

## Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Video terhadap Kepatuhan Diit Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Purwokerto Timur 2

**Agun Pangestu**

Mahasiswa Prodi Keperawatan Program Sarjana Universitas Harapan Bangsa

**Wasis Eko Kurniawan**

Dosen Prodi Keperawatan Program Sarjana Universitas Harapan Bangsa

**Tri Sumarni**

Dosen Prodi Keperawatan Program Sarjana Universitas Harapan Bangsa

**Abstract:** *Elderly is the final phase of the human journey where there will be changes and decline in organ function due to the aging process. The incidence of hypertension in the elderly is seen to increase from 2013 to 2018 reaching 25.8% and increasing to 34.1% in 2018. Hypertension diet is one of the non-pharmacological therapies to control and maintain normal blood pressure values. Health education is an activity to convey health messages to individuals, groups or communities that aims to improve health using video media. The purpose of this study was to analyze the effect of health education with video media on adherence to hypertension diet in the elderly at Pukesmas Purwokerto Timur 2. This study was a quantitative study with a pre-experimental design one group pre and post test using accidental sampling technique with a total sample of 30 elderly respondents. and using a questionnaire instrument Formular Food Frequency Questionnaire. Analysis using univariate test, bivariate and Wilcoxon test. The results of the Wilcoxon statistical test show that there is an influence between health education and video media on hypertension diet compliance with a p-value of 0.000, so that there is a decrease in the number of daily calories by 141.1 Kcal (5.71%), after being given a video, the average number of calories in the elderly before being given a video was 2470.07 kkl, after being given a video the average was 2328,97 kkl.*

**Keywords:** *Hypertension, Health Education, Hypertension Diet*

**Abstrak:** Lansia merupakan fase akhir dari proses perjalanan manusia dimana akan terjadi perubahan dan penurunan fungsi organ akibat proses menua. Angka kejadian hipertensi lansia terlihat meningkat dari tahun 2013 hingga 2018 mencapai 25,8 % dan meningkat menjadi 34,1% pada tahun 2018. Diit hipertensi merupakan salah satu terapi nonfarmakologi untuk mengendalikan serta mempertahankan nilai tekanan darah agar tetap normal. Pendidikan kesehatan merupakan kegiatan untuk menyampaikan pesan kesehatan kepada individu, kelompok atau masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan menggunakan media video. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan dengan media video terhadap kepatuhan diit hipertensi pada lansia di Puseksmas Purwokerto timur 2. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan *pre eksperimen one group pre dan post test* menggunakan teknik *sampling accidental sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 30 reponden lansia dan menggunakan instrument kuisioner *Formular Food Frequency Questioner*. Analisis menggunakan uji univariat, uji bivariat dengan uji *Wilcoxon*. Hasil uji *statistic wilcoxon* menunjukkan terdapat pengaruh antara pendidikan kesehatan dengan media video pada kepatuhan diit hipertensi dengan hasil *p-value* 0.000, sehingga terdapat penurunan jumlah kalori harian sejumlah 141.1 Kkal (5.71%), setelah diberikan video. Rata rata jumlah kalori pada lansia sebelum diberikan video sejumlah 2470.07 Kkl, setelah diberikan video rata rata sejumlah 2328,97 Kkl.

**Kata Kunci:** Hipertensi, Pendidikan Kesehatan, Diet Hipertensi.

### LATAR BELAKANG

Lansia merupakan fase akhir dari proses perjalanan manusia dimana akan terjadi perubahan dan penurunan fungsi organ akibat proses menua yang dialami (Zulfiana, 2019). Perubahan dan penurunan fungsi organ yang dialami lansia secara langsung akan membuat lansia lebih rentan mengalami permasalahan kesehatan. Permasalahan kesehatan tiga terbesar

yang sering terjadi pada lansia menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) adalah hipertensi (63,5%), diabetes mellitus (57%), dan masalah gigi (53,6%) (Kemenkes RI, 2018). Angka kejadian hipertensi lansia terlihat meningkat dari tahun 2013 hingga 2018. Tercatat pada data Riskesdas 2013, penderita hipertensi mencapai 25,8 % dan meningkat menjadi 34,1% pada tahun 2018 (Kemenkes RI, 2018)

Hipertensi menurut Harismi (2020) merupakan kondisi dimana nilai tekanan darah berada di atas batas normal yaitu di atas atau  $\geq 140 / \geq 90$  mmHg. Hal ini sesuai dengan Sari (2017) yang menyatakan bahwa seseorang akan terdiagnosis hipertensi jika pada saat dilakukan pemeriksaan tekanan darah menunjukkan hasil tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg dan tekanan darah diastolik  $>90$  mmHg dalam kondisi istirahat dan setelah dilakukan dua kali pemeriksaan dalam rentang waktu lima menit. Peningkatan tekanan darah dan tingginya angka kejadian hipertensi yang terjadi pada lansia dipengaruhi oleh beberapa faktor. Salah satu faktor yang paling berperan adalah ketidakpatuhan dalam menjalankan diet hipertensi. Diet hipertensi merupakan salah satu terapi nonfarmakologi yang dapat dilakukan untuk mengendalikan peningkatan atau penurunan tekanan darah secara drastis, serta mempertahankan nilai tekanan darah normal. Diet hipertensi juga dilakukan untuk mencegah adanya obesitas yang dapat memperparah kondisi hipertensi seperti munculnya beberapa komplikasi stroke, jantung dan yang lainnya (Yulida, 2016). Diet hipertensi yang dilakukan pada pasien hipertensi adalah dengan makan tinggi serat dan mineral, mengurangi asupan garam, rendah kolesterol, dan rendah lemak. Pasien dengan hipertensi perlu membatasi asupan garam dapur hingga tiga gram per hari, memperhatikan konsumsi mineral seperti kalsium dan magnesium serta membatasi bahan adiktif pangan (Hartono, 2012).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Saadi (2011) menjelaskan bahwa 37% lansia hipertensi di Pakistan tidak patuh dalam menjaga pola hidup sehat. Hal ini juga ditemukan di RSUP Fatmawati bahwa 63,8% pasien hipertensi tidak patuh menjaga pola hidup (Indriawati & Usman, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Hanata (2011) menggambarkan bahwa masalah terbesar bagi perawat adalah menghadapi ketidakpatuhan pasien hipertensi dalam menjalankan diet, latihan fisik secara teratur, kecukupan istirahat serta keteraturan dalam mengkonsumsi obat. Ketidakpatuhan yang terjadi dipengaruhi oleh beberapa faktor penyerta.

