

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil penelitian Pengaruh Mengonsumsi Pisang Ambon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di kelurahan pondok ranggon RT 004 RW 006 Kecamatan Cipayung Jakarta Timur, penyakit hipertensi sangat berpengaruh pada usia yang berumur 50-59, mayoritas jenis kelamin perempuan, Pendidikan rendah lebih berpengaruh terhadap kejadian hipertensi, dan pekerjaan ibu rumah tangga lebih berpengaruh pada penyakit hipertensi. mengonsumsi pisang ambon sebanyak 2 buah perhari dapat menjadi solusi untuk pengendalian tekanan darah dan menurunkan derajat hipertensi, rata-rata selisih MAP sebelum dan sesudah intervensi 11,7 mmHg, berdasarkan hasil uji paried t– test dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian intervensi pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

B. Saran

1 Masyarakat

Disarankan kepada masyarakat dapat mengontrol atau menurunkan tekanan darah dengan mengonsumsi pisang ambon setiap harinya dengan frekuensi yang benar. Masyarakat memberikan informasi manfaat pisang ambon kepada masyarakat yang lain.

2 Pengembangan ilmu pengetahuan keperawatan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk pengembangan ilmu pengetahuan dan dapat digunakan dalam intervensi keperawatan sebagai pengobatan alternatif untuk membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

3. Peneliti selanjutnya

Disarankan untuk peneliti selanjutnya agar mendalami mengenai konsumsi pisang ambon dapat mengobati anemia sehingga hasil penelitian yang didapatkan menjadi lebih bermanfaat untuk masyarakat di luar sana.