

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### I. Kesimpulan

Hasil dari penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Buah mengkudu mengandung Scopoletin yang berfungsi untuk memperlebar saluran pembuluh darah yang mengalami penyempitan dan melancarkan peredaran darah. Hal ini menyebabkan jantung tidak perlu bekerja terlalu keras untuk memompa darah, sehingga tekanan darah menjadi normal.
2. Terdapat penurunan tekanan darah sistolik yang bermakna secara statistik pada kelompok usia lanjut yang mengkonsumsi kapsul ekstrak mengkudu secara rutin.
3. Terdapat penurunan tekanan darah diastolik yang bermakna secara statistik pada kelompok usia lanjut yang mengkonsumsi kapsul ekstrak mengkudu secara rutin.
4. Tekanan darah pada para responden menjadi tinggi kembali ketika pemberian kapsul ekstrak mengkudu dihentikan.

#### II. Saran

1. Perlu penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh mengkudu terhadap hipertensi pada kelompok usia lanjut dan juga kelompok usia muda ataupun yang lainnya dengan subyek yang lebih banyak dan karakteristik subyek yang lebih beragam.

2. Perlu penelitian lebih lanjut mengenai keamanan dan kemanjuran mengkudu jika diminum secara rutin dan dalam jangka waktu yang lama.