Ketidaktahuan yang terjadi akan lebih berpengaruh pada ketidakpatuhan dalam menjalankan pola hidup sehat dibandingkan dengan lamanya pengobatan yang harus dijalani (Pujasari dkk, 2016). Lansia hipertensi merasa lelah dengan proses pengobatan yang lama dan merasa telah menjadi beban keluarga (Ihwatun dkk., 2020). Hasil wawancara yang dilakukan pada 9 lansia diketahui bahwa 7 lansia masih mengkonsumsi gorengan dan makan sesuai

dengan apa yang sudah terhidang di meja makan. Sedangkan 2 lansia lainnya mengatakan bahwa sudah mulai membatasi untuk makan gorengan, makanan bersantan dan berlemak.

Melihat kondisi tersebut, maka tindakan keperawatan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan adalah melalui pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan merupakan kegiatan untuk menyampaikan pesan kesehatan kepada individu, kelompok atau masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan (Alligood, 2014). Penggunaan media video akan menstimulasi indera penglihatan dan pendengaran sehingga pesan yang disampaikan akan lebih mudah diterima dan dipahami, selain itu akan lebih menarik dan membekas dalam ingatan (Induniasih, 2018). Penelitian menjelaskan bahwa perubahan pengetahuan pada seseorang akan lebih besar setelah diperlihatkan media video dibandingkan dengan leaflet (Tindoan, 2018). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Utami, Setiawan dan Fitriyani (2018) yang menjelaskan bahwa media edukasi audio visual seperti video akan memberikan dampak terjadinya peningkatan pengetahuan, keterampilan dan perilaku yang signifikan dibanding hanya dengan menggunakan penyuluhan biasa.

Penelitian yang dilakukan oleh Legi dkk., (2019), menjelaskan bahwa pendidikan kesehatan yang dilakukan menggunakan video dapat meningkatkan kepatuhan diit pasien dengan diabetes mellitus sebesar 97,1%. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Yusri, (2021) yang menjelaskan bahwa pemberian pendidikan kesehatan menggunakan video memberikan nilai signifikansi paling rendah dibandingkan dengan media pembelajaran yang lain.

Puskesmas Purwokerto Timur 2 merupakan salah satu Puskesmas yang memiliki kasus hipertensi tertinggi di wilayah Banyumas. Data menunjukkan bahwa terdapat 6.686 orang atau 71,91 persen yang mengalami hipertensi (Dinas Kesehatan Kabupaten Banyumas, 2022). Pendidikan terkait dengan diit hipertensi sudah sering disampaikan oleh petugas tetapi angka kejadian masih tetap tinggi, Berdasarkan hasil wawancara dengan petugas di Puskesmas Purwokerto Timur 2, menyatakan bahwa lansia masih memiliki kebiasaan mengkonsumsi gorengan dan juga tidak mengkonsumsi obat secara rutin. Obat hanya akan dikonsumsi jika lansia mendapatkan di posyandu, dan ketika sudah habis, banyak dari lansia yang tidak melakukan kunjungan ke Puskesmas. Hal tersebut dikarenakan lansia tidak ada yang mengantarkan.

Berdasarkan fenomena dan hasil dari penelitian yang telah ada, maka peneliti ingin mengetahui lebih dalam terkait dengan pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan video dengan kepatuhan diit hipertensi lansia di wilayah Puskesmas Purwokerto Timur 2.

## **TINJAUAN PUSTAKA**

### **Pengertian pendidikan kesehatan**

Pendidikan kesehatan adalah proses yang dilakukan untuk membantu seseorang, dengan bertindak secara mandiri atau kolektif dalam membuat suatu keputusan. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan dan memelihara kesehatan dengan penuh kesadaran Kriswanto., (2016). Pendidikan kesehatan diartikan sebagai upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain sehingga mereka melakukan apa yang diharapkan pelaku pendidikan.

Pendidikan kesehatan diberikan sebagai suatu tindakan dalam mentransfer materi atau teori dari satu orang ke orang lain, dengan tujuan membuat perubahan akibat suatu kesadaran dalam diri (Mubarak, 2010). Siswanto (2010) menjelaskan bahwa pendidikan kesehatan merupakan sejumlah pengalaman yang menguntungkan dalam mempengaruhi pengetahuan, kebiasaan dan sikap yang sangat berhubungan dengan kesehatan individu, masyarakat.

### **Definisi Lansia**

Lansia identik dengan proses menua yang mengalami berbagai perubahan dalam kehidupan. Lansia didefinisikan sebagai seseorang yang telah melewati usia 45 tahun atau 60 tahun, tergantung dari kondisi lansia itu sendiri seperti munculnya kelemahan, ketergantungan, minimnya penghasilan, penyakit yang dialami, tidak produktif dan lainnya (Amalia, 2019). Kemenkes RI, (2018) menjelaskan lansia dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 tahun 2016, yaitu lansia yang masuk dalam kategori pra lansia, lanjut usia dan lansia risiko tinggi. Individu masuk dalam kategori pra lansia jika telah memasuki rentang usia 45 hingga 59 tahun, masuk dalam kategori lanjut usia jika telah memasuki usia 60 hingga 69 tahun. Individu masuk dalam kategori lansia berisiko tinggi jika sudah berusia lebih dari 70 tahun atau yang telah berusia 60 tahun dengan disertai penyakit.

Lansia menjadi salah satu kelompok populasi yang paling berisiko terhadap kesehatan. Hal ini berkaitan dengan usia, risiko sosial, lingkungan, risiko perilaku dan gaya hidup (Stanhope dan Lancaster, 2016). Lansia akan terjadi penurunan fungsi tubuh dan lebih rentan terhadap berbagai masalah kesehatan (Kholifah, 2016). Berdasarkan beberapa pernyataan tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa lansia merupakan kelompok berisiko terhadap masalah kesehatan yang dimulai dari usia 60 tahun.

