

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Jus wortel menurunkan tekanan darah pada 15 naracoba pria dewasa dari 110,7/73,2 mmHg menjadi 102,0/67,3 mmHg.

5.2 Saran

Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih besar mengenai kegunaan jus wortel sebagai salah satu terapi alami untuk hipertensi agar dapat dimanfaatkan seoptimal mungkin.