

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat perbedaan kadar kafein pada masing-masing jenis teh. Kadar kafein teh dari kadar paling rendah ke paling tinggi secara berurutan yaitu teh hijau, teh hitam, teh kuning, teh pu-erh, teh putih, dan teh oolong. Perbedaan kadar kafein pada masing-masing jenis teh ini diakibatkan oleh beberapa faktor salah satunya adalah perbedaan proses pengolahannya. Kandungan kafein tertinggi dimiliki oleh teh oolong dengan kadar 20,05 mg/g atau 2,005 %. Sedangkan kandungan kafein terendah dimiliki oleh teh hijau dengan kadar 10,25 mg/g atau 1,025%. Oleh karena dapat disimpulkan bahwa teh hijau merupakan jenis teh yang paling baik untuk dikonsumsi menjadi minuman sehari-hari dengan takaran yang tepat karena memiliki kadar kafein yang paling rendah.

5.2. Saran

Saran dari hasil penelitian yang telah dilakukan adalah perlu dilakukan parameter tambahan berupa variable yang mendukung penetapan kadar kafein pada masing-masing jenis teh.