### **Definisi Hipertensi**

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan nilai tekanan darah sistol yang melebihi 140 mmHg dan tekanan darah diastol melebihi 90 mmHg (Nor'alia dkk., 2019). Menurut Candra, (2018) hipertensi adalah kondisi adanya peningkatan tekanan darah sistole dan diastole yang memberi gejala dan akan berlanjut ke suatu organ target seperti stroke untuk

otak, penyakit jantung koroner untuk pembuluh darah jantung dan hipertrofi ventrikel kanan untuk otot jantung.

Hipertensi memiliki tanda dan gejala seperti adanya nyeri di kepala terutama di bagian tengkuk, merasa cepat lelah, keringat berlebihan, tremor otot dan mual muntah (Udjianti, 2010). Hartanti dkk (2016) menjelaskan bahwa gejala yang sering dikeluhkan lansia saat mengalami peningkatan tekanan darah adalah sakit kepala, pusing, lemas, kelelahan, sesak nafas, gelisah, mual muntah, epitaksis hingga terjadi penurunan kesadaran (Hartanti dkk., 2016). Hal ini sesuai dengan Salma (2020) yang menggambarkan bahwa klien yang mengalami hipertensi ditandai dengan adanya sakit kepala saat bangun tidur, terdengar suara nging atau bising di telinga, jantung berdebar, penglihatan kabur, mimisan dan tidak memiliki perbedaan saat dilakukan pemeriksaan tekanan darah walaupun berubah posisi.

Peningkatan tekanan darah yang lama dan tidak mendapatkan penanganan yang tepat maka dapat menimbulkan komplikasi pada ginjal, jantung, otak, hingga gangguan fungsi kognitif (Jannifer, 2016). Hipertensi menyebabkan timbulnya plak aterosklerotik di arteri serebral dan arteriol, yang dapat menyebabkan oklusi arteri, cedera iskemik dan stroke sebagai komplikasi jangka panjang (Yonata & Pratama, 2016).

### **Definisi Diit Hipertensi**

Diit hipertensi merupakan salah satu terapi non farmakologis yang dapat dilakukan oleh klien dengan hipertensi. Diit yang dikembangkan dan direkomendasikan adalah dengan menerapkan diit *dietary approach to stop hypertension (DASH)*. Diit ini merupakan pengaturan pola makan dan kaya akan buah, sayur serta produk rendah lemak (Mahan, 2012). Diit kaya sayuran terbukti dapat menurunkan tekanan darah sistolik mencapai 6 hingga 11 mmHg (Oste *et al.*, 2018).

### **Definisi Kepatuhan**

Kepatuhan merupakan sikap individu untuk menjalankan anjuran petugas kesehatan tanpa diberikan paksaan untuk melakukan tindakan (Fandinata, 2021). Kepatuhan mengacu pada situasi dimana seseorang melakukan tindakan yang dianjurkan oleh praktisi kesehatan atau informasi yang didapatkan dari suatu sumber informasi (Permana, dkk, 2019). Kozier (2010) mendefinisikan kepatuhan sebagai suatu perilaku individu dalam meminum obat, mematuhi diit, melakukan perubahan gaya hidup sesuai anjuran terapi kesehatan yang telah diberikan oleh tenaga kesehatan. Seseorang dikatakan patuh jika sungguh-sungguh melakukan sesuai dengan tindakan yang dianjurkan, sedangkan seseorang dikatakan tidak patuh jika tidak pernah melakukan tindakan yang dianjurkan (Dewi, 2018).

## Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Video Terhadap Kepatuhan

Pemberian pendidikan kesehatan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, merubah kesadaran dan perilaku sehingga individu atau masyarakat dapat ikut serta meningkatkan derajat kesehatan. Media video dinilai mampu meningkatkan motivasi dan mendapatkan hasil yang lebih baik serta tidak memakan waktu lama.

Pendidikan kesehatan yang diberikan melalui video sangat efektif dalam peningkatan pengetahuan. Video membantu dalam penyampaian informasi serta mempermudah pemahaman, memperkuat ingatan karena materi disampaikan secara ringkas dan jelas (Massi dkk., 2018).

Penyuluhan kesehatan dengan menggunakan media video dapat meningkatkan kepatuhan minum obat pada pasien hipertensi di Puskesmas Lerep dan Klinik Gracia (Oktianti dkk., 2019). Video dipilih sebagai media penyuluhan karena dapat diterima dengan baik oleh masyarakat dan memberikan tontonan yang menarik serta tidak monoton (Kapti, et al, 2013). Penelitian yang dilakukan oleh Fernalia, Busjra dan Jumaiyah (2019) menunjukkan bahwa metode edukasi audiovisual yang diberikan pada pasien hipertensi dapat meningkatkan *self management* (melakukan aktifitas fisik, pengaturan diet, mengurangi konsumsi alkohol, pembatasan berat badan, diet kalsium dan magnesium serta melakukan manajemen stress dengan baik). Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sanchez *et al* (2010), dimana kelompok yang diberikan tontonan video edukasi memiliki peningkatan skor pengetahuan sebesar 24,8%.

## METODE PENELITIAN

### Desain Penelitian

Desain penelitian adalah rancangan proses penelitian yang disusun sedemikian rupa agar peneliti mendapatkan jawaban dari pertanyaan penelitian (Sastroasmoro, 2011). Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian adalah *pre eksperimen one group pre dan post test desain*. Penelitian ini tidak menggunakan kelompok kontrol, dimana pengetahuan dan perilaku akan diukur sebelum dan setelah diberikan perlakuan pendidikan kesehatan dengan media video.

