

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

- Menyusui menurunkan tekanan darah sistolik.
- Menyusui menurunkan tekanan darah diastolik.

5.2 Saran

1. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih besar mengenai manfaat menyusui sebagai salah satu terapi supportif untuk hipertensi agar dimanfaatkan semaksimal mungkin.
2. Diharapkan dokter, bidan, dan tenaga kesehatan lainnya dapat berkomunikasi dan memberikan informasi terperinci kepada para calon ibu atau ibu hamil dan ibu menyusui tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif / menyusui.