

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan yang dilakukan peneliti, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

- a. Hasil *pre-test* pengetahuan dalam kategori baik sebanyak 16 lansia dengan presentase 30,8%, kategori cukup sebanyak 10 lansia dengan presentase 19,2% dan untuk kategori kurang sebanyak 26 lansia dengan presentase 50%.
- b. Hasil *post-test* pengetahuan dalam kategori baik sebanyak 52 lansia dengan presentase 100% dan tidak ada lansia yang masuk dalam kategori buruk.
- c. Adanya pengaruh yang bermakna dimana dari hasil uji *paired T-test* dengan nilai signifikansi 0,05 dengan demikian menolak H<sub>0</sub> yang mengakibatkan terjadinya peningkatan pengetahuan lansia mengenai pola makan bagi penderita Hipertensi menggunakan lembar balik yang tadinya *mean pre test* 11,54 menjadi 20.

#### 5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan yang menyatakan adanya pengaruh edukasi menggunakan media lembar balik terhadap pengetahuan lansia mengenai pola makan bagi penderita Hipertensi di Kelurahan Sedayu, maka saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut :

- a. Koordinator Ponkesdes

Setelah dilakukannya penelitian ini, diharapkan kegiatan edukasi yang dilakukan di 2 pos bisa dijadikan sebagai *role model* untuk kegiatan edukasi di 2 pos lainnya mengingat hanya 2 pos yang diteliti.

- b. Kader Posyandu Lansia

Setelah dilakukan penelitian ini, diharapkan kader posyandu lansia untuk lebih sering mengadakan kegiatan edukasi terkait kesehatan lansia

khususnya mengenai pola makan bagi lansia penderita Hipertensi.

c. Promotor Kesehatan

Diharapkan bahwa media lembar balik ini bisa digunakan sebagai acuan untuk meningkatkan pengetahuan lansia terkait pola makan bagi penderita Hipertensi.