

6. KESIMPULAN DAN SARAN

6.1. Kesimpulan

Microgreens memiliki beberapa jenis kandungan mineral yang lebih tinggi dibandingkan dengan sayuran dewasa. *Microgreens lettuce* memiliki kandungan kalsium, fosfor, natrium, dan magnesium yang lebih tinggi dibandingkan *lettuce* dewasa. Sedangkan *microgreens* brokoli memiliki kandungan zink yang lebih tinggi dibandingkan brokoli dewasa. Kandungan mineral yang lebih tinggi dapat membantu memenuhi kebutuhan mineral, namun tetap perlu adanya konsumsi bahan pangan lain yang mengandung mineral.

Metode yang pada umumnya digunakan dalam budidaya *microgreens* adalah hidroponik dan vermikompos dengan jenis media gambut, kompos, dan *coconut fiber*. Media tanam vermikompos diduga dapat meningkatkan kandungan mineral pada *microgreens* karena memiliki kandungan nutrisi yang lebih baik dibandingkan dengan hidroponik. Selain itu, jenis *microgreens* dengan famili yang sama namun *varians* yang berbeda juga dapat menyebabkan perbedaan kandungan mineral di dalamnya. Hal ini disebabkan oleh kandungan klorofil yang berbeda sehingga mempengaruhi proses fotosintesisnya.

6.2. Saran

Pada *review* ini belum membahas bagaimana mekanisme media tanam dapat mempengaruhi kandungan mineral pada *microgreens* secara mendalam dan lebih detail. Sehingga perlu adanya *review* yang membahas mekanisme tersebut secara lebih detail dengan data penelitian yang lebih mendalam pula.