

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai pemberian kombinasi sari labu siam dan seledri terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Tekanan darah sistolik responden sebelum diberikan kombinasi sari labu siam dan seledri (*pretest*) paling banyak termasuk dalam kategori hipertensi derajat 2, yaitu sebanyak 10 responden (66,7%). Setelah diberikan intervensi (*posttest*), terjadi perubahan kategori dengan jumlah responden terbanyak berada pada hipertensi derajat 1, yaitu 10 responden (66,7%).
2. Tekanan darah diastolik responden sebelum intervensi (*pretest*) sebagian besar berada pada kategori hipertensi derajat 2, yaitu sebanyak 10 responden (66,7%). Setelah pemberian kombinasi sari labu siam dan seledri (*posttest*), sebagian besar responden mengalami perubahan kategori menjadi normal tinggi, yaitu sebanyak 9 responden (60,0%).
3. Hasil analisis statistik memperoleh nilai $p=0,000$ ($p<0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian kombinasi sari labu siam dan seledri. Dengan demikian, pemberian kombinasi sari labu siam dan seledri berpengaruh terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu.

B. Saran

1. Bagi Tenaga Kesehatan

Disarankan kepada tenaga kesehatan yang bertugas di Puskesmas maupun fasilitas pelayanan kesehatan lainnya untuk dapat memasukkan anjuran konsumsi kombinasi sari labu siam dan seledri ke dalam rekomendasi penanganan non-farmakologis, sehingga menjadi bagian dari intervensi pendamping dalam program pengendalian dan penanganan kasus hipertensi di wilayah kerja masing-masing.

2. Bagi Masyarakat/Penderita Hipertensi

Diharapkan masyarakat, khususnya warga di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu dan penderita hipertensi, dapat memanfaatkan hasil penelitian ini dengan menjadikan kombinasi sari labu siam dan seledri sebagai salah satu alternatif penanganan hipertensi sehari-hari sebagai upaya mengontrol tekanan darah agar tetap stabil, disertai dengan penerapan pola hidup sehat lainnya.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan variasi dosis, cara pengolahan yang berbeda atau kombinasi dengan sayuran lainnya, guna mendapatkan gambaran yang lebih mendalam, menyeluruh, dan menyempurnakan temuan terkait manfaat tanaman obat dalam penanganan hipertensi.