

## BAB VII

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan dapat disimpulkan bahwa :

1. Tekanan darah sistolik sebelum diberikan terapi jus tomat mempunyai rata rata 153.89 mmHg
2. Tekanan darah diastolik sebelum diberikan terapi jus tomat mempunyai rata rata 95.83 mmHg
3. Tekanan darah sistolik sesudah diberikan terapi jus tomat mempunyai rata rata 141.11 mmHg
4. Tekanan darah diastolik sesudah diberikan terapi jus tomat mempunyai rata rata 85.78 mmHg
5. Ada pengaruh terapi jus tomat terhadap tekanan darah sistolik nilai *p value* 0.000 ( $< 0,05$ ).
6. Ada pengaruh terapi jus tomat terhadap tekanan diastolik dengan nilai *p value* 0.000 ( $< 0,05$ ).

#### B. Saran

1. Bagi Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi dan kepastakaan yang berbasis bukti ilmiah dalam perkuliahan dibidang kardiovaskular sebagai terapi atau penanganan non farmakologi pada penderita hipertensi.

2. Bagi Profesi Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan dalam memberikan asuhan keperawatan pada penderita hipertensi dan penyuluhan kesehatan tentang pemanfaatan jus tomat sebagai salah satu penanganan non farmakologi untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi tanpa harus takut akan efek samping yang ditimbulkan.

3. Bagi Puskesmas Purbaratu

Bagi Pihak Puskesmas agar lebih giat melakukan promosi kesehatan kepada masyarakat terutama penderita hipertensi untuk mengkonsumsi jus tomat yang lebih efektif dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi riset yang berbasis bukti ilmiah. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan observasi kepada responden untuk mengetahui faktor lain yang menyebabkan kejadian hipertensi seperti mencatat pola makan, kegemukan, dan stress. Selain itu, peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan responden dengan karakteristik yang berbeda.