

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian di atas, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Skor rata – rata responden sebelum konseling dengan media *Traffic Light Card Hypertension Reminder* sebesar 63,39.
2. Skor rata – rata responden sesudah konseling dengan media *Traffic Light Card Hypertension Reminder* sebesar 82,26.
3. Ada perbedaan pengetahuan hipertensi karyawan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta sebelum dan setelah konseling dengan media *Traffic Light Card Hypertension Reminde/ TLC–HR* ($p < 0,05$).
4. Ada pengaruh yang signifikan dari pemberian *Traffic Light Card Hypertension Reminder/ TLC–HR* terhadap perubahan pengetahuan hipertensi karyawan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, dapat disarankan berikut :

1. Bagi Karyawan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Responden dapat memanfaatkan pengetahuan dari media TLC- HR untuk meningkatkan taraf hidup sehat sehingga mencegah terjadinya penyakit hipertensi. Penerapan pengetahuan dari media TLC- HR dapat dilakukan kapan saja sesuai kebutuhan karyawan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta di wilayah kerja maupun dirumah dengan memperhatikan

faktor – faktor resiko hipertensi dan menjaga pola makan yang baik sesuai materi pada media TLC- HR.

2. Bagi Institusi yaitu Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Institusi dapat menggunakan media TLC- HR sebagai alat bantu konseling mengenai penyakit hipertensi pada kegiatan (POSBINDU) yang dilaksanakan satu kali setiap bulan pada pagi hari. Penggunaan media TLC- HR dilakukan setelah pengukuran antropometri dan tekanan darah di ruangan masing – masing jurusan oleh karyawan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta dengan mengisi pernyataan sesuai faktor resiko yang sedang dialami.

3. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti lainnya maupun mahasiswa Poltekkes Kemenkes Yogyakarta pada tahun berikutnya di kampus Poltekkes Kemenkes Yogyakarta terkait dengan media konseling, dengan melakukan pengembangan media yang lebih operasional dengan variabel lain seperti sikap, kebiasaan makan dan perubahan tekanan darah.