



Article

**EFEKTIVITAS PENDIDIKAN KESEHATAN DASH (*DIETARY APPROACHES TO STOP HYPERTENSION*) MENGGUNAKAN MEDIA VIDEO DAN *BOOKLET* TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG DASH PADA PASIEN HIPERTENSI**

Agus Priyanto<sup>1</sup>, Alvin Abdillah<sup>2</sup>, Mohammad Alfian Yusri<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Keperawatan Medikal Bedah, STIKes Ngudia Husada Madura, Bangkalan, Indonesia

<sup>2</sup>Keperawatan Gerontik, STIKes Ngudia Husada Madura, Bangkalan, Indonesia

<sup>3</sup>STIKes Ngudia Husada Madura, Bangkalan, Indonesia

SUBMISSION TRACK

Received: February 20, 2022  
Final Revision: March 05, 2022  
Available Online: March 16, 2022

KEYWORDS

**Pendidikan Kesehatan, DASH, Media Video, Media *Booklet*, & Pengetahuan**

CORRESPONDENCE

Phone: +6282301186199  
E-mail: [aguspriyantonthm@gmail.com](mailto:aguspriyantonthm@gmail.com)

**A B S T R A C T**

Hipertensi dipengaruhi oleh rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat terkait dengan diet DASH. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pendidikan kesehatan DASH menggunakan media video dan *booklet* terhadap tingkat pengetahuan tentang DASH yang lebih efektif terutama bagi pasien hipertensi.

Metode penelitian ini bersifat *Quasi-experimental Design* dengan pendekatan *Two Group Pre-Posttest Design*. Jumlah populasi 45 responden. Jumlah sampel 45 responden. Pengambilan sampel menggunakan tehnik *non-probability sampling* dengan metode *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan, media video dan *booklet*. Uji statistik yang digunakan adalah uji *wilcoxon* dan uji *one way/ANOVA* dengan nilai kemaknaan  $\alpha$  (0.05). Penelitian ini dilakukan di Dusun Manggis Desa Burneh Kecamatan Burneh Kabupaten Bangkalan pada Bulan Mei 2021

Hasil analisis tingkat pengetahuan pasien hipertensi tentang diet DASH sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan DASH menggunakan media video dan *booklet* menggunakan uji *wilcoxon* didapatkan hasil *p-value* (0.001)  $< \alpha$  (0.05). Dari hasil penelitian menggunakan uji *one way/ANOVA* didapatkan hasil bahwa tidak ada perbedaan antara kelompok yang diberikan

pendidikan kesehatan DASH menggunakan media video, media *booklet*, dan media video dan *booklet*, namun dari hasil analisis data didapatkan bahwa kelompok yang dilakukan pendidikan kesehatan tentang DASH menggunakan media video serta *booklet* lebih efektif dengan nilai signifikansi paling rendah (0.001).

Diharapkan responden dapat mengaplikasikan di kehidupan sehari-hari untuk mengatasi komplikasi hipertensi dengan cara diet DASH sesuai pedoman gizi, menerapkan pola hidup sehat, dan minum obat antihipertensi dengan rutin

## I. INTRODUCTION

Pola penyakit di Indonesia mengalami transisi epidemiologi selama dua dekade terakhir, yakni dari penyakit menular yang semula menjadi beban utama kemudian mulai beralih menjadi penyakit tidak menular. Kondisi ini semakin meningkat dan menjadi ancaman mulai pada usia muda. Penyakit tidak menular yang paling di perhatikan ialah hipertensi, kanker, diabetes melitus, dan penyakit paru obstruktif kronik (Kemenkes RI, 2015; dalam Sherli 2019). Tekanan darah tinggi atau Hipertensi adalah nilai sistolik lebih besar > 140 mmHg dan diastolik dengan 90 mmHg. Pengukuran dilakukan pada penduduk yang berusia lebih dari atau sama dengan 18 tahun. Pengukuran dapat dilakukan di dalam unit pelayanan kesehatan primer, pemerintahan swasta, di dalam maupun di luar gedung (Profil kesehatan Jatim, 2019).

