

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh terapi air rebusan daun salam terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Belimbing Tahun 2026, dapat disimpulkan bahwa:

1. Rata-rata tekanan darah sebelum pemberian terapi air rebusan daun salam pada penderita hipertensi di Puskesmas Belimbing Tahun 2026 adalah 153,33 mmHg untuk tekanan darah sistolik dan 95,67 mmHg untuk tekanan darah diastolik.
2. Rata-rata tekanan darah sesudah pemberian terapi air rebusan daun salam pada penderita hipertensi di Puskesmas Belimbing Tahun 2026 adalah 143,50 mmHg untuk tekanan darah sistolik dan 89,00 mmHg untuk tekanan darah diastolik.
3. Terdapat pengaruh terapi air rebusan daun salam terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Belimbing Tahun 2026 dengan nilai p-value 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terapi air rebusan daun salam efektif dalam membantu menurunkan tekanan darah sistolik maupun diastolik pada penderita hipertensi.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, peneliti ingin memberikan saran kepada beberapa pihak terkait antara lain kepada :

1. Bagi Peneliti

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini memiliki keterbatasan, terutama pada jumlah sampel yang kecil ($n=6$) dan tidak adanya kelompok kontrol, sehingga hasil penelitian ini belum dapat digeneralisasikan secara luas. Oleh karena itu, peneliti menyarankan kepada diri sendiri untuk lebih memperhatikan aspek metodologi penelitian, seperti penggunaan jumlah sampel yang lebih besar minimal 30 responden per kelompok, memperpanjang waktu intervensi, serta menambahkan kelompok kontrol agar hasil penelitian lebih valid dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah, sehingga penelitian ini dapat memberikan kontribusi yang lebih berarti bagi pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam penerapan terapi nonfarmakologis air rebusan daun salam untuk pengendalian hipertensi.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian selanjutnya dapat menggunakan jumlah sampel yang lebih besar, waktu intervensi yang lebih panjang, serta menambahkan kelompok kontrol sehingga diperoleh hasil penelitian yang lebih kuat dan dapat digeneralisasikan secara lebih luas Bagi Puskesmas Belimbing.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah referensi ilmiah dan sumber pembelajaran mengenai pemanfaatan tanaman herbal sebagai terapi komplementer dalam pengendalian hipertensi serta menjadi bahan kajian bagi mahasiswa dan peneliti selanjutnya.

4. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan menjadi acuan bagi Puskesmas Belimbing dalam memahami pemanfaatan tumbuhan herbal, khususnya air rebusan daun salam, sebagai salah satu terapi nonfarmakologis untuk membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Selain itu, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan bagi tenaga kesehatan di Puskesmas Belimbing dalam memberikan edukasi kepada masyarakat tentang pemanfaatan tanaman herbal yang aman, mudah diperoleh, dan ekonomis sebagai terapi pendamping dalam pengendalian hipertensi, sehingga dapat meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan yang diberikan kepada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Belimbing.