

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN – SARAN**

#### **5.1. KESIMPULAN**

Tekanan darah setelah minum jus mentimun lebih **rendah** dari pada tekanan **darah** sebelum minum jus mentimun.

#### **5.2. SARAN – SARAN**

- Diperlukan penelitian lebih lanjut pada pemakaian jus **mentimun** untuk menurunkan tekanan darah.
- Untuk masyarakat yang jauh atau tidak terjangkau layman kesehatan dan karna biaya obat yang mahal, pada penderitanya hipertensi dianjurkan **minum jus mentimun**.