

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Pisang kepok menurunkan tekanan darah pada 15 orang mahasiswa FK UKM dari 114,9/68,7 mmHg menjadi 103,2/62,8 mmHg. Pisang kepok mengandung  $K^+$  yang dapat menyebabkan vasodilatasi pembuluh darah, penghambatan sekresi renin, serta peningkatan ekskresi natrium. Juga mengandung flavonoid yang berpengaruh terhadap sistem renin angiotensin sehingga dapat menurunkan tekanan darah

#### **5.2 Saran**

Diperlukan penelitian lebih lanjut dengan jumlah naracoba lebih banyak pada penggunaan pisang kepok untuk menurunkan tekanan darah.

Diperlukan penelitian untuk mengetahui kepastian mengenai ada tidaknya efek samping dari penggunaan pisang kepok.