

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini menjelaskan berdasarkan jenis kelamin dapat berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah dan pada wanita akan lebih beresiko terkena hipertensi, semakin bertambahnya usia maka semakin tinggi beresiko terkena hipertensi.

Hasil penelitian sebelum dilakukan intervensi pemberian terapi air rebusan daun salam sebanyak 6 responden diketahui rata-rata tekanan darah sistolik sebelum intervensi 149 mmHg dan sesudah diberikan intervensi menjadi 143 mmHg. Sedangkan rata-rata diastolik sebelum intervensi 97 mmHg dan sesudah intervensi menjadi 89 mmHg. Hasil intervensi air rebusan daun salam dapat berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah.

B. Saran

1. Masyarakat

Disarankan kepada masyarakat khususnya penderita hipertensi untuk memilih pengobatan alternatif yang tepat dan praktis dalam menurunkan tekanan darah dengan mengosumsi rebusan daun salam dan menghindari resiko yang bisa meningkatkan tekanan darah serta dapat menjaga pola hidup sehat seperti olahraga, istirahat yang cukup dan hindari makan-makanan rendah garam, stress dan merokok. Kemudian diharapkan untuk responden bisa memberikan pengetahuan kepada masyarakat lain tentang cara pengobatan herbal dengan rebusan air daun salam untuk menurunkan tekanan darah tinggi.

2. Pengembangan ilmu pengetahuan keperawatan

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

3. Penelitian selanjutnya

Disarankan untuk penelitian selanjutnya dapat mengembangkan manfaat daripada daun salam untuk mengobati penyakit kolestrol, asam urat, dan apakah daun salam dapat berpengaruh pada inklusi hipertensi kategori sedang atau berat.