*World Health Organization* (WHO) tahun 2017 mengatakan hipertensi merupakan salah satu yang menjadi peranan penting dalam timbulnya penyakit jantung dan stroke, dimana penyakit ini merupakan salah satu penyebab kematian dan kecacatan nomor satu di dunia. Lebih dari dua pertiga (70%) dari populasi global akan meninggal akibat menderita penyakit tidak menular seperti stroke, hipertensi, penyakit jantung, diabetes dan

kanker (Kemenkes RI, 2017). Hasil (Riskesdas, 2018) di Indonesia penderita hipertensi di atas 18 tahun menurut hasil pengukuran tekanan darah 34,11%, menurut diagnosis dokter atau minum obat 8,8% dan menurut diagnosa dokter 8,4% (Riskesdas, 2018). Jumlah estimasi kejadian hipertensi sekitar 11.952.694 penduduk, dengan proporsi laki-laki 48% dan perempuan 52%. Dari jumlah tersebut, yang mendapatkan pelayanan kesehatan penderita hipertensi sebesar 40,1% atau 4.792.862 penduduk (Profil kesehatan Jatim, 2019). Prevalensi penderita hipertensi di kabupaten bangkalan dari hasil pengukuran tekanan darah kepada 12,814 atau 1,88 % dari 682,014 penduduk didapatkan data penderita hipertensi 1,518 penduduk atau 11,8% dengan proporsi laki-laki 726 atau 12,4% dan perempuan 792 atau 11,1% (Profil kesehatan kabupaten Bangkalan, 2015).

Berdasarkan hasil studi pendauluan yang dilakukan pada 23 Februari 2021 di puskesmas Burneh kecamatan Burneh kabupaten Bangkalan didapatkan distribusi jumlah penderita hipertensi 3 bulan terakhir dengan sebanyak 1,463 sidari total jumlah penduduk. Bulan November sebanyak 490 penderita hipertensi dengan proporsi laki-laki sebanyak 240 dan perempuan sebanyak 250, pada bulan Desember sebanyak 445 penderita

hipertensi dengan proporsi laki-laki sebanyak 220 dan perempuan 225, pada bulan Januari 2021 sebanyak 528 penderita hipertensi dengan proporsi laki-laki sebanyak 245 dan perempuan sebanyak 283, berdasarkan data hipertensi di atas dapat disimpulkan bahwa penderita hipertensi masih terbilang cukup tinggi. Berdasarkan hasil wawancara dengan petugas puskesmas mengatakan bahwa tingkat pengetahuan masyarakat di desa Burneh tentang diet DASH dalam upaya mencegah dan mengontrol tekanan darah tinggi masih terbilang kurang karena memang jarang bahkan tidak pernah dilakukan penyuluhan pendidikan kesehatan tentang diet DASH dalam upaya pencegahan hipertensi.

Salah satu faktor yang mempengaruhi kurangnya pengetahuan pasien hipertensi tentang diet DASH dalam upaya menurunkan dan mengontrol tekanan darah adalah kurangnya sumber informasi tentang diet DASH, jarang dilakukannya pendidikan kesehatan khususnya tentang diet DASH untuk mengontrol tekanan darah, media yang digunakan dalam pendidikan kesehatan kurang efektif, pendekatan dalam penyampaian informasi, dan minimnya pengalaman untuk mengobati penyakit hipertensi di antaranya diet DASH. Pengetahuan yang kurang pada penderita disebabkan karena belum mendapatkan stimulus terhadap suatu objek yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan penderita (Notoatmodjo, 2011).

Dampak ketidaktahuan diet Hipertensi DASH menyebabkan penanganan hipertensi tidak tepat sehingga mengakibatkan pasien hipertensi lebih parah. Pentingnya penderita hipertensi mengetahui makanan yang dapat menurunkan tekanan darah, makanan yang dianjurkan, makanan yang perlu dibatasi dan makanan yang perlu dihindari agar penderita

hipertensi tidak mengalami komplikasi (Maryam, 2019).

