

## BAB VI

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 6.1 Kesimpulan

##### 6.1.1 Penurunan tekanan darah pada akseptor lama KB suntik 3 bulan sebelum diberikan jus mentimun.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 15 responden (100%) di PMB Siti Mahmudah Kecamatan Wagir Kabupaten Malang dengan penurunan tekanan darah sebelum dilakukan pemberian jus mentimun didapatkan seluruh responden mengalami peningkatan tekanan darah.

##### 6.1.2 Penurunan tekanan darah pada akseptor lama KB suntik 3 bulan sesudah diberikan jus mentimun.

Hasil penelitian yang dilakukan pada 15 responden (100%) di PMB Siti Mahmudah Kecamatan Wagir Kabupaten Malang yang mengalami penurunan tekanan darah setelah diberikan jus mentimun sebagian besar responden yaitu (86,7%) memiliki Prehipertensi 120-139 dan sebagian kecil responden yaitu (13,3%) memiliki hipertensi stage I 140-159.

##### 6.1.3 Mengevaluasi penurunan tekanan darah pada akseptor KB suntik 3 bulan

Berdasarkan hasil analisa data statistic dengan menggunakan Hasil analisa data statistic dengan menggunakan Uji Wilcoxon didapatkan pada pengujian perbedaan tekanan darah sebelum dan setelah pemberian perlakuan diperoleh nilai  $Z_{hitung}$  sebesar 3.873 dengan nilai signifikansi sebesar 0.000 Karena  $Z_{hitung} > Z_{tabel}$  atau nilai signifikansinya  $<$  taraf nyata 0,05 maka  $H_0$  ditolak atau menerima  $H_a$ .

## **6.1 Saran**

### **6.2.1 Bagi Responden**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu penurunan tekanan darah pada peserta lama kb suntik 3 bulan yang mengalami kenaikan tekanan darah dan memberikan informasi alternatif cara menurunkan tekanan darah yakni dengan mengkonsumsi jus mentimun.

### **6.2.2 Bagi Tempat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai masukan bagi tempat penelitian dalam upaya pengaruh pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada peserta KB Suntik 3 bulan di PMB Siti Mahmudah Kecamatan Wagir Kabupaten Malang.

### **6.2.3 Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi wacana, kepustakaan dan mengembangkan ilmu khususnya mengenai pengaruh pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada peserta KB Suntik 3 bulan di PMB Siti Mahmudah Kecamatan Wagir Kabupaten Malang

### **6.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Karena keterbatasan dalam melaksanakan penelitian diharapkan untuk penelitian selanjutnya peneliti dapat melakukan penelitian dengan lebih baik lagi. Bagi para peneliti lain yang ingin mengembangkan penelitian ini diberikan kesempatan yang besar agar hasil pada penelitian selanjutnya dapat dikaji lebih dalam lagi mengenai pengaruh pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada peserta KB Suntik 3 bulan di PMB Siti Mahmudah Kecamatan Wagir Kabupaten Malang.

## Daftar Pustaka

- Affandi, B. G. Andriaansz, E.R. Gunardi, H. Koesna. 2013. Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi. Edisi 3.Cetakan 2.Jakarta :PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Ambarwati, E.R. D. Wulandari, 2012. Asuhan Kebidanan Nifas. Cetakan 5.Jogjakarta :NuhMedika.
- Anggraini, Y, Martini. 2012. Pelayanan Keluarga Berencana. Yogyakarta :Rohima Press.
- Arum, D.N.S, Sujiyatini. 2011. Panduan Lengkap Pelayanan KB Terkini. Jogjakarta :NuhMedika.
- Astuti, H.P. 2012.Buku Ajar Asuhan Kebidanan Ibu I Kehamilan.Cetakan 1.Yogyakarta :Rohima Press.
- Bkkbn 2014. Buku Panduan Pelayanan Kontrasepsi edisi 3. Jakarta: PT Bina Pustaka.
- Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi. Edisi 3.Cetakan 2.Jakarta : PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Estiwidani, D, et al. 2008. Konsep Kebidanan.Yogyakarta : Fitramaya
- Gold Adrian J dan Louis R caplan. 2013. Stroke Esensial Edisi kedua. Jakarta: PT Indeks Permata Puri Media.
- Gray, H.H. et al. 2005. Kardiologi. Edisi 4. Jakarta : Erlangga
- Herawati, I & Whyuni. 2016. Mnfaat Ltihan Pernafasan untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Primer. University Research colloquium 2016, ISSN 2407-9189.
- Hidayat, Alimul Aziz. 2014. *Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Irianto, K. 2014. Pelayanan Keluarga Berencana Dua Anak Cukup. Bandung: Alfabeta.
- Irianto, koes.2014. Pelayanan Keluarga Berencana. Bandung: Alfabeta.
- Irianto, koes .2014. Pelayanan Keluarga Berencana : Dua anak cukup. Bandung: Alfabet.
- Kemenkes RI.2013.Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kharisma, et all,2012. Efektivitas Konsumsi Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. Jurnal Ners Indonesia. Vol 2 No 2 Hal 20.
- Manuaba, I.A. I.B.G.F. Manuaba. 2010. Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan

dan KB.Edisi 2. Jakarta : EGC.

Notoatmodjo.2010. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: RinekaCipta.

Sulistyawati, Ari. 2011. *Pelayanan Keluarga Berencana*. Jakarta: Salemba Medika.

Sulistyawati, Ari. 2013. *Pelayanan Keluarga Berencana*. Jakarta: Salemba Medika.

Varney, helen.2007. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.