendek terhadap angka pada laki-laki dewasa muda.
3. Cokelat hitam (*Theobroma cacao*) dapat meningkatkan memori jangka pendek terhadap kata pada laki-laki dewasa muda.

#### **5.2 Saran**

1. Cokelat hitam dapat dikonsumsi oleh pelajar untuk meningkatkan kemampuan mengingat sebelum menghadapi ujian.
2. Penelitian yang lebih lanjut dapat membandingkan efektifitas pengaruh cokelat hitam dengan bentuk cokelat yang berbeda (batang, cair, bubuk, dan lain-lain).
3. Penelitian yang lebih lanjut dapat membandingkan pengaruh cokelat hitam dengan jenis cokelat yang berbeda (cokelat putih, cokelat susu, dan lain-lain).