

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan pada 5 jurnal dapat disimpulkan bahwa :

1. Kadar vitamin C pada berbagai varietas cabai antara lain: Cabai Merah mengandung vitamin C sebesar 4,463 mg/100 gram, Cabai Rawit sebesar 3,816 mg/100gram. Cabai hijau besar 900mg/100 mg, Cabai merah besar 2200mg/100gram, Cabai rawit hijau 2900 mg100gram. Cabai jablay orange-merah 3800mg/100 gram dan Cabai keriting merah 5000 mg/100 gram. Cabai India memiliki kadar vitamin C sebesar 192,64mg/100gram.
3. Kandungan vitamin C pada varietas pada tanaman buah cabai dalam penelitian ini lebih tinggi dari kadar menurut tabel komposisi pangan Indonesia yang diterbitkan Depkes RI Tahun 2018 yaitu 84mg/100g. Penggunaan atau mengonsumsi vitamin C dengan kadar yang tinggi akan menyebabkan beberapa efek samping yang ditimbulkan antara lain mual-muntah, diabetes, iritasi pada kulit, diare serta terbentuknya batu ginjal (RI, 2016).

B. Saran

Perlu dilakukan kajian artikel tentang analisis kadar Vitamin C pada jenis Cabai yang sama, validasi metode dan metode analisis yang sama walaupun dari daerah yang berbeda, agar dapat membandingkan hasil yang didapatkan.