

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan maka dapat ditarik simpulan sebagai berikut:

1. Rata-rata tekanan darah sebelum pemberian yogurt kelompok intervensi yaitu tekanan sistol sebesar 144,00 mmHg dan tekanan diastol sebesar 91,33 mmHg
2. Rata-rata tekanan darah sesudah pemberian yogurt kelompok intervensi yaitu tekanan darah sistol sebesar 118,00 mmHg dan tekanan darah diastol sebesar 76,67 mmHg.
3. Rata-rata tekanan darah pada ibu hamil sebelum pemberian penyuluhan pada kelompok kontrol yaitu tekanan sistol sebesar 144,00 mmHg dan tekanan diastol sebesar 90,33 mmHg
4. Rata-rata tekanan darah sesudah pemberian penyuluhan pada kelompok kontrol yaitu tekanan sistol sebesar 142,67 mmHg dan tekanan darah diastol sebesar 89.33 mmHg
5. Ada pengaruh perbedaan pemberian yogurt dan penyuluhan terhadap penurunan tekanan darah pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol, dengan nilai *p value* tekanan sistol sebesar 0,000 atau *p value* < 0,05 dan nilai *p value* tekanan diastol sebesar 0,001 atau *p value* < 0,05.

## B. Saran

Sesuai dengan hasil penelitian, maka dikemukakan saran sebagai berikut:

1. Bagi Responden ( ibu hamil )

Diharapkan kepada ibu hamil dapat menggunakan yogurt sebagai salah satu pengobatan alternatif atau non farmakologis untuk menurunkan tekanan darah. Karena disamping untuk menurunkan tekanan darah terdapat pula kandungan vitamin yang dibutuhkan untuk ibu hamil dan janinnya.

2. Bagi Peneliti

Meningkatkan pengetahuan tentang preeklamsi pada ibu hamil hipertensi khususnya yang berhubungan terapi non farmakologi

3. Bagi Universitas Aisyah Pringsewu

Diharapkan dapat dijadikan referensi dan jurnal terkait untuk memperkaya informasi mahasiswa

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian lanjutan untuk menambah lamanya waktu pemberian yogurt yang bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah. Proses penelitian selanjutnya dengan kondisi wilayah yang berbeda dan metode yang berbeda yaitu pemberian yogurt susu kedelai dan dengan membandingkan 2 metode agar lebih efektif.