

BAB V

SIMPULAN IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil studi kasus yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa pemberian air rebusan daun salam memberikan dampak positif terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik yang konsisten selama tujuh hari pada masa intervensi menunjukkan bahwa daun salam memiliki potensi sebagai terapi nonfarmakologis yang efektif. Dengan karakteristiknya yang mudah diperoleh, murah, dan sederhana dalam pengolahan, daun salam dapat dijadikan sebagai alternatif alami dalam mendukung pengendalian tekanan darah, terutama dalam program manajemen hipertensi yang bersifat promotif dan preventif.

5.2 Implikasi

Berdasarkan simpulan yang telah disampaikan, implikasi yang dapat diambil adalah bahwa konsumsi air rebusan daun salam secara rutin dapat membantu penderita hipertensi dalam menurunkan dan mengontrol tekanan darah secara mandiri. Selain itu, penerapan ini juga berpotensi meningkatkan kesadaran individu akan pentingnya perubahan gaya hidup sehat. Air rebusan daun salam dapat menjadi alternatif intervensi nonfarmakologis yang sederhana, praktis, dan dapat diterapkan baik secara pribadi maupun dalam skala program kesehatan masyarakat.

5.3 Rekomendasi

1. Bagi fasilitas kesehatan, melakukan penyusunan Standar Operasional Prosedur (SOP) pelaksanaan penerapan air rebusan daun salam bagi pasien hipertensi. SOP ini bertujuan untuk memastikan keseragaman pelaksanaan penerapan air rebusan daun salam, serta memudahkan monitoring hasil intervensi.

2. Bagi peneliti selanjutnya, melibatkan jumlah partisipan yang lebih banyak dalam jangka waktu pelaksanaan serta membandingkan pasien yang mengonsumsi air rebusan daun salam dengan yang tidak.
3. Bagi pasien hipertensi dan keluarga, menjadikan air rebusan daun salam sebagai bagian dari rutinitas sehari-hari disertai dengan perubahan gaya hidup lainnya seperti perubahan pola makan dan waktu istirahat.