

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan yang dilakukan peneliti tentang pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media lembar balik terhadap pengetahuan lansia tentang gaya hidup penderita hipertensi di posyandu lansia kelurahan purwodadi RW.05, maka dapat di tarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Hasil *pre-test* pengetahuan lansia dalam kategori kurang sehingga perlu di lakukan edukasi kesehatan mengenai gaya hidup penderita hipertensi menggunakan media lembar balik.
2. Hasil *post-test* pengetahuan lansia dalam kategori baik terdapat peningkatan pengetahuan lansia mengenai gaya hidup penderita hipertensi menggunakan media lembar balik. Menyusun media lembar balik tentang gaya hidup penderita hipertensi untuk memberikan pengetahuan gaya hidup penderita hipertensi, sehingga media lembar balik tersebut sebagai sarana untuk mempermudah dalam penyampaian informasi kesehatan.
3. Dengan demikian didapatkan hasil uji wilcoxon dengan nilai signifikan 0,000 yang artinya hipotesis di terima yang mengakibatkan efektif dalam terjadinya peningkatan pengetahuan lansia tentang gaya hidup penderita hipertensi menggunakan media lembar balik.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, maka peneliti memberikan saran yang dapat diberikan adalah :

1. Kader Posyandu Lansia

Setelah dilakukan penelitian ini diharapkan kader posyandu lansia dapat mengaplikasikan media lembar balik tentang gaya hidup penderita hipertensi dalam melakukan promosi kesehatan.

2. Bagi Penderita Hipertensi

Diharapkan penderita hipertensi menerapkan untuk menjaga gaya hidup melalui media lembar balik sebagai upaya pencegahan komplikasi.

3. Promotor Kesehatan

Diharapkan bahwa media lembar balik ini bisa dikembangkan sebagai acuan untuk meningkatkan pengetahuan mengenai gaya hidup penderita hipertensi atau mengembangkan media lain yang belum pernah di terapkan di posyandu kelurahan purwodadi RW.05.