

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh tentang Pengaruh Edukasi Pengelolaan Berat Badan terhadap Pengetahuan dan Sikap Penderita Hipertensi dengan berat badan berlebih di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya dengan total sampel sebanyak 40 responden, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebelum dilakukan edukasi, sebagian besar responden (40,0%) mempunyai pengetahuan baik, (50,0%) responden mempunyai pengetahuan cukup dan (10,0%) mempunyai pengetahuan yang kurang terhadap pengetahuan tentang pengelolaan berat badan. Setelah diberikan edukasi pengetahuan, sebagian besar responden (75,0%) mempunyai pengetahuan baik dan (25,0%) responden mempunyai pengetahuan cukup.
2. Sebelum diberikan edukasi, sebagian besar (57,5%) responden mempunyai sikap positif dan (42,5%) mempunyai sikap negatif (tidak baik). Setelah diberikan edukasi sikap responden menjadi (75,0%) responden mempunyai sikap positif dan (25,0%) responden mempunyai sikap negatif.
3. Setelah dilakukan edukasi mengenai pengelolaan berat badan menggunakan metode ceramah dan media leaflet, pengetahuan responden dapat meningkat. Sehingga dapat disimpulkan, terdapat pengaruh yang

bermakna edukasi pengelolaan berat badan terhadap pengetahuan penderita hipertensi dengan berat badan berlebih di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya.

4. Setelah dilakukan edukasi mengenai pengelolaan berat badan menggunakan metode ceramah dan media leaflet, sikap responden dapat meningkat. Sehingga dapat disimpulkan, terdapat pengaruh yang bermakna edukasi pengelolaan berat badan terhadap sikap penderita hipertensi dengan berat badan berlebih di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya.

B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

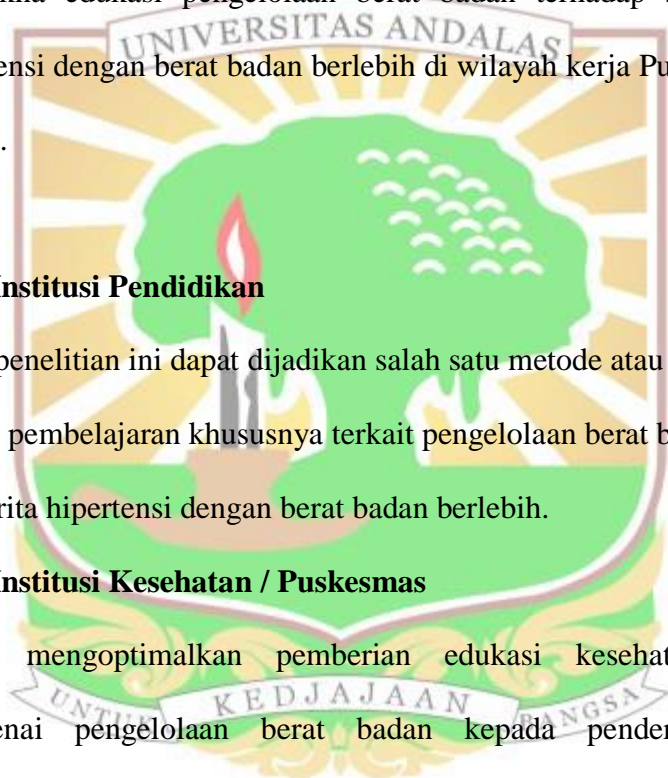
Hasil penelitian ini dapat dijadikan salah satu metode atau media dalam proses pembelajaran khususnya terkait pengelolaan berat badan pada penderita hipertensi dengan berat badan berlebih.

2. Bagi Institusi Kesehatan / Puskesmas

Lebih mengoptimalkan pemberian edukasi kesehatan khususnya mengenai pengelolaan berat badan kepada penderita hipertensi. Menekankan mengenai materi makanan yang dianjurkan dan tidak dianjurkan untuk penderita hipertensi serta sumber makanan yang bertinggi serat.

3. Bagi Responden

Responden diharapkan lebih meningkatkan lagi kepedulian terhadap kesehatan masing-masing dengan cara mengatur pola makan sesuai



anjuan yang sudah diberikan saat edukasi dan dapat mengikuti program senam yang disediakan puskesmas sebagai bentuk menjalankan aktivitas fisik.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Harapannya penelitian ini bisa menjadi sebuah informasi yang penting agar dapat dilakukan penelitian lain yang menjawab semua dari keterbatasan penelitian ini yaitu melakukan edukasi langsung lebih dari satu kali agar informasi lebih mudah diterima, memasukan variabel lain yang mungkin perlu diteliti seperti variabel tindakan, serta mengambil daerah yang berbeda dengan jumlah sampel yang lebih banyak dari penelitian ini agar lebih akurat.

