

Bab VII. Kesimpulan dan Saran

VII. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa:

1. *Water kefir* memiliki aktivitas antioksidan dengan nilai IC₅₀ sebesar 92,19 ppm. Aktivitas antioksidan *water kefir* dapat dikatakan antioksidan kuat.
2. *Water kefir* juga memiliki efek antiinflamasi karena menunjukkan efektivitas pada dosis 45 mL/kgBB diduga mekanisme kerja *water kefir* salah satunya ialah stabilisasi membran eritrosit.

VII. Saran

1. Perlu dilakukan penelitian aktivitas *water kefir* dengan mekanisme yang lain, sehingga *water kefir* dapat dijadikan pengobatan beberapa penyakit, khususnya penyakit degeneratif.
2. Peneliti berikutnya diharapkan meneliti aktivitas biologis *water kefir* yang dibuat dengan gula merah dengan beberapa konsentrasi.