

BAB V

KESIMPULAN

5.1 Kesimpulan

Dari hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan bahwa 100 cc jus labu siam (*Sechium edule*) mempunyai efek menurunkan tekanan darah.

5.2 Saran

- Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai dosis yang paling optimal dengan jangka waktu yang lebih panjang dari jus labu siam sebagai salah satu terapi alami untuk hipertensi.
- Setelah mendapatkan dosis yang optimal, penggunaan labu siam untuk jangka panjang disarankan bagi penderita hipertensi.
- Perlu dilakukan penelitian dengan menggunakan bentuk sediaan lain dan dengan berbagai ukuran labu siam.