

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

1. Jus apel berefek menurunkan tekanan darah normal laki-laki dewasa.
2. Jus jeruk lemon berefek menurunkan tekanan darah normal laki-laki dewasa.
3. Jus kombinasi (apel : jeruk lemon = 3:1) berefek menurunkan tekanan darah normal laki-laki dewasa.
4. Jus kombinasi (apel : jeruk lemon = 3:1) memiliki efek menurunkan tekanan darah sistol normal laki-laki dewasa lebih kuat daripada jus apel tunggal.
5. Jus kombinasi (apel : jeruk lemon = 3:1) memiliki efek menurunkan tekanan darah diastol normal laki-laki dewasa setara dengan jus apel tunggal.
6. Jus kombinasi (apel : jeruk lemon = 3:1) memiliki efek menurunkan tekanan darah sistol normal laki-laki dewasa setara dengan jus jeruk lemon tunggal.
7. Jus kombinasi (apel : jeruk lemon = 3:1) memiliki efek menurunkan tekanan darah diastol normal laki-laki dewasa setara dengan jus jeruk lemon tunggal.

5.2 Saran

- Terapi hipertensi selain dengan obat-obatan konvensional, dapat juga dengan meminum jus buah-buahan antara lain jus apel, jus jeruk lemon atau jus kombinasi sebagai pengobatan komplementer hipertensi.
- Meminum jus jeruk lemon tunggal memberikan efek yang sama dengan jus kombinasi tetapi harganya lebih murah.
- Penelitian dilanjutkan dengan perbandingan komposisi jus kombinasi yang berbeda atau dengan kombinasi buah yang berbeda.
- Penelitian dilakukan dengan jumlah subjek penelitian yang lebih banyak