Gerakan yang bisa dikondisikan untuk mengoptimalkan pengetahuan tentang diet DASH sebagai upaya mencegah terjadinya kondisi hipertensi yakni dengan dilakukannya pendidikan kesehatan tentang diet DASH. Dalam hal ini pendidikan kesehatan tentang diet DASH sangatlah penting bagi masyarakat yang mengalami hipertensi agar lebih mengerti dalam hal penanganan hipertensi dan bisa merubah pola hidupnya demi tercapainya hidup sehat. Semakin meningkatnya pengetahuan penderita tentang diet DASH akan mendorong seseorang untuk berperilaku yang lebih baik dalam mengontrol hipertensi sehingga tekanan darahnya tetap terkendali (Riana, 2014) dalam (Zaitun, 2020).

Salah satu tatalaksan dalam penanganan hipertensi adalah dengan memodifikasi asupan pola makan dengan mengikuti program *Dietary Approaches to Stop Hypertension* (DASH), mengkomsumsi tinggi sayuran dan buah-buahan, tinggi serat, susu rendah lemak, daging dan kacang-kacangan (Kumala, 2014: dalam (Irmaviani, 2019).

Menurut Notoatmodjo tahun 2014 pendidikan kesehatan merupakan salah satu upaya seseorang untuk menyampaikan pesan kesehatan kepada individu, keluarga, dan masyarakat sehingga mampu merubah perilaku seseorang. Salah satu pendidikan kesehatan adalah menggunakan Media video. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Ganjar Setiawan (2016) menunjukkan bahwa ada pengaruh pendidikan Kesehatan berupa video terhadap pengetahuan pengendalian hipertensi, Media video merupakan jenis media mengandung unsur suara dan unsur gambar yang bisa dilihat, misalnya rekaman video, film, *slide*, dan suara.

Selain itu, media *Booklet* juga efektif dalam mengoptimalkan tingkat pengetahuan

pasien hipertensi tentang informasi DASH pada pasien hipertensi. yang dilakukan oleh Irmaviani (2019). *Booklet* adalah buku kecil yang berisikan tidak lebih dari 24 lembar. Isi *booklet* harus jelas, tegas dan mudah dimengerti.

Beberapa penelitian menunjukkan ada pengaruh pemberian pendidikan kesehatan menggunakan media video (dengan nilai signifikansi hasil menunjukkan  $p = 0,014 < 0,05$ ) dan

Responden	Pre	Post
1	20	60
2	30	65
3	20	60
4	30	60
5	25	60
6	15	65
7	15	60
8	15	45
9	30	45
10	20	60
11	25	65
12	20	40
13	15	40
14	25	60
15	20	60
Positive ranks = 0		Uji wilcoxon
Negative ranks = 11		Z = -3.317
Ties = 4		Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,001

*booklet* (dengan skor pengetahuan sebesar 5,47 dari skor  $8,03 \pm 4,398$  saat *pretest* menjadi  $13,50 \pm 3,462$  pada saat *posttest*) terhadap perubahan pengetahuan pasien hipertensi khususnya tentang diet DASH. Sehingga diharapkan dengan penggabungan dua media ini semakin meningkatnya pengetahuan pasien hipertensi dalam hal diet DASH untuk mencegah terjadinya hipertensi.

Berdasarkan latar belakang tersebut di atas, peneliti tertarik untuk melakukan telaah mengenai efektivitas pendidikan kesehatan DASH (*dietary approaches to stop hypertension*) menggunakan media video dan *booklet* terhadap tingkat pengetahuan tentang DASH pada pasien hipertensi Di Desa Burneh

Wilayah Kerja Puskesmas Burneh kecamatan burneh kabupaten Bangkalan.

