

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Jus alpukat menurunkan tekanan darah normal pada wanita dewasa.

#### **5.2 Saran**

- Perlu penelitian lebih lanjut untuk menentukan dosis efektif jus alpukat yang dapat menurunkan tekanan darah, dosis minimal yang dapat berefek, serta dosis maksimal yang boleh digunakan tanpa menimbulkan efek samping.
- Diperlukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui efek lain dari jus alpukat selain menurunkan tekanan darah.