

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

1. Jus buah kiwi berefek menurunkan tekanan darah sistol normal pada laki-laki dewasa.
2. Jus buah kiwi berefek menurunkan tekanan darah diastol normal pada laki-laki dewasa.
3. Jus buah kiwi tidak berefek sama terhadap penurunan tekanan darah sistol dan diastol normal pada laki-laki dewasa.

#### **5.2 Saran**

1. Penderita hipertensi dapat minum jus buah kiwi untuk membantu menurunkan tekanan darah.
2. Efek buah kiwi terhadap tekanan darah dapat dicoba dengan menggunakan buah kiwi yang dimakan langsung.