

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

- Dari hasil penelitian, didapatkan bahwa kandungan fenol total dari tomat yang diuji adalah 9,405 mg GAE/100 g berat segar. Terdapat perbedaan hasil dengan beberapa penelitian kandungan fenol total tomat lainnya yang diduga disebabkan oleh berbagai faktor, di antaranya praktek budaya dalam pertanian, lokasi tanaman dibudidayakan, teknik pertanian spesifik yang dipilih, pemrosesan komersial, penyimpanan buah dan sayuran, dan perbedaan varietas tomat yang dipilih.
- Tomat memiliki kandungan fenol total yang terendah dibandingkan mengkudu dan jahe dari hasil penelitian lain yang menggunakan alat dan larutan penguji yang sama pada waktu yang bersamaan.

5.2. Saran

- Perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk mengetahui kandungan fenol total tomat dari berbagai varietas, lokasi penanaman, dan teknik pertanian, sehingga dapat diketahui manakah jenis tomat yang memiliki potensi manfaat kesehatan yang lebih besar
- Perlu dilakukan penelitian lanjutan tentang elemen-elemen lain dalam manfaat antioksidan tomat, seperti pengujian aktivitas antioksidan tomat dan hubungannya dengan kandungan fenol total tomat, untuk mengambil kesimpulan tentang kemampuan antioksidan tomat.
- Perlu dilakukan penelitian lanjutan tentang perbandingan hubungan aktivitas antioksidan tomat dengan kandungan fenol total antara berbagai bahan alam, untuk mengambil kesimpulan tentang kemampuan antioksidan bahan-bahan tersebut.