

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang didapat mengenai pengaruh pemberian jus semangka terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja puskesmas sukabumi Bandar lampung tahun 2020 maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Distribusi karakteristik responden secara mayoritas diperoleh data yaitu 11 orang responden (61.1%) usia 60-70 tahun , dan 5 orang responden (28,7%) usia 70-79 tahun. Dan 11 responden (61,1%) berjenis kelamin perempuan dan 7 dari 18 responden (38,9%) laki-laki.
2. Nilai Rata-rata tekanan darah pada lansia dengan hipertensi menunjukkan hasil sistol dan diastol sebelum diberikan jus semangka adalah 153 mmHg dan 98,89 mmHg Sedangkan nilai rata-rata tekanan darah sesudah diberikan intervensi jus semangka sistol 129.44 mmHg dan diastole 83,89 mmHg.
3. Terdapat pengaruh dari pemberian jus semangka pada tekanan darah lansia dengan hipertensi yang ditunjukkan dengan hasil nilai uji statistic Wilcoxon Ranks dengan nilai  $\text{Sig.}(\alpha) p \text{ value} = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Maka  $H_a$  penelitian ini terdapat pengaruh pemberian jus semangka terhadap tekanan darah lansia dengan hipertensi di wilayah kerja puskesmas sukabumi tahun 2020

#### B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian diatas maka saran-saran yang dapat dipertimbangkan adalah sebagai berikut :

1. Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi dan bahan pustaka, pengetahuan dan sumber informasi khususnya dan sebagai dokumen institusi yang dapat digunakan untuk mengembangkan materi perkuliahan dan menjadi bahan referensi dalam meneruskan penelitian.

## 2. Bagi Responden

Bagi lansia dapat dimanfaatkan sebagai salah satu bahan alternatif dan dapat diaplikasikan dalam pencegahan hipertensi .

## 3. Bagi Puskesmas Sukabumi Bandar Lampung

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu pemberian terapi oleh tenaga kesehatan dalam kasus hipertensi yang banyak dialami oleh lansia.

## 4. Bagi peneliti selanjutnya

Menjadi satu acuan dalam mengembangkan khasiat dan manfaat lain dari buah semangka dalam menurunkan tekanan darah, sebagai bahan informasi yang dapat dipercaya.