

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

1. Perasan jeruk keprok berefek menurunkan tekanan darah sistol normal pada laki-laki dewasa.
2. Perasan jeruk keprok berefek menurunkan tekanan darah diastol normal pada laki-laki dewasa.
3. Perasan jeruk keprok mempunyai efek yang berbeda terhadap penurunan tekanan darah sistol dan diastol normal pada laki-laki dewasa.

#### **5.2 Saran**

Penelitian efek perasan jeruk keprok terhadap penurunan tekanan darah perlu dilanjutkan dengan cara :

1. Jeruk keprok dikonsumsi secara langsung tanpa diperas
2. Menggunakan subjek penelitian wanita
3. Menggunakan jenis jeruk yang lain

Hasil penelitian dapat diaplikasikan sebagai terapi komplementer untuk penderita hipertensi dalam membantu menurunkan tekanan darah.