

## **BAB 5**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan studi literatur ini dapat dilihat bahwa aktivitas antioksidan dari bit dengan metode DPPH menunjukkan bit berpotensi sebagai antioksidan alami yang baik tergantung bagian tanaman bit yang digunakan. Pengaruh bagian bit mulai dari akar (umbi), batang hingga daun bit (*Beta vulgaris* L.) yang dibuat dengan berbagai perlakuan menunjukkan hasil aktivitas antioksidan yang baik karena rata-rata memiliki sifat antioksidan sangat kuat ( $IC_{50} = < 50$  ppm), kuat ( $IC_{50} = < 21-100$  ppm) sampai sedang ( $IC_{50} = < 100-150$  ppm) dan merupakan tanaman yang cocok dan berpotensi sebagai sumber antioksidan alami yang dapat diolah dan dikonsumsi sehari-hari.

#### **5.2 Saran**

1. Bagi Institusi, diharapkan hasil penelitian studi literatur dapat digunakan sebagai bahan pembelajaran tentang gambaran potensi aktivitas antioksidan dari bit (*Beta vulgaris* L.) sebagai sumber antioksidan alami.
2. Bagi Masyarakat, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan terkait aktivitas antioksidan alami yang bersumber dari bit (*Beta vulgaris* L.) yang bisa dikonsumsi sehari-hari.
3. Bagi peneliti selanjutnya, perlunya mengkaji lebih banyak sumber maupun referensi yang terkait dengan potensi antioksidan bit (*Beta vulgaris* L.) dengan menambah variabel atau menambah *time series* datanya sehingga akan lebih bervariasi sehingga hasil penelitiannya dapat lebih baik lagi dan lebih lengkap lagi.