

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Jahe menurunkan tekanan darah pada perempuan dewasa.

5.2 Saran

- Perlu penelitian lebih lanjut untuk menentukan dosis efektif jahe dalam menurunkan tekanan darah.
- Perlu penelitian lebih lanjut untuk menentukan dosis minimal jahe yang masih memberikan efek penurunan tekanan darah dan dosis maksimal jahe yang masih dapat dikonsumsi tanpa memberikan efek samping.
- Perlu penelitian lebih lanjut terhadap efek jahe yang lain selain menurunkan tekanan darah.
- Perlu dilakukan penelitian untuk membandingkan efek jahe dengan herbal lain atau obat antihipertensi kimiawi dalam menurunkan tekanan darah.