

V. KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa :

1. Minuman teh instan cenderung dapat meningkatkan berat badan dan bobot jaringan lemak putih serta kadar kolesterol darah pada mencit putih jantan sebagai indikator perkembangan obesitas.
2. Minuman teh instan juga dapat memicu peningkatan kadar gula darah dan penurunan toleransi glukosa (kinerja insulin) sebagai indikator perkembangan diabetes melitus.

5.2 Saran

1. Pada penelitian selanjutnya, sebaiknya dilakukan analisis histologi jaringan lemak putih dan lemak coklat, organ hati, ginjal, dan pankreas untuk mengidentifikasi kerusakan jaringan akibat minuman teh instan.
2. Bagi masyarakat, sebaiknya mengurangi mengonsumsi minuman teh instan yang mengandung gula tinggi secara kontinyu dalam periode yang lama.