## II. METHODS

Desain pada penelitian ini menggunakan *Quasi-Experimental design* dengan pendekatan *two group pretest-posttest*. Analisis data menggunakan uji wilcoxon dan uji one way / ANOVA. Populasi pada penelitian ini adalah penderita hipertensi di Dusun Manggis Desa Burneh Wilayah Kerja Puskesmas Burneh Kecamatan Burneh Kabupaten Bangkalan. Pengambilan sampel menggunakan teknik *non probability purposive sampling*.

## III. RESULT

**Perbedaan tingkat pengetahuan pasien hipertensi sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan DASH menggunakan media video pada bulan Mei 2021**

*Tabel 1*

Berdasarkan tabel 1 di atas menggunakan uji *wilcoxon* didapatkan hasil bahwa ada perbedaan tingkat pengetahuan pada pasien hipertensi sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang DASH menggunakan media video dengan hasil sign  $0,001 < \alpha 0,05$  sehingga H1 diterima artinya terdapat perbedaan tingkat pengetahuan pada pasien hipertensi tentang DASH setelah diberikan tindakan pendidikan kesehatan menggunakan media video.

**Perbedaan tingkat pengetahuan pasien hipertensi sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan DASH menggunakan media *booklet* pada bulan Mei 2021**

**Tabel 2**

Berdasarkan tabel 2 di atas menggunakan uji *wilcoxon* didapatkan hasil bahwa ada perbedaan tingkat pengetahuan pada pasien hipertensi setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang DASH menggunakan media *booklet* dengan hasil sig 0,003 <  $\alpha$  0,05 sehingga H1 diterima artinya ada perbedaan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan DASH menggunakan media *booklet*.

**Perbedaan tingkat pengetahuan pasien hipertensi sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan DASH menggunakan media video dan *booklet* pada bulan mei 2021**

**Tabel 3**

Responden	Pre	Post
1	20	60
2	30	65
3	15	50
4	15	55
5	10	55
6	20	60
7	25	70
8	20	65
9	20	60
10	30	65
11	25	70
12	15	65
13	15	65
14	10	60
15	10	55
Positive ranks = 0	Uji wilcoxon	
Negative ranks = 12	Z = -3.464	
Ties = 3	Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,001	

Berrdasarkan tabel 3 di atas

Responden	Pre	Post
1	20	60
2	15	45
3	20	65
4	20	60
5	20	65
6	15	60
7	10	40
8	10	45
9	10	40
10	15	65
11	25	65
12	25	70
13	25	60
14	20	45
15	15	40
Positive ranks = 0	Uji wilcoxon	
Negative ranks = 9	Z = -3.000	
Ties = 6	Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,003	

menggunakan uji *wilcoxon* didapatkan hasil bahwa ada perbedaan tingkat pengetahuan pada pasien hipertensi setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang DASH menggunakan media video dan *booklet* dengan hasil sig 0,001 <  $\alpha$  0,05 sehingga H1 diterima artinya ada perbedaan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan DASH menggunakan media video dan *booklet*.

**Perbedaan efektivitas pendidikan kesehatan DASH antara kelompok yang diberikan media video, kelompok yang diberikan media *booklet*, dan kelompok yang diberikan media video dan *booklet*.**

**Tabel 4**

Berdasarkan tabel 4 atas menggunakan uji *one way*/ANOVA didapatkan hasil bahwa tidak ada perbedaan efektifitas pendidikan kesehatan DASH antara kelompok yang menggunakan media video, kelompok yang menggunakan media *booklet*, dan kelompok yang menggunakan media video dan *booklet* dengan nilai signifikansi  $0,495 > \alpha 0,05$  pada kelompok yang menggunakan media video,  $0,440 > \alpha 0,05$  pada kelompok yang menggunakan media *booklet*, dan  $0,110 > \alpha 0,05$  pada kelompok yang menggunakan media video dan *booklet*. Jika nilai signifikansi  $< 0,05$  maka rata-rata berbeda atau H1 diterima dan H0 ditolak sebaliknya jika nilai signifikansi  $> 0,05$  maka rata-rata sama atau H1 ditolak dan H0 diterima, dari uraian tersebut dapat diartikan

nilai rata-rata yang diperoleh adalah rata-rata sama atau H0 diterima dan H1 ditolak karna nilai signifiaknsi  $> \alpha 0,05$

