BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

1. Karakteristik responden sebagian besar berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 25 orang dengan presentase (83%) dan karakteristik usia sebagian responden umur 40-49 tahun dengan presentase (53.3%).
2. Pemberian jus semangka selama tujuh hari terbukti secara signifikan dapat menurunkan tekanan darah pada pasien dewasa yang menderita hipertensi, dengan nilai p-value sebesar 0,000.
3. Pemberian jus kurma selama tujuh hari terbukti secara signifikan dapat menurunkan tekanan darah pada pasien dewasa yang menderita hipertensi, dengan nilai p-value sebesar 0,000.
4. Pemberian jus semangka kurma selama tujuh hari terbukti secara signifikan dapat menurunkan tekanan darah pada pasien dewasa yang menderita hipertensi, dengan nilai p-value sebesar 0,000

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

5.2 Saran

1. Bagi Poltekkes Kemenkes Bengkulu

   Mahasiswa kesehatan khusunya mahasiswa jurusan gizi dalam hal ini terapi non-farmakologi yang dapat membantu menurunkan tekanan darah tinggi pada penderita hipertensi.

2. Bagi Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu

   Dari hasil penelitian ini disarankan bagi pihak Puskesmas untuk terus menggalakan anjuran makan buah tinggi kalium dan mengandung banyak air salah satunya jus semangka kurma dan makanan tinggi kalium lainnya seperti pisang, alpukat, bayam, dan lain-lain.

3. Bagi Peneliti

   Diharapkan peneliti bisa menyelesaikan pendidikan dan tugas akhir ini jurusan sarjana terapan Gizi di Poltekkes Kemenkes Bengkulu dan semoga bisa menambah wawasan dan pengalaman dalam hal menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

4. Bagi peneliti selanjutnya

   Diharapkan kepada peneliti selanjutnya yang ingin mengambangkan penelitian ini lebih lanjut disarankan untuk menggunkan desain penelitian dengan menambahkan variabel pengganggu yang juga dapat mempengaruhi hasil penelitian seperti aktifitas fisik, faktor lingkungan dan lainnya.