

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Hasil penelitian tentang pengaruh pemberian jus buah pepaya masak dan madu terhadap tekanan darah sistolik dan diastolik serta denyut nadi pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Karangrayung 1, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden sebagian besar berjenis kelamin pria (83,8%), berumur 52-56 tahun (43,2%), pendidikan SMP (67,6%), pekerjaan sebagai buruh tani (54,1%), merokok (75%), konsumsi kopi (70,3%) dan memiliki tingkat stres ringan (64,9%)
2. Tekanan darah sistolik, diastolik dan denyut nadi sebelum intervensi rata-rata sistolik 150,71 mmHg rata-rata diastolik 95,46 mmHg dan rata-rata denyut nadi 82,29 mmHg.
3. Tekanan darah sistolik, diastolik dan denyut nadi sesudah intervensi rata-rata sistolik 149,41mmHg rata-rata diastolik 94,95mmHg dan rata-rata denyut nadi 80,46 mmHg.
4. Ada pengaruh pemberian jus buah pepaya masak dan madu terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik serta denyut nadi pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Karangrayung 1 (*p-value* 0.000)

#### **B. Saran**

1. Bagi institusi pendidikan

Menambah pustaka yang diharapkan dapat memberikan tambahan pengetahuan dan referensi tentang terapi non farmakologi dalam usaha membantu penurunan tekanan darah dan mempertahankan denyut nadi dalam kondisi normal pada penderita hipertensi menggunakan jus buah pepaya masak dan madu. Selain itu diharapkan pula dapat menjadi ide pengembangan peneliti selanjutnya.

2. Bagi tenaga kesehatan

Perawat dan tim medis dapat memberikan masukan sebagai alternatif atau pendukung untuk penurunan tekanan darah dan denyut nadi pada pasien hipertensi mengenai pengobatan non farmakologi khususnya jus pepaya masak dan madu ini, walaupun pengobatan farmakologi tetap dilakukan.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk menambah wawasan, menerapkan, mengembangkan ilmu yang didapat dari bangku kuliah kedalam situasi yang nyata yaitu masyarakat terutama lingkungan terdekat dulu dengan tetap aktif memberikan informasi manfaat jus pepaya dan madu bagi penderita hipertensi.