

## BAB VI

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 7.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan dalam penelitian, maka kesimpulan yang diperoleh adalah:

- a. Rata-rata tekanan darah sistolik pada kelompok eksperimen sebelum diberikan aromaterapi bergamot adalah  $117,37 \pm 6,660$  mmHg. Rata-rata tekanan darah sistolik mengalami penurunan menjadi  $111,53 \pm 7,160$  mmHg.
- b. Rerata tekanan darah diastolik pada kelompok eksperimen sebelum diberikan aromaterapi bergamot adalah  $71,42 \pm 6,569$  mmHg. Rata-rata tekanan darah diastolik mengalami penurunan menjadi  $65,32 \pm 7,302$  mmHg.
- c. Rerata denyut jantung pada kelompok eksperimen sebelum diberikan aromaterapi bergamot adalah  $77,53 \pm 8,84$  kali/menit. Rata-rata tekanan darah diastolik mengalami penurunan menjadi  $65,32 \pm 7,302$  mmHg.
- d. Hasil uji *Wilcoxon* pada tekanan darah sistolik adalah ( $p = 0,003$  ;  $p < 0,05$  ) . Hal ini membuktikan ada perbedaan pada tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi bergamot.
- e. Hasil uji t- berpasangan pada tekanan darah diastolik adalah ( $p = 0,000$ ;  $p < 0,05$ ). Analisis data dengan uji t-berpasangan pada denyut jantung adalah ( $p = 0,000$  ;  $p < 0,05$ ) . Hal ini berarti bahwa ada perbedaan yang signifikan tekanan darah diastolik dan denyut jantung sebelum pemberian aromaterapi bergamot dan sesudah pemberian aromaterapi bergamot .
- f. Hasil penelitian ini mendapatkan tekanan darah dan denyut jantung mengalami penurunan setelah pemberian aromaterapi bergamot selama 20 menit.

## 7.2. Saran

1. Kepada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas dapat lebih memanfaatkan aromaterapi dalam hal relaksasi, menurunkan tingkat kecemasan, dan menurunkan tingkat stres dalam kehidupan sehari-hari.
2. Kepada petugas kesehatan agar dapat mengembangkan lagi penelitian yang terkait dengan aromaterapi agar terapi ini bisa digunakan sebagai terapi non farmakologis hipertensi.
3. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan lagi penelitian yang terkait dengan terapi non farmakologi yang dapat menurunkan tekanan darah.