O1 X O2

Keterangan:

O1 : Nilai *Pre-test* Sebelum dilakukan pendidikan kesehatan dengan media Video

X : Pemutaran video edukasi mengenai diet hipertensi

O2 : Nilai *Post-test* Setelah dilakukan pendidikan kesehatan dengan media Video

Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan media video = (O2 – O1)

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

#### Analisis univariat

Analisis univariat yang dilakukan pada penelitian ini adalah melihat karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin, dan Pendidikan sebagai berikut :

#### a. Gambaran Frekuensi Karakteristik Responden sebagai berikut

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Reponden Di Puskesmas Purwokerto Timur 2 Pada Tahun 2022

Karakteristik	Frekuensi	Persentase %
<b>Usia</b>		
1. 45-59 Tahun	2	6.7
2. 60-74 Tahun	24	80
3. >75 Tahun	4	13.3
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100</b>
<b>Jenis Kelamin</b>		
1. Laki-Laki	5	16.7
2. Perempuan	25	83.3
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100</b>
<b>Pendidikan</b>		
1. Tamatan SD	12	40
2. Tamatan SMP	6	20
3. Tamatan SMA	8	26.7
4. Tamatan Perguruan Tinggi	4	13.3
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100</b>
<b>Pekerjaan</b>		
1. Bekerja	4	13.3
2. Tidak Bekerja	26	86.7
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1 di atas menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 60-74 tahun sebanyak 24 responden atau (80%), sebagian besar responden jenis kelamin perempuan sebanyak 25 responden atau (83,3 %), sebagian besar responden tamatan SD sebanyak 12 responden atau (40 %), sebagian besar responden tidak bekerja sebanyak 26 responden atau (86,7 %).

#### b. Tabel Kalori Sebelum dan Sesudah Pendidikan Kesehatan

Tabel 2 Kalori Sebelum (Pre) dan Sesudah (Post) Pemberian Video Edukasi

Pre Kalori Harian	Post Kalori Harian	Selisih Pre-post	Pre				Post			
			daging /lemak	Kacang-kacangan	Sayur	Buah	daging /lemak	Kacang-kacangan	Sayur	Buah
2296	2350	-54	154	326	647	227	154	326	647	227
2798	2798	0	705	142	789	419	705	142	789	419
2765	2618	147	471	241	483	419	471	336	395	419
2195	2279	-84	741	281	727	446	651	330	468	443
2178	2122	56	421	193	511	491	319	182	264	340
2643	2412	231	783	269	327	228	503	215	250	473
2508	2438	70	204	295	316	231	744	216	283	485
2482	2137	345	527	162	760	302	438	278	407	433

2107	2434	-327	747	276	691	374	445	269	370	451
2493	2024	469	775	298	555	435	560	298	566	458
2704	2469	235	502	288	387	245	561	219	270	477
2674	2268	406	184	266	514	448	430	310	479	476
2618	2454	164	389	298	356	448	532	171	328	404
2427	2286	141	513	167	312	341	429	397	523	481
2714	2217	497	754	226	373	231	532	386	564	434
2532	2144	388	470	274	763	413	429	328	424	425
2426	2199	227	587	184	664	455	361	348	564	484
2371	2383	-12	702	285	458	421	698	167	295	473
2238	2480	-242	353	272	559	313	505	216	559	302
2211	2064	147	168	248	736	318	568	229	686	320
2545	2333	212	288	295	367	386	514	332	699	453
2463	2423	40	793	216	361	220	716	371	368	377
2593	2341	252	284	241	617	451	734	378	582	424
2651	2403	248	370	229	609	240	405	226	670	440
2329	2196	133	273	162	303	339	546	187	537	333
2652	2439	213	559	196	465	325	488	384	424	435
2217	2286	-69	443	163	543	261	569	252	305	404
2494	2397	97	535	286	642	312	746	357	264	459
2468	2192	276	548	278	459	420	698	244	440	463
2310	2283	27	690	283	393	346	511	388	510	470
2470	2329	141	498	245	523	350	532	283	464	423

Berdasarkan tabel 2 diatas rata-rata *pre*-kalori harian didapatkan hasil 2470, sedangkan untuk rata-rata *post*-kalori harian didapatkan hasil 2329. Untuk selisih antara *pre* dan *post* kalori harian yaitu sebesar 141.

### 1. Analisis Bivariat

Analisis biavariat pada penelitian adalah mengetahui pengaruh Pendidikan media video dengan kepatuhan diit hipertensi dengan menggunakan uji wicoxon sebagai berikut:

#### a. Pengaruh Pendidikan Dengan Media Video Terhadap Kepatuhan Diit Hipertensi Pada Lansia

Tabel 3 Kepatuhan Diit Hipertensi Sebelum dan Sesudah di Puskesmas Purwokerto Timur 2 Pada Tahun 2022.

Variabel	Kelompok	
	Lansia dengan Hipertensi (n=30)	
	<i>Pre test</i>	<i>Post test</i>
Kepatuhan Diit Hipertensi (Kalori)		
Mean X (SD)	2470.07 Kkal 191.41	2328.97 Kkal 164.105
Nilai p	0,000*	
Selisih (Δ) = post-pre X (SD)	141.1 Kkal 191.5	
% Penurunan rerata/hari	5.71%	

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan rata-rata jumlah kalori harian yang dikonsumsi oleh lansia dengan hipertensi sebelum diberikan video sebesar 2470.07 Kkal dan rata-rata jumlah kalori harian yang dikonsumsi oleh lansia dengan hipertensi setelah diberikan video sebesar 2328.97 Kkal sehingga terdapat penurunan jumlah

kalori harian sejumlah 141.1 Kkal (5.71%), setelah diberikan video diit hipertensi pada lansia dan kemudian peneliti melakukan uji statistik *wilcoxon* dengan uji t (*paired t-test*) terdapat pengaruh pemberian video dengan kepatuhan diit hipertensi pada lansia yang menunjukkan hasil signifikansi sebesar 0.000 dimana nilai tersebut  $< 0.05$  maka disimpulkan terdapat pengaruh secara signifikan dari pemberian video dengan kepatuhan diit hipertensi pada lansia dengan hipertensi.

