

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebelum diberikan intervensi tekanan darah sistolik diperoleh rata-rata $137,48 \pm 10,47$ mmHg, sedangkan setelah diberikan intervensi tekanan darah sistolik diperoleh rata-rata $125,91 \pm 14,22$ mmHg.
2. Sebelum diberikan intervensi tekanan darah diastolik diperoleh rata-rata $88,84 \pm 6,36$ mmHg, sedangkan setelah diberikan intervensi tekanan darah diastolik diperoleh rata-rata $82,04 \pm 7,93$ mmHg.
3. Terdapat perbedaan yang bermakna pada tekanan darah sistolik sebelum dan setelah intervensi (0,000), dan tekanan darah diastolik sebelum dan setelah intervensi (0,001) dengan $p \text{ value} < 0,05$
4. Setelah diberikan intervensi, tekanan darah Sistolik dan Diastolik mengalami penurunan.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, saran yang diberikan sebagai berikut:

1. Diharapkan industri dapat memproduksi teh Sabula sebagai salah satu alternatif pengobatan non farmakologi untuk menurunkan tekanan darah tinggi.
2. Diharapkan masyarakat dapat menerapkan konsumsi teh Sabula sebagai alternatif pencegahan penyakit hipertensi
3. Diharapkan peneliti lain yang ingin melanjutkan penelitian serupa dapat menambah dengan bahan lain yang mengandung zat gizi yang memiliki potensi farmakologi untuk menurunkan tekanan darah.