

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Setelah diuji dengan Uji *wilcoxon* menunjukkan bahwa nilai p sistolik dan p diastolik pada kelompok yaitu 0,000 ($p < 0,05$), yang artinya ada pengaruh pemberian jus wortel terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil di Puskesmas Sukabumi Kota Bandar Lampung Tahun 2020. Kesimpulannya adalah bahwa penelitian membuktikan dengan mengkonsumsi jus wortel dapat menurunkan tekanan darah karena didalamnya terdapat kandungan kalium yang berfungsi untuk menyeimbangkan tekanan darah. Kalium bersifat sebagai diuretik dan dapat berfungsi sebagai vasodilatasi.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat ditarik kesimpulan :

1. Rata-rata tekanan darah sebelum diberikan jus wortel pada ibu hamil yang mengalami hipertensi yaitu rata-rata tekanan darah sistol adalah sebesar 143,94 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastolnya adalah 95 mmHg.
2. Rata-rata tekanan darah setelah diberikan jus wortel pada ibu hamil yang mengalami hipertensi yaitu rata-rata tekanan darah sistol adalah sebesar 123,75 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastolnya adalah 82,50 mmHg.
3. Terdapat pengaruh pemberian jus wortel terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil yang ditunjukkan setelah melakukan uji *wilcoxon* didapatkan hasil nilai sig. (*2-tailed*) 0.000 < 0.05 , maka terbukti ada pengaruh.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang sudah diuraikan diatas, saran yang mungkin dapat dijadikan pertimbangan dan masukan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Institusi

Semoga hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pustaka, pengetahuan, serta sumber informasi khususnya yang menyangkut dengan Visi dan Misi Program Studi D4 Kebidanan Poltekkes Tanjungkarang dalam pengobatan non farmakologis untuk menurunkan tekanan darah ibu hamil. Hasil penelitian ini juga dapat digunakan sebagai masukan dalam pengambilan kebijakan dan penerapan dalam upaya pencegahan pre eklampsia dengan menurunkan tekanan darah ibu hamil, sehingga usaha peningkatan kualitas kesehatan masyarakat dapat berhasil.

2. Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan intervensi dan evaluasi masalah tekanan darah tinggi pada ibu hamil yang mengalami tekanan darah tinggi.

3. Bagi Kader dan Ibu Hamil

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan bagi ibu yang mengalami hipertensi pada masa hamil dan ibu hamil mengetahui pentingnya mengontrol tekanan darahnya, serta diharapkan bagi kader agar lebih aktif dalam mengontrol tekanan darah ibu hamil sebagai upaya pencegahan terjadinya komplikasi pada masa kehamilan.

4. Bagi peneliti lain dalam penelitian selanjutnya

Disarankan agar dapat menjadi acuan dalam penelitian selanjutnya serta dapat diteruskan dan ditingkatkan agar menjadi sumber informasi yang dapat dipercaya terkait pengaruh pemberian jus wortel terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil