

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Hasil bahwa jenis kelamin pada pasien dengan hipertensi mayoritas berjenis kelamin perempuan 3 orang dan berjenis kelamin laki-laki 1 orang. Berdasarkan usia didapatkan hasil seimbang yaitu responden berusia dewasa madya (41-60 Tahun) 2 orang dan berusia dewasa akhir 2 orang. Berdasarkan pendidikan terakhir didapatkan hasil mayoritas responden berpendidikan SMP 3 orang dan SMA 1 orang .
2. Tekanan darah keempat klien sebelum intervensi berada pada kategori hipertensi derajat 1 hingga 2, dengan nilai tekanan sistolik berkisar antara 150–165 mmHg dan tekanan diastolik antara 90–100 mmHg. Kondisi ini menunjukkan adanya tekanan darah tinggi yang memerlukan penanganan serius.
3. Setelah dilakukan intervensi berupa konsumsi jus buah naga secara rutin, seluruh klien mengalami penurunan tekanan darah baik pada sistolik maupun diastolik. Penurunan ini berkisar antara 15–25 mmHg pada tekanan sistolik dan 5–15 mmHg pada tekanan diastolik, yang menunjukkan perbaikan klinis yang signifikan.
4. Terdapat penurunan tekanan darah pada keempat klien setelah pemberian terapi konsumsi jus buah naga selama 3 hari dengan 200 ml perhari dimana didapatkan pada klien pertama Ny. L tekanan darah pre post yaitu 150/90 mmHg menjadi 130/80 mmHg dengan hasil selisih 20/10 mmHg, klien kedua Tn. P dengan tekanan darah pre post yaitu 165/90 mmHg menjadi 140/75 mmHg dengan hasil selisih 25/20 mmHg, klien ketiga Ny. T tekanan darah pre post yaitu 160/90 mmHg menjadi 135/85 mmHg dengan hasil selisih 25/5 mmHg dan klien keempat Ny. D tekanan darah pre post yaitu 155/100 mmHg menjadi 140/85 mmHg dengan hasil selisih 15/15 mmHg.

B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat menjadi sumber referensi ilmiah yang bermanfaat dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang keperawatan komunitas dan terapi non-farmakologis. Institusi pendidikan dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai materi ajar, bahan diskusi ilmiah, maupun inspirasi untuk pengembangan penelitian lanjutan. Selain itu, penelitian ini mendorong integrasi pendekatan alami dan holistik dalam kurikulum pendidikan kesehatan.

2. Bagi Perawat

Penelitian ini memberikan informasi yang aplikatif bagi perawat dalam menerapkan intervensi non-farmakologis yang mudah, terjangkau, dan aman untuk membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Melalui hasil penelitian ini, perawat dapat menambah alternatif strategi promotif dan preventif dalam praktik keperawatan, khususnya dalam program manajemen penyakit kronis berbasis komunitas.

3. Bagi Peneliti

Penelitian ini menjadi landasan awal bagi peneliti lain yang tertarik mengkaji terapi nutrisi atau pengobatan alami dalam penanganan hipertensi. Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk studi lanjutan dengan pendekatan yang lebih luas, seperti membandingkan efektivitas jenis buah lain, pengaruh dosis jus buah naga, maupun pengaruh jangka panjang konsumsi buah naga terhadap berbagai indikator kesehatan lainnya.