Responde n	Kelompo k video post	Kelompo k booklet Post	Kelomopok video+vbookle t post
1	60	60	60
2	65	45	64
3	60	65	50
4	60	60	55
5	60	65	55
6	65	60	60
7	60	40	70
8	45	45	65
9	45	40	60
10	60	65	65
11	65	65	70
12	40	70	65
13	40	60	65
14	60	45	60
15	60	40	55

  

Sig =	Sig =	Sig = 0,110
0,495	0,440	

**IV. DISCUSSION**

**5.1 Perbedaan tingkat pengetahuan pasien hipertensi sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan DASH menggunakan media video di Dusun Manggisian Desa Burneh wilayah kerja Puskesmas Buneh Kecamatan Burneh kabupaten Bangkalan**

Berdasarkan hasil penelitian dari 15 responden setelah dilakukan perhitungan menggunakan uji *wilxocon* terdapat perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan DASH menggunakan media video. Pada saat

dilakukan *pretest* diperoleh data semua responden sebanyak 15 responden memiliki pengetahuan dengan kategori kurang. Setelah diberikan intervensi pendidikan kesehatan DASH menggunakan media video didapatkan 11 responden yang mengalami peningkatan pengetahuan tentang diet DASH dengan kategori cukup dan 4 responden dengan kategori kurang.

Media video merupakan salah satu media yang dapat difungsikan dalam menyampaikan pesan berupa pendidikan kesehatan mengenai diet DASH dalam pencegahan hipertensi. Media video yakni jenis media mengandung unsur suara dan juga gambar yang bisa dilihat, misalnya rekaman video, film, *slide*, dan

suara (G. Setiawan, 2016). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Setiawan, (2016) menyatakan ada pengaruh sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan metode audio visual (video) terhadap tingkat pengetahuan pengendalian hipertensi pada lansia di desa Tumut Sumber sari.

Peneliti berpendapat bahwa perubahan tingkat pengetahuan pada kelompok yang diberikan media video adalah karena media video memiliki kelebihan tersendiri dan lebih menarik dan berefek bagi responden untuk disimak dan didengarkan karena pendidikan kesehatan DASH menggunakan media video melibatkan indera penglihatan dan indera pendengaran yang dapat mengoptimalkan penerimaan informasi tentang kesehatan pada responden yang mengalami hipertensi.

## **5.2 Perbedaan tingkat pengetahuan pasien hipertensi sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan DASH menggunakan media booklet di Dusun Manggis Desa Burneh wilayah kerja Puskesmas Buneh Kecamatan Burneh Kabupaten Bangkalan**

Berdasarkan hasil penelitian dari 15 responden setelah dilakukan perhitungan menggunakan uji *wilcoxon* terdapat perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan DASH menggunakan media *booklet*. Pada saat dilakukan *petest* didapatkan data semua responden sebanyak 15 responden memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori kurang. Setelah diberikan intervensi pendidikan kesehatan DASH menggunakan media *booklet* didapatkan sebanyak 9 responden mengalami peningkatan pengetahuan tentang diet DASH dengan kategori cukup dan 6 responden dengan kategori kurang.

*Booklet* merupakan sebuah buku kecil yang terdiri dari tidak lebih dari 24 lembar. Isi *booklet* harus jelas, tegas dan mudah dimengerti. Ukuran *booklet* biasanya bervariasi mulai dari tinggi 8 cm sampai dengan 13 cm (Supriasa, 2012) dalam (Irmaviani, 2019). Adanya perbedaan pengetahuan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan *booklet* informasi DASH untuk pasien hipertensi mengindikasikan bahwa pendidikan kesehatan mengenai informasi DASH dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat. Hal ini dikarenakan metode dan alat bantu yang digunakan cukup tepat dan didukung oleh observasi yang dilakukan terhadap pasien hipertensi untuk membaca isi *booklet*.

