

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

1. Kandungan nutrisi pada teripang hampir dapat memenuhi angka kebutuhan gizi harian pada semua jenis kelamin dan usia serta pada kondisi yang memerlukan nutrisi lebih seperti ibu hamil dan pencegahan osteoporosis.
2. Kandungan nutrisi pada teripang lebih tinggi jika dibandingkan dengan susu kemasan.
3. Teripang susu memiliki kandungan lebih tinggi jika dibandingkan dengan teripang gosok dan teripang gamat.
4. Teripang memiliki manfaat yang besar dalam menjaga kesehatan tulang.

B. SARAN

1. Untuk Instansi Kesehatan

Kandungan nutrisi teripang sangat baik untuk meningkatkan kesehatan tulang.

Teripang dapat dijadikan alternatif lain pada orang dengan alergi susu. Teripang dapat digunakan sebagai bahan baku obat untuk kesehatan tulang.

2. Untuk Peneliti Lain

Dapat dilakukan penelitian untuk teripang jenis lain dan juga susu jenis lain.

Kandungan susu sebaiknya juga diteliti di laboratorium sehingga didapatkan hasil yang lebih baik.