

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Jus buah naga merah menurunkan tekanan darah normal pada perempuan dewasa.

5.2 Saran

Jus buah naga merah (*Hylocereus polyrhizus*) terbukti menurunkan tekanan darah sehingga sebaiknya penderita hipertensi mengkonsumsi jus buah naga merah sebagai terapi pelengkap/tambahan. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai dosis yang paling optimal dari jus buah naga merah yang dapat menurunkan tekanan darah. Penelitian juga perlu dilakukan untuk menguji efek lain dari buah naga merah selain untuk menurunkan tekanan darah.