

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang pengaruh pemberian buah pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil dengan hipertensi di puskesmas toroh 1 dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Sebelum diberikan buah pisang ambon (*pre test*) sebagian besar responden berada pada kategori klasifikasi Hipertensi Derajat 1, yaitu sebanyak 12 orang dengan persentase sebesar 70,6 %. Sementara itu, sisa responden lainnya masuk ke dalam kategori klasifikasi Hipertensi Derajat 2, yaitu sebanyak 5 orang dengan persentase sebesar 29,4 %.
2. Setelah diberikan buah pisang ambon (*post test*) Sebagian besar responden mengalami penurunan kategori dan berpindah ke kelompok Prehipertensi, yaitu sebanyak 11 orang dengan persentase mencapai 64,7 %. Selain itu, terdapat 2 orang responden yang tekanan darahnya berhasil turun hingga mencapai kategori normal dengan persentase sebesar 11,8 %. Jumlah responden yang bertahan pada kategori Hipertensi Derajat 1 juga mengalami penurunan drastis dari yang semula 12 orang menjadi hanya tinggal 4 orang saja dengan persentase sebesar 23,5 %.
3. Berdasarkan hasil hipotesa menggunakan uji Wilcoxon didapatkan hasil p value uji pre-post test pada tekanan darah yaitu 0,001. Dikarenakan p value < 0,05. Sehingga dapat diambil kesimpulan H_0 ditolak dan H_a diterima, yang

artinya terdapat pengaruh pemberian buah pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil dengan hipertensi di Puskesmas Toroh I. Dengan nilai *effect size* (r) sebesar 0,88 yang artinya termasuk dalam kategori efek besar.

B. Saran

1. Bagi ibu hamil

Ibu hamil yang mengalami hipertensi diharapkan dapat menerapkan pola makan sehat dan mempertimbangkan konsumsi pisang ambon sebagai salah satu alternatif alami yang dapat membantu mengontrol tekanan darah, dengan tetap memperhatikan anjuran tenaga kesehatan.

2. Bagi bidan

Bidan diharapkan dapat meningkatkan edukasi dan konseling kepada ibu hamil mengenai pentingnya pemenuhan gizi selama kehamilan, termasuk pemanfaatan pangan lokal seperti pisang ambon sebagai upaya pendukung dalam menjaga kestabilan tekanan darah

3. Bagi keluarga

Keluarga diharapkan dapat memberikan dukungan kepada ibu hamil dalam menjaga pola makan sehat, memantau kondisi kesehatan secara rutin, serta membantu menyediakan makanan bergizi yang dapat mendukung kesehatan ibu dan janin.