

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan efektivitas jus mentimun dalam menurunkan tekanan darah pada penderita darah tinggi di Puskesmas Naoni Kecamatan Alak Kota Kupang. Jadi dapat disimpulkan bahwa:

1. Tekanan darah sebelum dilakukan pemberian jus mentimun didapatkan tekanan darah Ny. Y 160/100 mmHg. Dan tekanan darah Ny.M 190/100 mmHg.
2. Tekanan darah sesudah diberikan jus mentimun didapatkan tekanan darah Ny. Y 125/8 mmHg dan tekanan darah Ny.M 150/90 mmHg.
3. Penerapan pemberian jus mentimun pada pasien hipertensi di wilayah kerja puskesmas naoni efektivitas pemberian jus mentimun pada dua responden.

5.2 Saran.

1. Bagi masyarakat (Pasien dan Keluarga)

Diharapkan pasien dan keluarganya dapat mengaplikasikan jus mentimun untuk menurunkan tekanan darah pasien.

2. Bagi peneliti

Hal ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, keterampilan dan pengalaman dalam melakukan penelitian ilmiah. Dan diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian yang mendalam dalam jangka waktu yang lebih lama untuk mengatasi masalah hipertensi.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk menambah pengetahuan dan kegiatan edukasi terkait pemanfaatan jus mentimun untuk menurunkan tekanan darah pada penderita diabetes. \N.