

4. KESIMPULAN DAN SARAN

4.1. Kesimpulan

Keempat jenis rempah yaitu bawang putih, bawang merah, jahe, dan kunyit dapat berperan sebagai prebiotik. Faktor yang mempengaruhi dampak stimulasi rempah terhadap pertumbuhan BAL diantaranya adalah jenis substrat, dosis penambahan substrat, serta *strain* BAL yang terlibat. Bawang merah (*Allium cepa* L.) menunjukkan kemampuan stimulasi paling baik terhadap pertumbuhan BAL dengan kandungan senyawanya yang berkontribusi penting yaitu inulin, beberapa oligosakarida dan didukung oleh kandungan monosakarida dan alisin.

4.2. Saran

Review lebih lanjut diperlukan untuk mengetahui dosis yang tepat mengenai penambahan rempah atau ekstrak rempah di dalam suatu produk pangan untuk memperoleh efek stimulasi terhadap pertumbuhan BAL yang lebih optimal.

