

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Pengaruh Rebusan Air Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Desa Bodeh Kecamatan Bodeh Kabupaten Pematang Alam dapat disimpulkan bahwa hasil *uji independent t test* pada kelompok intervensi didapatkan p value 0.00 nilai ini lebih kecil dari 0.05 (α) yang berarti ada pengaruh pemberian air rebusan mentimun terhadap tekanan darah.

B. Saran

1. Bagi Penderita Hipertensi

Hasil penelitian ini menunjukkan terjadi penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi yang diberikan air rebusan mentimun oleh karena itu diharapkan masyarakat dapat memanfaatkan air rebusan mentimun untuk menurunkan tekanan darah.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Bagi institusi pelayanan kesehatan agar dapat menjadikan air rebusan mentimun sebagai salah satu kebijakan dalam pemberian pelayanan kesehatan untuk dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan tetap memperhatikan penyakit-penyakit lain yang menyertai.

3. Bagi peneliti Selanjutnya

Mengingat masih adanya keterbatasan dari penelitian yang telah dilakukan, maka diharapkan bagi peneliti lain diharapkan ada tindak lanjut untuk melakukan observasi terhadap pola makan, aktivitas olahraga dan faktor-faktor lain yang dapat meningkatkan tekanan darah.