Kualitas tingkat pengetahuan seseorang bisa disebabkan oleh tingkat Pendidikan seseorang. Tingkat pengetahuan responden hamper dari setengahnya adalah sekolah dasar (SD) dengan presentase (44,4%). Tingkat pengetahuan responden memang rendah dimana kehidupan orang di desa masih jarang bersekolah hingga tamat pada jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Keterbatasan pendidikan bisa berpengaruh terhadap perilaku pola hidup sehat seseorang. Semakin baik pemahaman pasien tentang hipertensi akan berpengaruh pada cara seseorang menyikapi dirinya agar mengurangi potensi tingginya tekanan darah pada dirinya. Kurangnya pengetahuan berdampak pada respon seseorang dalam merawat dirinya sendiri (Palimbong, 2018 : dalam Irmaviani, 2019).

Peneliti berpendapat bahwa perubahan tingkat pengetahuan pada responden yang mengalami hipertensi tentang diet DASH dalam pendidikan kesehatan menggunakan media *booklet* adalah karena media *booklet* merupakan suatu media pembelajaran yang simpel dan relevan yang mudah dan menarik bagi responden untuk dipahami, selain itu

*booklet* yang diberikan bias dibaca kembali oleh responden saat berada di rumah dan saat bersantai, sehingga responden tidak mudah lupa dengan materi yang ada di dalam media *booklet* tersebut.

### **5.3 Perbedaan tingkat pengetahuan pasien hipertensi sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan DASH menggunakan media video dan booklet di Dusun Manggis Desa Burneh wilayah kerja Puskesmas Buneh Kecamatan Burneh Kabupaten Bangkalan**

Berdasarkan hasil penelitian dari 15 responden setelah dilakukan perhitungan menggunakan uji *wilcoxon* terdapat perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan DASH menggunakan media video dan *booklet*. Pada saat dilakukan pretest didapatkan bahwa semua responden sebanyak 15 responden memiliki pengetahuan dengan kategori kurang. Setelah diberikan intervensi pendidikan kesehatan DASH menggunakan media video dan *booklet* didapatkan hasil sebanyak 12 responden mengalami peningkatan pengetahuan tentang diet DASH.

Media video dan *Booklet* adalah salah satu media yang dapat digunakan dalam pemberian pendidikan kesehatan mengenai diet DASH dalam pencegahan hipertensi. (Supriasa, 2012).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (B. Setiawan et al., 2021) kepada 123 responden menunjukkan hasil sebelum dilakukan intervensi sebanyak 47 responden (38,2%) memiliki pengetahuan yang baik dan sebanyak 76 responden (61,8%) memiliki pengetahuan yang kurang baik mengenai hipertensi. Setelah dilakukan intervensi menunjukkan hasil sebanyak 108 responden (87,8%) mengalami peningkatan pengetahuan

dengan kategori baik, dan sebanyak 15 responden (12,2%) memiliki pengetahuan yang kurang baik.

Peneliti berpendapat bahwa perubahan tingkat pengetahuan pada responden yang diberikan pendidikan kesehatan DASH menggunakan media video dan *booklet* selain karena kedua media yang diberikan dan materi yang mudah dipahami adalah karena perpaduan antara dua media yang diberikan yaitu media video dan *booklet* keduanya sama-sama efektif dalam peningkatan pengetahuan responden. Jadi, ketika responden yang diberikan pendidikan kesehatan DASH menggunakan media video sudah mengalami peningkatan pengetahuan karena penginderaan penglihatan dan pendengarannya maka akan lebih bertambah lagi pengetahuan responden ketika ditambah dengan pendidikan kesehatan DASH menggunakan media *booklet* yang mana media ini juga efektif dalam meningkatkan pengetahuan responden tentang diet DASH dan memang media ini juga sering digunakan sebagai media penyampai informasi-informasi kesehatan.

