

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan analisis data yang dilakukan peneliti dari tanggal 13 Februari hingga 08 Maret Tahun 2019 dengan jumlah responden sebanyak 30 lansia dengan hipertensi di Desa Kalirejo Kecamatan Negeri Katon Kabupaten Pesawaran tahun 2019, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Rata – rata tingkat tekanan darah pada penderita hipertensi Lansia sebelum diberikan jus mentimun di Desa Kalirejo Kecamatan Negeri Katon Kabupaten Pesawaran tahun 2019 didapatkan rata – rata tekanan darah siastole 171,5 mmHg dan diastole 99,97 mmHg yang berarti tekanan darah penderita hipertensi pada lansia dalam kategori tekanan darah hipertensi stage 2.
2. Rata – rata tingkat tekanan darah pada penderita hipertensi Lansia sesudah diberikan jus mentimun di Desa Kalirejo Kecamatan Negeri Katon Kabupaten Pesawaran tahun 2019 didapatkan didapatkan rata – rata tekanan darah siastole 144 mmHg dan diastole 84,9 mmHg yang berarti tekanan darah penderita hipertensi pada lansia dalam kategori normal hingga hipertensi stage 1.
3. Ada pengaruh jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi Lansia di Desa Kalirejo Kecamatan Negeri Katon

Kabupaten Pesawaran tahun 2019 dengan nilai p – value siastole = 0,000 dan nilai p – value diastole = 0,000

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang diperoleh dari hasil analisis dapat, maka dapat penulis sarankan sebagai berikut:

1. Bagi Penderita Hipertensi

Diharapkan kepada lansia untuk mengkonsumsi obat-obatan tradisional sebagai pengganti obat kimia dikarenakan zat kimia dalam obat jika dikonsumsi secara terus menerus dapat menyebabkan kerusakan organ tubuh lansia, datang ke pelayanan kesehatan untuk memeriksakan kesehatannya minimal satu minggu sekali, mengikuti posyandu lansia. Saran kepada keluarga untuk mencari informasi tentang obat – obat tradisional yang mempengaruhi tekanan darah orang tuanya dan apabila tidak terjadi penurunan tekanan darah dengan menggunakan obat tradisional bahkan meningkat, maka keluarga membawa orangtua yang lansia untuk berobat ke tenaga kesehatan.

2. Bagi Petugas Kesehatan (PKM Kalirejo Kecamatan Negeri Katon)

Saran kepada tenaga kesehatan untuk meningkatkan pelayanan kesehatan terhadap lansia dalam posyandu lansia dengan menyediakan fasilitas pendukung dan alat pemeriksaan yang lengkap dalam menjaga kesehatan lansia, serta mengadakan kegiatan terhadap lansia seperti olahraga, pengadaan rekreasi pada lansia dan penyuluhan kepada

keluarga tentang perawatan lansia dirumah khususnya pada penderita hipertensi.

3. Bagi Universitas Aisyah Pringsewu

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan literature dalam pembelajaran khususnya yang berhubungan dengan penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi dan sebagai bahan pembelajaran diharapkan pihak Universitas Aisyah dapat memberikan kegiatan ekstrakuler ataupun jam tambahan untuk meningkatkan skill penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi Lansia sehingga mahasiswi lulusan Universitas Aisyah berkompeten.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi yang sangat berguna bagi peneliti selanjutnya. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti manfaat jus mentimun terhadap penyakit hipertensi dengan dosis yang berbeda dan perlu adanya penelitian lebih lanjut apakah jus mentimun memiliki efek yang merugikan jika dilakukan dalam jangka waktu yang panjang.