## **Pembahasan penelitian**

### **1. Berdasarkan karakteristik responden**

#### **a. Usia**

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 60-74 tahun sebanyak 24 responden (80%), yang menderita hipertensi dan menjalankan diit hipertensi, sehingga peneliti berasumsi bahwa hal tersebut disebabkan karena tekanan darah dapat meningkat seiring bertambahnya usia. Tekanan darah sistolik dan diastolic dapat meningkat 2 mmHg setiap pertambahan usia. Usia juga menjadi salah satu factor penyebab terjadinya hipertensi karena adanya perubahan struktur pembuluh darah seperti penyempitan lumen dan tingkat keelastisan pada dinding pembuluh darah mengalami penurunan sehingga dapat meningkatkan tekanan darah. Dari uraian hasil penelitian tersebut, peneliti berasumsi bahwa semakin bertambahnya usia, maka seseorang memiliki penurunan dalam sistem tubuhnya.

Hal ini sejalan dengan pendapat Unger *et al.*, (2020) yang mengatakan bahwa semakin bertambahnya usia, struktur pembuluh darah pada seseorang akan mengalami perubahan fisiologis seperti terjadinya penyempitan lumen dan tingkat keelastisan pada dinding pembuluh darah mengalami penurunan sehingga hal ini dapat meningkatkan tekanan darah. Seiring bertambahnya usia seseorang juga dapat menyebabkan terjadinya perubahan kontraktilitas jantung dan penurunan elastisitas pembuluh darah sehingga akan memicu terhadap peningkatan tekanan darah agar kemudian dialirkan darah keseluruh tubuh, dan hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi adalah perempuan dengan rata-rata usia  $>53$  tahun sebanyak 51 responden (78,8%), (Pardede dkk., 2020).

Penelitian ini searah dengan penelitian yang dilakukan oleh Hakim dan Tazkiah (2018) tentang gambaran karakteristik penderita hipertensi di Puskesmas Pemurus Baru Banjarmasin yang menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi berusia  $>40$  tahun sebanyak 37 orang (88,1%), hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tekanan darah cenderung rendah pada usia remaja dan mulai meningkat pada masa dewasa awal,

kemudian meningkat lebih nyata selama masa pertumbuhan dan pematangan fisik di usia dewasa akhir sampai usia tua di karenakan sistem sirkulasi darah gangguan yang mengakibatkan berkurangnya elastisitas pembuluh darah serta penyumbatan pada dinding pembuluh darah menjadi keras dan tebal.

b. Jenis Kelamin

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 25 responden (83,3%), sehingga peneliti berasumsi bahwa salah satu faktor resiko terjadinya hipertensi yang tidak dapat diubah. Penelitian ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Pardede dkk., (2020) yang menyatakan bahwa adanya defisiensi hormone pasca menopause pada perempuan dan beberapa faktor risiko seperti obesitas, stress yang lebih berpengaruh pada perempuan dibandingkan dengan laki-laki. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, peneliti berasumsi bahwa jenis kelamin wanita lebih rentan terkena hipertensi karena wanita lebih mudah stress yang dapat berpengaruh untuk menyebabkan hipertensi.

Perempuan setelah usia 45 tahun akan mengalami peningkatan risiko hipertensi, wanita yang belum menopause kadar hormone estrogen dapat membantu menambah kadar *High Density Lipoprotein* (HDL), kadar kolesterol HDL rendah dan tingginya kolesterol dapat mempengaruhi terjadinya proses aterisklerosis (Suprayitno dkk., 2019).

Pernyataan tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nurmayunita, 2019) dilakukan di dusun Beji Wetan Sendangsari Yogyakarta dengan jumlah responden sebanyak 15 lansia dengan hipertensi dan menunjukkan hasil sebagian besar responden adalah perempuan sebanyak 9 responden atau (60%), hal tersebut dikarenakan jumlah lansia perempuan lebih tinggi dibandingkan lansia laki-laki, karena lansia yang telah mengalami proses degenerasi sehingga rentan dengan munculnya penyakit degenerative termasuk hipertensi. Tingginya hipertensi sejalan dengan bertambahnya usia yang disebabkan oleh perubahan struktur pada pembuluh darah besar, sehingga pembuluh darah menjadi lebih sempit dan dinding pembuluh darah menjadi kaku, sebagai akibatnya adalah meningkatnya tekanan darah sistolik.

c. Pendidikan

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa Sebagian besar reponden adalah tamatan SD sebanyak 12 responden (40 %), peneliti berasumsi bahwa tingkat pendidikan responden secara tidak langsung dapat mempengaruhi seperti pola pikir dan pemahaman penderita hipertensi dalam menjaga kesehatannya, tingkat pendidikan juga

mempengaruhi tingkat pengetahuan terhadap kesehatan, termasuk bekerja penuh-waktu, dapat menjalankan pekerjaan dengan baik, meningkatkan kesejahteraan, ekonomi, dapat mengontrol diri, tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh terhadap pengetahuan seseorang, semakin banyak informasi dapat mempengaruhi atau menambah pengetahuan seseorang akan berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya lebih dapat mendukung sosial, dan bergaya hidup sehat. Dari hasil penelitian tersebut, peneliti berasumsi bahwa pendidikan dapat mempengaruhi kesehatan seseorang, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin tinggi pula pengetahuan dan upaya preventif yang dimiliki oleh seseorang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Damayantie dkk., (2018) tentang faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku penatalaksanaan hipertensi oleh penderita di wilayah kerja Puskesmas Sekernan Ilir Kabupaten Muaro Jambi yang menunjukkan bahwa paling banyak dengan pendidikan terakhir SD sebanyak 24 responden (35,3%), hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin rendah tingkat pendidikan maka akan semakin kurang baik dalam program makan makanan bergizi seimbang.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Zaenurrohmah dan Rachmayanti (2017) tentang hubungan pengetahuan dan riwayat hipertensi dengan tindakan pengendalian tekanan darah pada lansia yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan pendidikan terakhir SD sebanyak 34 responden (68%), didapatkan hasil bahwa pendidikan akan berpengaruh pada penyerapan informasi seseorang. Semakin tinggi tingkat pendidikan akan memudahkan seseorang untuk menyerap informasi, orang yang memiliki pendidikan tinggi cenderung lebih tinggi mengalami hipertensi daripada orang yang mempunyai pendidikan rendah. Pendidikan berhubungan nyata dengan gaya hidup, stress, dan status gizi.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Nurmayunita, 2019), yang menyatakan bahwa hubungan pendidikan dengan pengetahuan tentang diet hipertensi seseorang berhubungan dengan kemampuan orang tersebut memahami informasi yang selanjutnya menalar menjadi sebuah pengetahuan. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka kemampuan memahami dan menalar suatu informasi menjadi lebih baik sehingga pengetahuannya juga semakin baik dalam menjaga kesehatannya.

