

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan di RW 11 Kelurahan Bubulak Kota Bogor dengan judul "Penerapan terapi jus tomat untuk menurunkan hipertensi pada lansia di RW 11 Kelurahan Bubulak Kota Bogor" dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Karakteristik responden lansia yang berusia  $\leq 70$  tahun sebanyak 3 orang dan berusia  $\geq 70$  tahun 1 orang, dengan responden yang memiliki riwayat hipertensi sebanyak 3 orang dan yang tidak memiliki riwayat hipertensi 1 orang dengan lama menderita hipertensi 8-20 tahun. 2 responden mengkonsumsi obat penurun tekanan darah dan 2 orang responden tidak mengkonsumsi obat penurun tekanan darah.
2. Tekanan darah responden yang dijadikan studi kasus sebagian besar yaitu hipertensi tingkat 2. Setelah dilakukan pemberian terapi jus tomat terdapat perubahan tekanan darah yaitu 3 responden turun menjadi normal sedangkan 1 responden mengalami kenaikan.
3. Hasil studi kasus didapatkan 3 responden penurunan sistolik sebanyak 25-30 mmHg dan penurunan diastolik 10-20 mmHg dan 1 responden menunjukkan peningkatan tekanan darah sistolik 5 mmHg tetapi penurunan diastolik 10 mmHg.

4. Perbedaan hasil tekanan darah sebelum diberikan terapi klien berada pada hipertensi tingkat 2 dan sesudah pemberian terapi jus tomat 3 klien mengalami penurunan tekanan darah menjadi normal.

## **B. Saran**

### 1. Bagi Institusi Program Studi Keperawatan (Kampus Bogor)

Diharapkan bagi Institusi Pendidikan Program Studi Keperawatan (Kampus Bogor) sebagai bahan bacaan bagi mahasiswa keperawatan khususnya bagi keperawatan komunitas. Diharapkan penelitian ini juga dapat digunakan dalam program pengabdian masyarakat bagi dosen dan mahasiswa terkait lansia maupun masyarakat secara umum yang menderita hipertensi tentang penerapan terapi jus tomat.

### 2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan terapi jus tomat dapat dijadikan sebagai penatalaksanaan non-farmakologis atau alternatif untuk lansia atau masyarakat yang menderita hipertensi. Klien dengan hipertensi dapat dianjurkan untuk melakukan terapi jus tomat sebagai pilihan yang bisa dipilih dengan diberikan edukasi tentang terapi jus tomat bila diterapkan secara rutin.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai rujukan atau dasar dalam melakukan penelitian selanjutnya dengan desain lebih baik, waktu penelitian yang lebih panjang, dan juga responden yang lebih banyak.