

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian kadar vitamin B1 pada nasi dapat disimpulkan bahwa rata-rata kadar vitamin B1 pada nasi yang dimasak menggunakan metode modern lebih tinggi (18,5494 mg/100 g) dibandingkan dengan metode konvensional (5,1354 mg/100 g). Nilai tersebut juga berada di atas rata-rata yang telah ditentukan oleh Modern Nutrition (0,5 mg/100 g). Dengan uji statistik independent sampel T-test keduanya tidak berbeda secara signifikan ( $p \text{ value } 0,112 > 0,05$ ). Sehingga kedua metode pemasakan baik konvensional dan modern dapat digunakan dalam kegiatan sehari-hari.

#### **5.2 Saran**

Perlu dilakukan pengujian lebih lanjut tentang vitamin B1 pada beras untuk mengetahui sejauh mana penurunan kadar vitamin B1 akibat pemanasan.