

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

1. Ada peningkatan yang signifikan terhadap pengetahuan dan kepatuhan diet DASH pada anggota prolanis hipertensi antara sebelum dan sesudah edukasi menggunakan media buku saku.
2. Ada peningkatan yang signifikan terhadap pengetahuan diet DASH pada anggota prolanis hipertensi namun tidak terdapat peningkatan yang signifikan terhadap kepatuhan diet DASH antara sebelum dan sesudah edukasi menggunakan media leaflet.
3. Ada perbedaan peningkatan yang signifikan terhadap pengetahuan dan kepatuhan diet DASH pada anggota prolanis hipertensi antara kelompok yang diberikan media edukasi buku saku dengan kelompok yang diberikan leaflet.

#### **B. Saran**

1. Bagi Puskesmas Ngaglik I

Pihak puskesmas bisa mempertimbangkan menggunakan media edukasi berupa buku saku sebagai salah satu media edukasi, karena terbukti dapat meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan pasien tentang diet DASH.

2. Bagi Anggota Prolanis Hipertensi

Anggota prolanis hipertensi dapat memanfaatkan buku saku untuk meningkatkan pengetahuan terkait diet DASH.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Selain melihat pengetahuan dan kepatuhan, sebaiknya juga memonitoring tekanan darah responden sebagai salah satu indikator untuk mengukur keberhasilan kepatuhan diet DASH.