

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Kangkung terbukti menurunkan tekanan sistol.

Kangkung tidak terbukti menurunkan tekanan diastol.

5.2 Saran

Diperlukan penelitian lanjutan tentang kepastian efek penurunan tekanan darah akibat konsumsi kangkung mengenai durasi, efektifitas, dan efek sampingnya dalam kapasitasnya sebagai penurun tekanan darah dengan naracoba yang lebih banyak.

Hindari konsumsi kangkung saat hendak melakukan pekerjaan yang membutuhkan tingkat kewaspadaan tinggi.