

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh pemberian seduhan fermentasi biji rambutan dengan *yoghurt* terhadap kadar HDL pada tikus Wistar yang diinduksi diet tinggi lemak, maka diperoleh beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Kadar HDL darah pada kelompok sehat (A) menunjukkan rerata yang stabil dan berada dalam rentang normal.
2. Pemberian HFD dan PTU dapat menurunkan kadar HDL darah pada kelompok B, C, D, E dan F
3. Kadar HDL darah setelah pemberian seduhan fermentasi biji rambutan dengan *yoghurt* pada hari ke 0 meningkat dengan selisih sebesar 14,5 mg/dL
4. Kadar HDL darah setelah pemberian seduhan fermentasi biji rambutan dengan *yoghurt* pada hari ke 3 meningkat dengan selisih sebesar 17,5 mg/dL
5. Kadar HDL darah setelah pemberian seduhan fermentasi biji rambutan dengan *yoghurt* pada hari ke 5 meningkat dengan selisih sebesar 11,6 mg/dL
6. Kadar HDL darah setelah pemberian seduhan fermentasi biji rambutan dengan *yoghurt* pada hari ke 7 meningkat dengan selisih sebesar 21,5 mg/dL
7. Pemberian seduhan fermentasi biji rambutan dengan *yoghurt* pada hari ke 7 menunjukkan hasil paling optimal dalam meningkatkan kadar HDL darah pada tikus Wistar.

#### B. Saran

Berdasarkan keterbatasan yang ditemukan dalam penelitian ini, peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan kandang yang disekat sehingga masing-masing tikus memiliki ruang yang terpisah. Langkah ini dapat membantu memastikan konsumsi pakan tiap tikus secara lebih akurat dan tidak dipengaruhi oleh dinamika makan dalam kelompok. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat menambahkan parameter biokimia lain, seperti trigliserida,

untuk memperoleh gambaran profil lipid yang lebih komprehensif. Peneliti selanjutnya juga dapat mempertimbangkan penggunaan variasi dosis seduhan biji rambutan untuk melihat respons dosis terhadap peningkatan HDL, serta mengeksplorasi jenis fermentasi lain yang berpotensi memberikan efek yang berbeda. Penggunaan bahan alam lain yang berpotensi memberikan efek serupa terhadap peningkatan HDL juga bisa digunakan untuk membandingkan ke efektivitasnya dengan biji rambutan. Penelitian lebih lanjut melalui uji preklinis yang lebih luas juga diperlukan untuk memperkuat bukti mekanisme dan keamanan intervensi ini sebelum dipertimbangkan sebagai salah satu alternatif terapi komplementer pada manusia

