

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Efek *virgin coconut oil* (VCO) setara dengan *fish oil* dalam menurunkan kadar LDL pada tikus Wistar jantan yang diberi pakan tinggi lemak.

Simpulan Tambahan

Persentase penurunan *fish oil* lebih besar dibandingkan VCO dalam menurunkan kadar LDL pada tikus Wistar jantan yang diberi pakan tinggi lemak.

5.2 Saran

Penelitian mengenai perbandingan efek penurunan kadar trigliserida antara VCO dan *fish oil* perlu dilanjutkan penelitian lain, maka penulis menyarankan hal-hal sebagai berikut.

- Dilakukan penelitian dengan menggunakan kapsul *fish oil* atau *omega-3* tanpa vitamin E.
- Dilakukan penelitian dengan menggunakan tikus Wistar dengan galur murni.
- Dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai dosis efektif VCO dan *fish oil* atau *omega-3* dalam menurunkan kadar LDL.
- Dilakukan penelitian lebih lanjut untuk kebutuhan klinis dengan menggunakan subjek manusia.
- Waktu penelitian lebih diperpanjang agar dapat memperoleh hasil yang lebih baik.
- Dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai dosis toksisitas VCO dan *fish oil* atau *omega-3* untuk kebutuhan klinis.
- Dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai efek samping VCO dan *fish oil*.