

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Studi literatur kali ini melaporkan bahwa tumbuhan asem panjang dapat berpotensi sebagai antioksidan alami. Bagian-bagian tumbuhan asem panjang yang berpotensi sebagai antioksidan alami adalah biji, kulit buah, daging buah matang, daging buah dan daun. Aktivitas antioksidan yang paling tinggi hingga rendah secara berturut-turut adalah isolat metil galat (didapat dari biji, daun dan kulit buah), ekstrak biji, ekstrak kulit buah, fraksi 4 (didapat dari daging buah matang), ekstrak daging buah matang, ekstrak daging buah dan ekstrak daun. Selain itu, bagian-bagian asem panjang juga menunjukkan aktivitas antioksidan yang sangat kuat (isolat metil galat, ekstrak biji), kuat (ekstrak kulit buah, fraksi 4, ekstrak daging buah matang, ekstrak daging buah) dan sedang hingga lemah (ekstrak daun). Perbedaan aktivitas antioksidan dari bagian-bagian tersebut, mungkin dikarenakan oleh kandungan senyawa yang ada di dalamnya. Metode persiapan sampel yang paling baik digunakan untuk mempertahankan senyawa antioksidan (terutama senyawa fenolik) pada bagian-bagian asem panjang adalah pengeringan beku, sedangkan proses ekstraksi yang baik digunakan adalah metode ekstraksi dengan shaker pada suhu ruang menggunakan pelarut metanol. Asem panjang terbukti tidak menimbulkan efek negatif pada tubuh, sehingga asem panjang dapat dikonsumsi dengan aman sebagai antioksidan alami.

5.2 Saran

Studi literatur ini menyarankan agar masyarakat mengonsumsi asem panjang untuk memelihara kesehatan dan mencegah penyakit, karena telah terbukti berpotensi sebagai antioksidan alami. Namun, penelitian terhadap fraksi 4 (dari daging buah matang), daging buah dan daun perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk memastikan aktivitas antioksidannya. Hal ini dikarenakan data aktivitas antioksidan yang diperoleh pada bagian-bagian

tersebut masih sedikit, sehingga ada kemungkinan memiliki aktivitas antioksidan yang lebih baik dibandingkan dengan kulit buah dan daging buah matang.