

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan analisis dan pembahasan sebelumnya, maka kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Hasil pemeriksaan tekanan darah sebelum diberikan teh pegagan sebagian besar responden mengalami hipertensi ringan yaitu sebanyak 20 % sedangkan sesudah diberi teh pegagan menjadi sebanyak 32,5% responden. Sedangkan untuk tekanan darah normal tinggi dan hipertensi sedang tidak ada perubahan baik sebelum dan sesudah diberikan teh pegagan. Pada responden yang mengalami tekanan darah mengalami hipertensi berat mengalami perubahan dari 12,5% responden menjadi tidak ada responden yang mengalami hipertensi berat.
2. Hasil pemeriksaan tekanan darah sebelum diberikan teh hijau sebagian besar responden mengalami hipertensi ringan yaitu sebanyak 35% sedangkan sesudah diberi teh hijau menjadi 27,5% responden. Sedangkan untuk tekanan darah normal tinggi mengalami perubahan yaitu 7,5% menjadi 20% responden. Pada tekanan darah hipertensi sedang juga mengalami perubahan dari 7,5% menjadi 2,5% responden sedangkan untuk tekanan darah hipertensi berat tidak terdapat responden yang mengalami hipertensi berat.
3. Terdapat beda signifikan pada tekanan darah sebelum dan sesudah diberi teh pegagan dengan nilai $p= 0,064$ dan $p= 0,003$
4. Terdapat beda yang signifikan pada tekanan darah sebelum dan sesudah diberi teh hijau dengan nilai $p= 0,005$ dan $p= 0,011$
5. Terdapat beda signifikan pada tekanan darah sebelum dan sesudah diberi teh pegagan dan teh hijau dengan nilai $\text{sig} = 0,635 > \alpha 0,05$ maka H_0 diterima, artinya kedua kelompok homogen dan $p=0,184 < \alpha (0,05)$ maka H_1 diterima, artinya terdapat perbedaan antara kelompok yang diberi teh pegagan dan teh hijau

7.2 Saran

1. Responden
Diharapkan kedepannya dapat mengkonsumsi tanaman obat yang berpengaruh pada penurunan tekanan darah dengan benar, teratur dan sesuai dengan takaran dosis yang telah disediakan.
2. Bagi Posyandu Lansia
Diharapkan dapat mencegah dan meminimalisir kejadian hipertensi dengan cara memberikan sosialisasi tentang pengetahuan tanaman toga dan manfaat bagi kesehatan, khususnya dalam penelitian ini tentang tanaman pegagan dan teh hijau untuk penderita hipertensi.
3. Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan wawasan ilmu pengetahuan tentang pemanfaatan bahan alam untuk kesehatan khususnya tentang pemberian teh pegagan dan teh hijau terhadap penderita hipertensi.

4. Penelitian Selanjutnya

Untuk penelitian selanjutnya supaya mendapatkan hasil penelitian yang lebih baik lagi dan memperkuat hasil penelitian ini maka dapat menambahkan variable penelitian dan menambah jumlah sampel sehingga hasil penelitian bias digeneralisasi lebih luas.