### **5.4 Perbedaan efektifitas antara media video, booklet, dan video dan booklet dalam pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan pasien hipertensi tentang diet DASH di Dusun Manggis Desa Burneh Wilayah Kerja Puskesmas Buneh Kecamatan Burneh Kabupaten Bangkalan**

Berdasarkan hasil penelitian menggunakan uji *one way/ANOVA* setelah dilakukan intervensi pada kelompok yang diberikan pendidikan kesehatan DASH menggunakan media video didapatkan nilai signifikansi = 0,945 >  $\alpha = 0,05$ , kelompok yang diberikan pendidikan kesehatan DASH



menggunakan media *booklet* dengan nilai signifikansi =  $0,440 > \alpha = 0,005$ , dan kelompok yang diberikan pendidikan kesehatan DASH menggunakan media video dan *booklet* dengan nilai signifikansi =  $0,110 > \alpha = 0,005$ . Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan efektifitas antara media video, media *booklet*, dan media video dan *booklet* dalam peranannya sebagai media pendidikan kesehatan DASH. Namun dari hasil tersebut untuk nilai signifikansinya lebih tinggi pada kelompok yang diberikan intervensi perpaduan pendidikan kesehatan DASH menggunakan media video dan *booklet*.

Hasil penelitian yang dilakukan Setiawan, (2016) ada pengaruh sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan metode audio visual (video) terhadap pengetahuan pengendalian hipertensi pada lansia di desa Tumut Sumber sari Mayudan Sleman, dengan nilai signifikansi P value =  $0,014 < 0,05$ .

Media Video yang digunakan dengan tepat dan didukung oleh observasi yang dilakukan terhadap pasien hipertensi untuk membaca isi *booklet*. Hasil penelitian yang dilakukan oleh ( B. Setiawan et al., 2021) kepada 123 responden menunjukkan hasil sebelum dilakukan intervensi sebanyak 47 responden (38,2%) memiliki pengetahuan yang baik dan sebanyak 76 responden (61,8%) memiliki pengetahuan yang kurang baik mengenai hipertensi. Setelah dilakukan intervensi menunjukkan hasil sebanyak 108 responden (87,8%) mengalami peningkatan pengetahuan dengan kategori baik, dan sebanyak 15 responden (12,2%) memiliki pengetahuan yang kurang baik.

Peneliti berpendapat bahwa tidak ada perbedaan efektivitas pada semua kelompok intervensi karena semua media yang diberikan dalam pendidikan kesehatan sama-sama efektif dalam peningkatan pengetahuan

pasien hipertensi tentang diet DASH. Secara teori jika hasil *p-value* lebih besar dari nilai  $\alpha$  (0,005) maka rata-rata sama artinya H1 ditolak dan H0 diterima yakni tidak ada perbedaan efektifitas dari semua intervensi yang diberikan antar media video, media *booklet*, dan media video dan *booklet*

## V. CONCLUSION

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

- Ada perbedaan tingkat pengetahuan pasien hipertensi tentang diet DASH sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan DASH menggunakan media video di Dusun Manggis Desa Burneh Wilayah Kerja Puskesmas Burneh Kecamatan Burneh Kabupaten Bangkalan.
- Ada perbedaan tingkat pengetahuan pasien hipertensi tentang diet DASH sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan DASH menggunakan media *booklet* di Dusun Manggis Desa Burneh Wilayah Kerja Puskesmas Burneh Kecamatan Burneh Kabupaten Bangkalan.
- Ada perbedaan tingkat pengetahuan pasien hipertensi tentang diet DASH sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan DASH menggunakan media video dan *booklet* di Dusun Manggis Desa Burneh Wilayah Kerja Puskesmas Burneh Kecamatan Burneh Kabupaten Bangkalan.
- Tidak ada perbedaan efektifitas antara media video, *booklet*, dan video dan *booklet* dalam pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan pasien hipertensi tentang diet DASH di Dusun Manggis Desa Burneh Wilayah Kerja Puskesmas Burneh Kecamatan Burneh Kabupaten Bangkalan.

