

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Simpulan yang diperoleh dari penelitian mengenai “Efektivitas Pemberian Jus Belimbing Dengan Jus Tomat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Desa Jimbung, Kalikotes, Klaten” diantaranya adalah sebagai berikut :

1. Rata – rata umur pada kelompok yang diberi jus belimbing 65,33 sedangkan pada kelompok yang diberi jus tomat memiliki rata-rata umur 64,83. Rata – rata jenis kelamin pada kelompok jus belimbing adalah 33,3% berjenis kelamin laki – laki dan 66,7% berjenis kelamin perempuan sedangkan prosentase jenis kelamin pada kelompok jus tomat 38,9% berjenis kelamin laki laki dan 61,1% berjenis kelamin perempuan
2. Rata-rata sistole sebelum belimbing 172,67 mmHg dan setelah belimbing 161,33 mmHg.
3. Rata-rata diastole sebelum belimbing 97,50 mmHg dan setelah belimbing 81,22 mmHg.
4. Rata-rata sistole sebelum tomat 159,67 mmHg dan setelah tomat 138,72 mmHg.
5. Rata-rata diastole sebelum tomat 88,39 mmHg dan setelah tomat 81,22 mmHg.
6. Terdapat perbedaan penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan jus belimbing dengan *p value* 0,000 pada tekanan darah sistole dan 0,000 pada diastole ($p < 0,05$).
7. Terdapat perbedaan penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan jus tomat dengan *p value* 0,000 pada tekanan darah sistole dan 0,000 pada diastole ($p < 0,05$).
8. Jus belimbing dan tomat terbukti efektif dalam menurunkan tekanan darah penderita hipertensi namun secara angka rata-rata penurunan tekanan darah jus tomat terbukti lebih efektif dibandingkan jus belimbing dilihat dari penurunan sistole sebesar 5,28 mmHg pada kelompok jus belimbing dan 11,98 mmHg pada kelompok jus tomat serta penurunan tekanan darah diastole sebesar 1,37 mmHg pada kelompok jus belimbing dan 6,47 mmHg pada kelompok jus tomat.

B. Saran

1. Bagi peneliti

Mampu memberikan informasi tambahan dalam penelitian tentang pemberian terapi non farmakologi pada penderita hipertensi di Masyarakat.

2. Bagi masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan informasi tentang pemberian jus belimbing dan tomat terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Masyarakat.

3. Bagi Puskesmas

Menambah informasi bagi puskesmas untuk manfaat jus belimbing dan tomat dalam intervensi menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di Masyarakat.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi gambaran untuk meneliti dengan variabel yang sama dalam pola makan dan stress yang dikendalikan.