BAB V
KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian pengaruh mengkonsumsi mentimun (*Cucumis sativus)* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Dusun Bulak & Dusun Giling Desa Tuksono Kecamatan Sentolo Kabupaten Kulon Progo dapat disimpulkan bahwa

1. Gambaran karakteristik penderita hipertensi di Dusun Bulak sebagian responden berjenis kelamin laki-laki yaitu 68,6%, usianya direntang 46-60 tahun dengan presentase 51,5%, obesitas sedang dengan presentase 68,6%, aktifitas fisiknya sedanag 57,1%, dengan presentase merokok 79,9%, konsumsi garam berlebih 68,6%, tidak mengkonsumsi alcohol 100%, mengalami tingkat stress sedang 48,6%, semua responden mengkonsumsi obat dan memliki riwayat hipertensi. Sedangkan untuk responden di Dusun Giling mayoritas berjenis kelamin laki-laki 56,0%, usia di rentang 25-45 tahun 68,0%, tingkat obesitas sedang dengan presentase 60,0%, aktifitas fisiknya 64%, dengan presentase merokok 80%, dengan jumlah konsumsi garam berlebih 68,0%, tingkat stress sedang 52,0%, semua responden mengkonsumsi obat antihipertensi dan memiliki riwayat hipertensi.
2. Rerata tekanan darah sebelum mengkonsumsi buah mentimun (*Cucumis sativus*) pada kelompok control dan intervensi di Dusun Bulak & Dusun Giling Desa Tuksono Kecamatan Sentolo Kabupaten Kulon Progo kelompok intervensi adalah 161,26 Sedangkan untuk tekanan darah kelompok control adalah 159,64.
3. Rerata tekanan darah setelah mengkonsumsi buah mentimun (*Cucumis sativus*) pada kelompok control dan intervensi di Dusun Bulak & Dusun Giling Desa Tuksono Kecamatan Sentolo Kabupaten Kulon Progo pada kelompok intervensi adalah 139,06, sedangkan untuk kelompok control yaitu 151,64.

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

4. Perbedaaan rerata tekanan darah sebelum dan sesudah mengkonsumsi buah mentimun (*Cucumis sativus)* pada kelompok control dan intervensi di Dusun Bulak & Dusun Giling Desa Tuksono Kecamatan Sentolo Kabupaten Kulon Progo. Untuk kelompok intervensi hasil rerata hari ke-0 yaitu 161,26 menjadi 139,06 pada hari ke-7. Sedangkan untuk kelompok control hari ke-0 yaitu 159,64 menjadi 151,64 pada hari ke-7.

B. Saran

1. Bagi Institusi

   Penelitian ini diharapkan dapat membantu untuk melakukan asuhan keperawatan tambahan terhadap pasien Hipertensi untuk menurunkan tekanan darah pada pasien dengan tekanan darah tinggi.

2. Bagi Peneliti selanjutnya

   Penelitian ini diharapkan dapat membantu peneliti lainya untuk memberikan intervensi kepada responden lainya dengan cara mengkonsumsi mentimun dengan cara yang berbeda-beda serta rutin untuk mengkonsumsi obat antihipertensi.

3. Bagi Penderita Hipertensi

   Penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk penderita hiperteni agar dapat mengetahui manfaat dari mentimun (*Cucumis sativus)* untuk menurunkan tekanan darah yang disertai dengan mengkonsumsi obat hipertensi secara rutin.

4. Bagi Dusun Bulak & Dusun Giling Desa Tuksono

   Penelitian ini diharapkan dapat membantu warga Dusun Bulak maupun Dusun Giling manfaat dari mentimun yang dapat menjadi terapi non- farmakologi sehingga dapat menunrunkan tekanan darah.

5. Bagi Ilmu Keperawatan

   Penelitian ini diharapkan dapat menjadikan motivasi bagi ilmu keperawatan sehingga dapat lebih banyak mengetahui manfaat dari buah mentimun (*Cucumis sativus*) yang tidak hanya untuk menurunkanhipertensi saja.

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA PERPUSTAKAAN

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA