

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian tentang “Perbandingan Efektivitas Rebusan Daun Salam dan Rebusan Daun Seledri terhadap Perubahan Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi di Desa Wadunggetas”, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Karakteristik responden yang meliputi rerata umur kelompok rebusan daun salam 66,45 tahun dan kelompok rebusan daun seledri 65,64 tahun; jenis kelamin mayoritas perempuan pada kedua kelompok; pendidikan mayoritas SMP pada kelompok rebusan daun salam dan mayoritas SD pada kelompok rebusan daun seledri; pekerjaan mayoritas ibu rumah tangga pada kelompok rebusan daun salam dan mayoritas pensiunan/pengangguran pada kelompok rebusan daun seledri.
2. Pada kelompok rebusan daun salam, nilai rerata tekanan darah sistolik sebelum perlakuan sebesar 149,82 mmHg sedangkan setelah perlakuan rerata tekanan darah pada responden menurun menjadi 133,64 mmHg. Pada kelompok rebusan daun seledri, nilai rerata tekanan darah sistolik sebelum perlakuan sebesar 148,36 mmHg sedangkan setelah perlakuan rerata tekanan darah pada responden menurun menjadi 130,91 mmHg.
3. Pada kelompok rebusan daun salam, nilai rerata tekanan darah diastolik sebelum perlakuan sebesar 95,73 mmHg sedangkan setelah perlakuan rerata tekanan darah pada responden menurun menjadi 86,36 mmHg. Pada kelompok rebusan daun seledri, nilai rerata tekanan darah diastolik sebelum perlakuan sebesar 95,73 mmHg sedangkan setelah perlakuan rerata tekanan darah pada responden menurun menjadi 85,45 mmHg.
4. Pada kelompok rebusan daun salam terdapat penurunan tekanan darah sistolik sebesar 16,18 mmHg dengan nilai p yang diperoleh adalah 0,000 berarti $p < 0,05$ sehingga dapat diartikan rebusan daun salam efektif untuk menurunkan tekanan darah sistolik pada lansia dengan hipertensi dan penurunan tekanan darah diastolik sebesar 9,37 mmHg dengan nilai p yang diperoleh adalah 0,000 berarti $p < 0,05$ sehingga dapat diartikan rebusan daun salam efektif untuk menurunkan tekanan darah diastolik pada lansia dengan hipertensi.

5. Pada kelompok rebusan daun seledri terdapat penurunan tekanan darah sistolik sebesar 17,45 mmHg dengan nilai p yang diperoleh adalah 0,000 berarti $p < 0,05$ sehingga dapat diartikan rebusan daun seledri efektif untuk menurunkan tekanan darah sistolik pada lansia dengan hipertensi dan penurunan tekanan darah diastolik sebesar 10,28 mmHg dengan nilai p yang diperoleh adalah 0,001 berarti $p < 0,05$ sehingga dapat diartikan rebusan daun seledri efektif untuk menurunkan tekanan darah diastolik pada lansia dengan hipertensi.
6. Tidak adanya perbedaan efektivitas pada perubahan tekanan darah antara kelompok rebusan daun salam dan kelompok rebusan daun seledri. Rebusan daun salam dan rebusan daun seledri sama-sama efektif untuk menurunkan tekanan darah. Dilihat dari besarnya tingkat penurunan tekanan darah menunjukkan bahwa rebusan daun seledri lebih efektif dalam menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi dibandingkan dengan rebusan daun salam, ini terjadi karena perbedaan kandungan zat dari daun salam dan daun seledri.

B. Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, hendaknya dapat mengembangkan lagi penelitian dengan menambah jumlah sampel dan mengendalikan semua variabel pengganggu, serta memperbaiki cara pembuatan dan penyimpanan rebusan.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat menambah wawasan baru dan informasi tentang manfaat daun salam dan daun seledri dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

3. Bagi Posyandu

Bagi posyandu hendaknya menginformasikan mengenai pengobatan tekanan darah tinggi tidak hanya sebatas penggunaan obat farmakologis akan tetapi juga terdapat pengobatan non farmakologis salah satunya dengan herbal, tetapi juga selalu memantau tekanan darah lansia yang menderita hipertensi.

4. Bagi Responden

Bagi responden dengan hipertensi stadium awal. hendaknya dapat meneruskan pengobatan nonfarmakologi dengan mengkonsumsi rebusan daun salam atau rebusan daun seledri dan rutin memeriksakan tekanan darah sehingga tekanan darah dapat terpantau. Responden juga sebaiknya menjaga pola makan dan meningkatkan aktivitas olahraga seperti senam lansia sehingga tekanan darah tetap terkontrol.