

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Jenis kelamin berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah dan pada wanita akan lebih beresiko terkena hipertensi, semakin bertambahnya usia maka akan beresiko sangat tinggi terkena hipertensi, dan orang yang berpendidikan rendah akan lebih beresiko juga terkena hipertensi.

Pada penelitian Sebelum dilakukan pemberian jus buah mengkudu tekanan darah responden berada pada kategori hipertensi ringan sebanyak 6 orang (100%) dan diketahui rata-rata tekanan darah sebelum diberikan jus buah mengkudu 148.87 mmHg dan Setelah dilakukan pemberian jus buah mengkudu didapatkan hasil pengukuran tekanan darah responden dengan rata-rata tekanan darah 124.82 mmHg. Hasil uji paried T test menunjukkan bahwa intervensi mengkudu terdapat pengaruh terhadap penerunan tekanan darah.

B. Saran

1. Masyarakat

Disarankan kepada masyarakat khususnya penderita hipertensi, melakukan pengobatan terapi komplementer jus buah mengkudu sebagai salah satu pilihan untuk menurunkan tekanan darah dan menghindari gaya hidup yang bisa meningkatkan tekanan darah serta bisa menjaga pola makan atau menghindari makan yang bisa menyebabkan tekanan darah meningkat dan diharapkan responden bisa memberikan pengetahuan ke pada masyarakat lain tentang cara pengobatan herbal dengan mengkudu untuk menurunkan tekanan darah tinggi serta menjaga pola hidup sehat.

2. Pengembangan ilmu pengetahuan keperawatan

Penelitian ini bisa digunakan sebagai bahan rujukan untuk penelitian lainnya dan menjadi bahan pertimbangan sebagai referensi pengobatan hipertensi dengan bahan dasar herbal.

3. Peneliti selanjutnya

Disarankan untuk peneliti selanjutnya adalah dapat melanjutkan dan mengembangkan penelitian apakah intervensi mengkudu ini ada pengaruhnya terhadap hipertensi dengan katagori sedang atau berat.