

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Kangkung (*Ipomoea aquatica*) memperlambat waktu reaksi sederhana wanita dewasa.

5.2 Saran

- Sebaiknya kangkung tidak dikonsumsi ketika akan melakukan kegiatan yang memerlukan waktu reaksi yang cepat atau yang membutuhkan konsentrasi tinggi.
- Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai dosis kangkung yang berbeda agar didapatkan efek sedatif yang minimal.