

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Tingkat kepatuhan konsumsi produk susu takokak memberikan perbedaan yang signifikan.
2. Tingkat asupan susu takokak selama masa intervensi terhadap kadar kolesterol HDL tidak memberikan perbedaan yang signifikan karena rata-rata tingkat konsumsi termasuk kategori defisit tingkat berat (<70% AKG).
3. Intervensi pemberian susu takokak selama 14 hari memberikan pengaruh yang signifikan antar kelompok perlakuan terhadap peningkatan kadar kolesterol HDL.

A. Saran

Bagi peneliti selanjutnya :

1. Disarankan melakukan penelitian dengan menggunakan data primer agar mendapatkan data yang valid, asli dan sesuai fakta.
2. Metode pengukuran *form food recall* dilakukan selama 3 x 24 jam agar dapat menghasilkan gambaran asupan zat gizi lebih optimal dan memberikan variasi yang lebih besar tentang intake harian.
3. Disarankan melakukan penelitian dengan waktu rentan lebih lama untuk mendapatkan hasil maksimal dan signifikan.
4. Memperbaiki dan menganalisis komposisi produk susu yang dibuat mengingat ada beberapa keluhan dari responden.