d. Pekerjaan

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah tidak bekerja sebanyak 26 responden (86,7 %), peneliti berasumsi bahwa responden yang tidak bekerja dikaitkan dengan aktifitas fisik yang dilakukan juga akan semakin rendah, hal ini akan mempengaruhi risiko terjadinya hipertensi. Semakin rendah aktifitas yang dilakukan maka semakin tinggi risiko terkena hipertensi. Dari uraian dan hasil penelitian di atas, peneliti berasumsi bahwa semakin banyak aktivitas yang dilakukan maka dapat menurunkan resiko terjadinya hipertensi, dengan contoh apabila seseorang memiliki aktifitas fisik yang baik maka risiko terjadinya hipertensi dapat ditekan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Arum (2019) tentang hipertensi pada penduduk usia produktif (15-64 tahun) yang menunjukkan bahwa sebagian besar tidak bekerja atau menganggur sebanyak 48 responden (33.3%), hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak mempunyai pekerjaan karena mengalami hipertensi sehingga akan mengurangi produktifitas tubuh dalam bekerja.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Azhari (2017) tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Makrayu Kecamatan Ilir Barat II Palembang menunjukkan bahwa sebagian besar tidak memiliki pekerjaan sebanyak 52 responden (46,4%), hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden yang tidak bekerja mempunyai peluang 3.2 kali untuk terkena penyakit hipertensi dibandingkan dengan responden yang bekerja.

**2. Kepatuhan diet hipertensi kebutuhan kalori sebelum diberikan pendidikan Kesehatan dengan media video**

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa hasil rata-rata jumlah kalori harian yang dikonsumsi oleh lansia dengan hipertensi sebelum diberikan video sebesar 2470.07 Kkal, Hal ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi atau pendidikan Kesehatan mengenai diet hipertensi, responden memiliki rata-rata kalori yang masih menunjukkan angka kalori yang masih tinggi. Peneliti berasumsi bahwa, dari temuan tersebut masih banyak responden yang memiliki kebiasaan mengkonsumsi diet yang belum sesuai dengan diet DASH. Diet hipertensi merupakan salah satu terapi non farmakologis yang dapat dilakukan oleh klien dengan hipertensi. Diet yang dikembangkan dan direkomendasikan adalah dengan menerapkan diet *dietary approach to stop hypertension (DASH)*. Diet ini merupakan pengaturan pola makan dan kaya akan buah, sayur serta produk rendah lemak (Mahan, 2012). Diet kaya sayuran terbukti dapat menurunkan tekanan darah sistolik

mencapai 6 hingga 11 mmHg (Oste *et al.*, 2018). Hal tersebut bisa diakibatkan karena kurangnya informasi yang didapatkan oleh responden.

Kebiasaan mengkonsumsi makanan yang sesuai dengan anjuran diit hipertensi sangat diperlukan, karena apabila seseorang memiliki kebiasaan baik, maka kalori harian yang didapatkan juga rendah dan sesuai dengan anjuran diit hipertensi, sehingga dapat menunjang proses penyembuhan penyakit hipertensi.

### **3. Kepatuhan diit hipertensi kebutuhan kalori sesudah diberikan pendidikan dengan media video**

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa hasil rata- rata jumlah kalori harian yang dikonsumsi oleh lansia dengan hipertensi setelah diberikan video sebesar 2328.97 Kkal sehingga terdapat penurunan jumlah kalori harian sejumlah 141.1 Kkal (5.71%), setelah diberikan video diit hipertensi pada lansia. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian edukasi atau pendidikan Kesehatan mengenai diit hipertensi berdampak positif terhadap penurunan kalori pada pasien hipertensi.

Dari uraian di atas peneliti berasumsi bahwa media *audiovisual* atau video dapat dengan mudah dipahami oleh responden. Sehingga setelah dilakukan edukasi berupa penayangan video tersebut, responden dapat mengingat dengan mudah mengenai diit hipertensi, dan berdampak pada kebiasaan pola makan, sehingga dapat menurunkan kalori harian yang diperoleh dari pola makan sehari-hari.

### **4. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Hipertensi Dengan Media Video Terhadap Kepatuhan Diit Hipertensi**

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa hasil rata- rata jumlah kalori harian yang dikonsumsi oleh lansia dengan hipertensi sebelum diberikan video sebesar 2470.07 Kkal dan rata- rata jumlah kalori harian yang dikonsumsi oleh lansia dengan hipertensi setelah diberikan video sebesar 2328.97 Kkal sehingga terdapat penurunan jumlah kalori harian sejumlah 141.1 Kkal (5.71%), setelah diberikan video diit hipertensi pada lansia. Sehingga peneliti berasumsi bahwa penurunan kalori pada lansia dengan hipertensi dipengaruhi oleh faktor pengetahuan lansia, dimana sebelumnya ada lansia yang belum mengerti tentang diit hipertensi setelah diberikan video pengetahuan lansia tentang diit hipertensi menjadi bertambah, sehingga mereka menjadi termotivasi dalam melakukannya.

Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Utari dkk., (2021) yang mengatakan bahwa proses pendidikan tentang diit hipertensi pada lansia menjadi bertambah dikarenakan telah diberikan pendidikan kesehatan mengenai diit hipertensi, dimana yang sebelumnya ada lansia yang belum mengerti tentang diit hipertensi sehingga

mereka tidak termotivasi dalam melakukannya. Sedangkan dengan adanya pendidikan kesehatan ini mereka menjadi tahu apa itu diit hipertensi, sehingga mereka lebih termotivasi untuk melakukan diit hipertensi.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Susanti dkk., (2017) tentang Efektifitas Leaflet Terhadap Pengetahuan Dan Mengatur Pola Makan Lansia Penderita Hipertensi Di Puskesmas Serasan Kabupaten Natuna yang menunjukkan bahwa terdapat perubahan tentang pengetahuan lansia sudah diberikan pendidikan kesehatan tentang diit hipertensi, dan pendidikan kesehatan terbukti efektif terhadap pengetahuan diit hipertensi pada lansia dengan nilai  $p\text{ value} = 0,000 < 0,05$ .

