

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian Implementasi Defisit Pengetahuan Tentang Terapi *Infused Water* Mentimun Pada Pasien Hipertensi *Grade I* di wilayah kerja UPTD Puskesmas II Denpasar Barat, Kota Denpasar dapat ditarik simpulan sebagai berikut:

1. Tingkat pengetahuan pasien meningkat dari hasil kuisioner pre test 33,3% menjadi 100% pada post test setelah dilakukan implementasi edukasi dan bimbingan sistem kesehatan tentang terapi *infused water* mentimun.
2. Tekanan darah pasien mengalami penurunan dengan rata-rata : Penurunan tekanan darah sistolik dari 150 mmHg rata-rata menjadi 142 mmHg dan tekanan darah diastolik dari 90 mmHg rata-rata menjadi 83 mmHg.
3. Implementasi edukasi dan bimbingan sistem kesehatan tentang terapi *infused water* mentimun dengan dosis 250cc air mineral dan 70gram mentimun, diminum 1 kali sehari pada pagi hari selama 5 x 40 menit berhasil meningkatkan pengetahuan dan mengelola tekanan darah pasien hipertensi grade I
4. Hasil temuan peneliti sudah sejalan dengan hasil penelitian Alina Ulfa tahun 2019 yang berjudul “Pengaruh Pemberian *Infused Water* Mentimun terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Takeran Kabupaten Magetan” tentang *infused water* mentimun dapat menurunkan hipertensi.

## **B. Saran**

### 1. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan hasil implementasi *infused water* mentimun dapat lebih diterapkan pada pelayanan kesehatan sebagai edukasi pengetahuan tambahan sehingga pasien lebih mengetahui manfaat dari terapi non farmakologis untuk menurunkan hipertensi.

### 2. Bagi Responden

Diharapkan hasil implementasi ini bermanfaat sebagai informasi yang baru sehingga dapat rutin diterapkan dalam kehidupan sehari-hari sebagai salah satu terapi non farmakologis untuk menurunkan hipertensi.