

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa konsumsi kopi Robusta meningkatkan tekanan darah sistolik dan diastolik, kopi Arabika meningkatkan tekanan darah sistolik dan diastolik dan peningkatan tekanan darah oleh kopi Robusta lebih tinggi daripada kopi Arabika.

5.2 Saran

Berikut saran yang dapat diajukan berdasarkan pengalaman dan pertimbangan penelitian yang telah dilakukan:

1. Bagi peneliti selanjutnya dapat menyelidiki lebih lanjut mengenai faktor-faktor lain yang memengaruhi peningkatan tekanan darah pada konsumsi kafein.
2. Bagi peneliti selanjutnya dapat meneliti tentang jenis kopi lainnya.
3. Bagi peneliti selanjutnya dapat meneliti menggunakan macam-macam temperatur air pada penyeduhan kopi.