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa kelompok eksperimen dari 15 responden sebelum dilakukan pendidikan kesehatan pada responden sebanyak 4 orang (13,3%), tidak patuh 11 orang (36,7%) dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan pada responden menjadi patuh 10 orang (33,3%), tidak patuh 5 orang (16,7%). Hasil uji *Chi-Square* didapatkan nilai signifikannya menunjukkan nilai 0,028 ( $p < 0,05$ ). Pendidikan kesehatan tentang hipertensi berpengaruh terhadap kepatuhan diit pada pasien dengan hipertensi dengan hasil nilai signifikan menunjukkan nilai 0,028 (Utari dkk., 2021).

Hasil penelitian yang sama dilakukan oleh Kurniawati & Wiwiek (2019) dengan jumlah responden sebanyak 30 dan didapatkan sebelum dilakukan pendidikan kesehatan didapatkan 18 responden (60%) kepatuhan diitnya adalah patuh, 12 responden (40%) kepatuhan diitnya adalah cukup patuh dan setelah dilakukan Pendidikan Kesehatan didapatkan sebagian besar 24 responden (80%) kepatuhan diitnya adalah patuh, 6 responden (20%) kepatuhan diitnya adalah cukup patuh hal tersebut dikarenakan sebagian besar responden tidak pernah menerima informasi tentang diit hipertensi. Adapun setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang diit hipertensi ada peningkatan jumlah responden pada kategori patuh melaksanakan diit hipertensi. Pemberian informasi diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan diit dianalisis dengan uji statistik Wilcoxon didapatkan hasil  $\rho = 0,000$  dari  $\rho \leq 0,05$  yang berarti ada pengaruh yang signifikan dari pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan diit pada penderita Hipertensi.

Hasil penelitian lainnya tentang peningkatan pengetahuan dan kepatuhan diit hipertensi melalui pendidikan kesehatan di Posyandu Lansia Tlogosuryo Kota Malang didapatkan hasil yang menunjukkan kepatuhan lansia tentang kepatuhan diit hipertensi dan hampir setengah dari lansia (13 responden setara dengan 43,3%) memiliki kepatuhan yang tinggi dalam pendidikan kesehatan dan pengaturan diit hipertensi setelah dilakukan pendidikan kesehatan dengan

pemberian penyuluhan kepatuhan lansia terhadap diet hipertensi meningkat menjadi setengah dari lansia 15 orang lansia (50%) yang memiliki kepatuhan yang tinggi dan sedang dalam pendidikan kesehatan untuk pengaturan diet hipertensi (Devi & Putri, 2021).

### **Keterbatasan Penelitian**

Dalam melakukan penelitian ini peneliti mengalami keterbatasan kurangnya efisien waktu untuk pengambilan data dikarenakan jadwal prolans yang diadakan hanya satu kali di minggu kedua setiap bulan.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan:

1. Karakteristik lansia di wilayah Puskesmas Purwokerto Timur 2 didapatkan hasil yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 60-74 tahun sebanyak 24 responden atau (80%), sebagian besar responden jenis kelamin perempuan sebanyak 25 responden atau (83,3 %), Sebagian besar responden tamatan SD sebanyak 12 responden atau (40 %), Sebagian besar responden tidak bekerja sebanyak 26 responden atau (86,7 %).
2. Sebelum dilakukan pendidikan kesehatan dengan menggunakan media video didapatkan hasil rata-rata jumlah kalori harian yang dikonsumsi oleh lansia dengan hipertensi sebesar 2470.07 Kkal.
3. Setelah dilakukan pendidikan kesehatan dengan menggunakan media video didapatkan hasil rata-rata jumlah kalori harian yang dikonsumsi oleh lansia dengan hipertensi sebesar 2328.97 Kkal sehingga terdapat penurunan jumlah kalori harian sejumlah 141.1 Kkal (5.71%), setelah diberikan video diet hipertensi pada lansia
4. Pendidikan Kesehatan dengan media video sangat berpengaruh pada kepatuhan diet hipertensi yang dilakukan oleh lansia dengan hasil terdapat penurunan jumlah kalori harian sejumlah 141.1 Kkal (5.71%), setelah diberikan video diet hipertensi pada lansia yang sebelumnya adalah sebesar 2470.07 Kkal.

### **Saran**

1. Bagi pihak Puskesmas Purwokerto Timur 2 diharapkan apabila sedang dilakukannya jadwal prolans tidak hanya pengecekan gula darah tetapi juga diberikannya informasi dan edukasi mengenai hipertensi dan diet hipertensi.
2. Bagi lansia hipertensi, diharapkan setelah dilakukan penelitian mengenai diet hipertensi, lansia dapat memiliki pola makan yang baik sesuai dengan diet DASH hipertensi, sehingga

kalori harian yang dihasilkan oleh lansia tersebut dapat terkontrol dengan baik, yang dapat memberikan pengaruh baik dalam upaya pengobatan hipertensi pada lansia

