

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

- 1) Nilai rata-rata tekanan darah sebelum mengonsumsi jelly daun kemangi adalah tekanan darah sistolik sebesar 147,50 mmHg dan tekanan darah diastolik sebesar 94,30 mmHg.
- 2) Nilai rata-rata tekanan darah sesudah mengonsumsi jelly daun kemangi adalah tekanan darah sistolik sebesar 134,15 mmHg dan tekanan darah diastolik sebesar 83,60 mmHg.
- 3) Nilai rata-rata tekanan darah sebelum mengonsumsi jelly mentimun adalah tekanan darah sistolik sebesar 154,90 mmHg dan tekanan darah diastolik sebesar 94,00 mmHg.
- 4) Nilai rata-rata tekanan darah setelah mengonsumsi jelly mentimun adalah tekanan darah sistolik sebesar mmHg 135,25 mmHg. Sedangkan tekanan diastolik sebesar 82,25 mmHg
- 5) Ada pengaruh pemberian jelly daun kemangi terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia di klinik PKU Muhammadiyah Kota Bogor tahun 2023 dengan nilai  $\rho$ -value 0,000
- 6) Ada pengaruh pemberian jelly mentimun terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia di klinik PKU Muhammadiyah Kota Bogor tahun 2023 dengan nilai  $\rho$ -value 0,000.

- 7) Tidak adanya perbedaan epektifitas daun kemangi dengan mentimun terhadap tekanan darah pada hipertensi lansia di PKU Muhammadiyah Kota Bogor Tahun 2022

## **5.2 Saran**

### **5.2.1 Bagi Responden**

Lansia dengan hipertensi disarankan untuk mengkonsumsi obat anti hipertensi secara rutin dan dengan cara yang benar ditambah dengan mengatur pola hidup sehat dan dapat mengkonsumsi daun kemangi ataupun mentimun untuk membantu menurunkan tekanan darah

### **5.2.2 Bagi Tenaga Kesehatan**

Dengan memberikan penyuluhan kepada penderita hipertensi pada saat kegiatan pelayanan hipertensi dan posbindu, diharapkan hasil penelitian ini dapat membantu meningkatkan pelayanan dan mengelola masalah kesehatan. Hal ini terutama untuk mengatasi keluhan dan menurunkan tekanan darah tinggi pada lansia dengan menawarkan alternatif selain mengkonsumsi daun kemangi atau ketimun.

### **5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Temuan penelitian ini dapat menjadi panduan untuk penelitian selanjutnya tentang dampak pemberian jeli kemangi dan ketimun terhadap penurunan tekanan darah tinggi pada lansia.