

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

- Pemberian air kelapa muda dapat menurunkan frekuensi denyut jantung pada wanita dewasa normal.
- Pemberian air kelapa muda dapat menurunkan tekanan darah sistol pada wanita dewasa normal.
- Pemberian air kelapa muda dapat menurunkan tekanan darah diastol pada wanita dewasa normal.

5.2 Saran

- Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan menggunakan subjek penelitian yang lebih banyak untuk menguji pengaruh meminum air kelapa muda terhadap frekuensi denyut jantung dan tekanan darah.
- Perlu penelitian lebih lanjut untuk menentukan dosis efektif air kelapa muda yang dapat menurunkan frekuensi denyut jantung dan tekanan darah, dosis minimal yang dapat berefek terhadap sistem kardiovaskular, serta dosis maksimal yang boleh digunakan tanpa menimbulkan efek samping maupun efek toksik.
- Perlu penelitian lebih lanjut untuk mengetahui efek lain dari air kelapa muda selain terhadap frekuensi denyut jantung dan tekanan darah, serta efek air kelapa muda dalam berbagai bentuk sediaan.