

BAB VI. KESIMPULAN DAN SARAN

6.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa kadar daun papaya jepang segar, dengan perlakuan kukus dan rebus berbeda-beda. Kadar vitamin C tertinggi terdapat pada daun papaya jepang segar yaitu sebesar 131 mg/100g, selanjutnya daun papaya jepang kukus sebesar 66,1 mg/100 g dan terendah berada pada daun papaya jepang rebus sebesar 23,6 mg/100 g. Dapat dilihat bahwa penetapan kadar vitamin C yang telah diberi perlakuan kukus dan rebus berkurang dari yang segar. Hal ini karena vitamin C mudah larut dalam air, mudah rusak oleh proses pemanasan dan mudah teroksidasi. Maka dari itu, setelah mengetahui kadar vitamin C dalam daun papaya jepang segar kukus dan rebus, kita dapat mengetahui perlakuan apa yang dilakukan untuk mengkonsumsi daun papaya jepang dengan tetap memperhatikan kandungan vitamin C nya.

6.2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh disarankan dilakukan penelitian lebih lanjut terhadap penetapan kadar vitamin C daun papaya jepang dengan pengambilan sampel dari tempat yang berbeda.