

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 lansia wanita pada kelompok eksperimen dan kontrol sebelum dan sesudah diberikan intervensi yaitu 3,65, 2,95, 3,70 dan 3,50. Terdapat lansia wanita pada kelompok intervensi dan kontrol yang mengalami hipertensi tingkat 2 yaitu sebesar 65% dan 70% dan setelah diberikan intervensi lansia wanita mengalami penurunan tekanan darah sebanyak 55% dan 40% turun menjadi hipertensi tingkat 1. Sedangkan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum dan sesudah dilakukan intervensi tidak ada responden yang mengalami penurunan tekanan darah sampai batas normal.
2. Ada pengaruh terhadap tekanan darah setelah dilakukan intervensi pemberian jus wortel dan madu pada wanita lansia kelompok intervensi dan tidak ada pengaruh pada kelompok kontrol di wilayah kerja Puskesmas Cikupa Kabupaten Pandeglang Tahun 2023 dengan nilai Sig $0,001 < 0,05$ dan $0,102 > 0,05$.
3. Ada perbedaan tekanan darah antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah dilakukan intervensi pemberian jus wortel dan madu pada wanita lansia di wilayah kerja Puskesmas Cikupa Kabupaten Pandeglang Tahun 2023 dengan nilai Sig sebesar $0,042 < 0,05$.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi UPTD Puskesmas Cikupa

Untuk UPTD Puskesmas Cikupa agar lebih giat melakukan promosi kesehatan kepada masyarakat terutama penderita hipertensi untuk mengkonsumsi jus wortel dan madu yang lebih efektif dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

5.2.2 Bagi Lansia

Dapat melakukan evaluasi lebih lanjut mengenai intervensi kombinasi jus wortel dan madu sebagai terapi gizi dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

5.2.3 Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan untuk mengembangkan teori dan meningkatkan pengetahuan bagi pembaca tentang terapi non-farmakologis pemberian jus wortel dan madu yang dapat berpengaruh terhadap tekanan darah tinggi pada wanita lansia.

5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menambah informasi, pengetahuan, dan sebagai acuan dalam penelitian selanjutnya, serta dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi bagi peneliti dan peneliti selanjutnya untuk memperhatikan takaran maupun waktu konsumsi jus wortel dan madu agar penurunan tekanan darah yang terjadi lebih signifikan sehingga dapat dijadikan sebagai terapi non-farmakologis untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada wanita lansia.