3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan setelah dilakukannya penelitian ini dapat dilakukan peneliti lebih lanjut dan kompleks mengenai kepatuhan diet hipertensi.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Azhari, M. H. (2017). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Makrayu Kecamatan Ilir Barat II Palembang. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1), 23–30. <https://doi.org/10.30604/jika.v2i1.29>
- Candra. (2018). Perbedaan Pemberian Buklet Hipertensi Dan Pendampingan Keluarga Pada Perubahan Asupan Makan Dan Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Puskesmas Gondokusuman 1. *Jurnal Kesehatan*, 6(6), 9–33. <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/1134/4/4.Chapter 2.pdf>
- Damayantie, N., Heryani, E., & Muazir, M. (2018). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Penatalaksanaan Hipertensi oleh Penderita di Wilayah Kerja Pskesmas Sekernan Ilir Kabupaten Muaro Jambi tahun 2018. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 5(3), 224–232. <https://doi.org/10.26699/jnk.v5i3.art.p224-232>
- Devi, H. M., & Putri, R. S. M. (2021). Peningkatan Pengetahuan dan Kepatuhan Diet Hipertensi melalui Pendidikan Kesehatan di Posyandu Lansia Tlogosuryo Kota Malang. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(2), 432. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i2.399>
- FANDINATA, S. S. (2021). pengaruh “Self reminder card” terhadap tingkat kepatuhan pasien dan keberhasilan terapi pada diabetes mellitus tipe II di puskesmas wilayah Surabaya. *SCIENTIA : Jurnal Farmasi Dan Kesehatan*, 11(1), 49. <https://doi.org/10.36434/scientia.v11i1.355>
- Ihwatun, S., Ginandjar, P., Saraswati, L. D., & Udiyono, A. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Pengobatan Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pudakpayung, Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 8(3), 352–359.
- Indriawati, R., & Usman, S. (2018). Pemberdayaan Masyarakat sebagai Upaya Deteksi Dini Faktor Risiko Hipertensi. *Jurnal Surya Masyarakat*, 1(1), 59. <https://doi.org/10.26714/jsm.1.1.2018.59-63>
- Induniasih. (2018). Promosi Kesehatan-Indun-Wahyu.Pdf.
- Kemenkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementerian Kesehatan RI, 53(9), 1689–1699.
- Kriswanto. (n.d.). Konsep,Proses,Aplikasi dalam Pendidikan Kesehatan.
- Kurniawati, & Wiwiek, W. (2019). PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP KEPATUHAN DIET PADA PENDERITA HIPERTENSI Kurniawati\*, Wiwiek Widiatie\*. 7(1), 1–7.

- Legi, N. N., Pasambuna, M., Purba, R. B., & Kasiati, O. (2019). Media Video Makanan Terhadap Pengetahuan Dan Kepatuhan Diet Serta Pengendalian Kadar Glukosa. *Dm*, 11(2), 81–87.
- Massi, G., Kallo, V., Studi, P., Keperawatan, I., Kedokteran, F., & Ratulangi, U. S. (2018). Efektifitas Pemberian Edukasi Dengan Metode Video Dan Focus Group Discussion (Fgd) Terhadap Tingkat Pengetahuan Pasien Dm Tipe 2 Di Klinikdiabetes Kimia Farma Husada Manado. *Jurnal Keperawatan*, 6(1), 1–6.
- NURMAYUNITA, M. (2019). PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA AUDIO VISUAL TERHADAP PERILAKU PERAWATAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI DUSUN BEJI WETAN SENDANGSARI PAJANGAN BANTUL YOGYAKARTA.
- Oktianti, D., Furdianti, N. H., & Karminingtyas, S. R. (2019). Pengaruh Pemberian Informasi Obat Dengan Media Video Terhadap Kepatuhan Minum Obat Pasien Hipertensi Di Ungaran. *Indonesian Journal of Pharmacy and Natural Product*, 2(2), 87–93. <https://doi.org/10.35473/ijpnp.v2i2.268>
- Pujasari, A. S., Susanto, H. S., & Udiyono, A. (2016). Faktor – Faktor Internal Ketidaktepatan Pengobatan Hipertensi Di Puskesmas Kedungmudu Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 3(3), 99–108.
- Suprayitno1, E. (2019). Gambaran Status Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Desa Karanganyar Kecamatan Kalianget Kabupaten Sumenep. *Journal Of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 4(2), 20–24. <https://doi.org/10.24929/jik.v4i2.799>
- Susanti, N., Qodariah, -, Harnani, Y., & Rasyid, Z. (2017). Efektifitas Leaflet Terhadap Pengetahuan Dan Mengatur Pola Makan Lansia Penderita Hipertensi Di Puskesmas Serasan Kabupaten Natuna. *Photon: Jurnal Sain Dan Kesehatan*, 7(02), 33–38. <https://doi.org/10.37859/jp.v7i02.500>
- Tindoan, R. (2018). Pengaruh Komunikasi, Informasi Dan Edukasi (Kie) Melalui Media Leaflet Dan Video Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Tentang Paparan Pornografi Di Smp Negeri 1 Sidamanik Kec.Sidamanik Kab. Simalunggin Tahun 2016. *Jumantik*, 3. No.1(1), 44–64. <http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/kesmas/article>
- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., Khan, N. A., Poulter, N. R., Prabhakaran, D., Ramirez, A., Schlaich, M., Stergiou, G. S., Tomaszewski, M., Wainford, R. D., Williams, B., & Schutte, A. E. (2020). 2020 International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines. *Hypertension*, 75(6), 1334–1357. <https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.120.15026>
- Utari, R., Sari, N., & Sari, F. E. (2021). Efektivitas Pendidikan Kesehatan perhadap Motivasi Diet Hipertensi Pada Lansia Hipertensi di Posyandu Lansia Desa Makarti Tulang Bawang Barat Tahun 2020. *Jurnal Dunia Kesmas*, 10(1), 136–144. <https://doi.org/10.33024/jdk.v10i1.3550>
- Yusri, M. A. (2021). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Dash (Dietary Approaches To Stop Hypertension) Menggunakan Media Video Dan Booklet Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Dash Pada Pasien Hipertensi. *Keperawatan STIKes Ngudia Husada Madura*, 1(1), 1–16.

- Zaenurrohmah, D. H. (2017). Hubungan pengetahuan dan riwayat hipertensi dengan tindakan pengendalian tekanan darah pada lansia. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 5(2017), 174–184. <https://doi.org/10.20473/jbe.v5i2.2017.174-184>
- Zulfiana Kartika. (2019). KTI Asuhan Keperawatan Pada Pasien Lansia Post Cva Dengan Masalah Keperawatan Hambatan Mobilitas Fisik Di Panti Sosial Tresna Werdha Magetan. Ponorogo: Universitas Muhammadiyah Ponorogo. *Sistem Otot*, 11(2), 1–21. <http://eprints.uanl.mx/5481/1/1020149995.PDF>