

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

- Jus belimbing dan semangka menurunkan tekanan darah sistol pada pria dewasa.
- Jus belimbing dan semangka menurunkan tekanan darah diastol pada pria dewasa.

#### **5.2 Saran**

- Perlu penelitian lebih lanjut mengenai mekanisme buah belimbing dan semangka dalam menurunkan tekanan darah.
- Perlu penelitian lebih lanjut mengenai efek konsumsi jus belimbing dan semangka terhadap penderita hipertensi.
- Perlu penelitian dengan menggunakan buah tunggal terhadap penderita hipertensi dan dibandingkan efeknya dengan pemberian jus kombinasi.