

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

1. Terdapat peningkatan pengetahuan pemilihan makanan yang bermakna pada pasien hipertensi kelompok kontrol atau pendidikan gizi menggunakan media *leaflet*, yaitu sebelum konseling sebesar 71,63, sedangkan setelah konseling mengalami peningkatan menjadi 86,63.
2. Terdapat peningkatan pengetahuan pemilihan makanan yang bermakna pada pasien hipertensi kelompok perlakuan atau pendidikan gizi menggunakan media *leaflet* ditambah *Traffic Light Card*, yaitu sebelum konseling sebesar 69,80, sedangkan setelah konseling mengalami peningkatan menjadi 89,02.
3. Tidak terdapat perbedaan peningkatan pengetahuan pemilihan makanan yang bermakna antara kelompok yang diberi pendidikan gizi menggunakan media *leaflet* dan kelompok yang menggunakan media *leaflet* ditambah *Traffic Light Card*.

#### B. Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil skripsi dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian berkaitan dengan media *leaflet* dan *Traffic Light Card* dalam edukasi gizi sebagai upaya promosi kesehatan. Pada penelitian ini belum dapat membuktikan perbedaan peningkatan pengetahuan pemilihan makanan antara kelompok yang diberi pendidikan gizi menggunakan media *leaflet* dan kelompok yang

menggunakan media *leaflet* ditambah *Traffic Light Card*, maka disarankan bagi peneliti selanjutnya dapat mengembangkan media *Traffic Light Card* dalam desain maupun materi untuk mengoptimalkan peningkatan pengetahuan pemilihan makanan pada pasien hipertensi dan selanjutnya dapat mengontrol tekanan darah pasien hipertensi.

2. Bagi Puskesmas Gamping II

Dapat digunakan sebagai pertimbangan konseling gizi pada pasien hipertensi dengan media *Traffic Light Card* sebagai media pendamping media *leaflet*.

3. Bagi Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Dapat memanfaatkan media *Traffic Light Card* sebagai media edukasi gizi dan pembelajaran dalam kegiatan promosi kesehatan terkait penatalaksanaan hipertensi non farmakologi.