## 6.1 Saran

Setelah mengetahui hasil dari penelitian ini, peneliti memberikan saran sebagai berikut:

### 6.1.1 Saran secara teoritis

- a. Bagi institusi pendidikan  
Sebagai bahan referensi tambahan untuk meningkatkan efektivitas fungsi dan peran pembimbing akademik.
- b. Bagi peneliti selanjutnya  
Hasil peneliti ini dapat dijadikan tambahan informasi dan literatur melalui media-media sebagai alat dalam pendidikan kesehatan bagi peneliti selanjutnya.

### 6.1.2 Saran secara praktis

- a. Bagi mahasiswa  
Diharapkan skripsi ini dapat memberikan tambahan informasi ilmiah dalam mengoptimalkan penyampaian pendidikan kesehatan dengan memanfaatkan media video dan *booklet* terhadap peningkatan

pengetahuan pada pasien yang mengalami hipertensi.

- b. Bagi institusi  
Diharapkan skripsi ini dapat memberikan tambahan referensi tentang pemilihan media pendidikan kesehatan yang lebih inovatif sebagai upaya peningkatan pengetahuan bagi peneliti selanjutnya.
- c. Bagi praktisi  
Diharapkan responden dapat mengaplikasikan di kehidupan sehari-hari dengan cara mengikuti anjuran petugas kesehatan setempat. Beberapa cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi komplikasi hipertensi diantaranya yaitu diet makanan sehat sesuai pedoman gizi, diet yang dimaksud yaitu diet DASH, menerapkan pola hidup sehat, dan minum obat antihipertensi dengan rutin.

## REFERENCES

- Alitamir. (2018). Bagian : *Nilai Sosial, Pemerataan Beban Manfaat, Potensi Manfaat Dan Resiko, Bujukan (Inducement)*. <https://www.alitamir.com201810227-standar-menilai-kelayakan-etik-protokol-penelitian-kesehatan>
- A Priyanto, A Abdillah, T Zaitun (2021). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Hipertensi Terhadap Tingkat Pengetahuan Hipertensi Menggunakan Media Poster dan Audio Visual Pada Pasien Hipertensi*
- pengetahuan pada pasien yang mengalami hipertensi.
- <https://stikes-nhm.e-journal.id/NU/article/view/128>
- Azizah, Lilik Ma'rifatul., 2011. *Keperawatan Lanjut Usia. Ed. 1. Graha ilmu*
- Bektiani, S. E. (2018). Manajemen pemenuhan kebutuhan nutrisi bagi keluarga dengan klien hipertensi melalui penerapan pendidikan kesehatan diit dash di puskesmas sewon II. *Jur.Keperawatan, Politeknik Kemenkes Yogyakarta*, 1–179.
- Chiu, S., Bergeron, N., Williams, P. T., Bray, G. A., Sutherland, B., & Krauss, R. M.(2016). *Comparison of the DASH (Dietary Approaches to Stop*

- Hypertension) diet and a higher-fat DASH diet on blood pressure and lipids and lipoproteins: a randomized controlled trial—3. The American journal of clinical nutrition, 103(2), 341-347*
- Goleman et al., 2019. (2019). Bab II Tinjauan Pustaka a. *Journal of Chemical Information and Modeling, 53(9), 1689–1699.*
- Hanik, Umi. 2018. “*Skripsi Pengaruh Senam Ergonomik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Yang Mengalami Hipertensi (Studi Di Posyandu Lansia Desa Jabon Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang).*” *Jurnal Keperawatan (9): 1366.* <http://repo.stikesicme-jbg.ac.id/id/eprint/516>.
- Hapsari, D. P. (2016). *Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Manajemen Hipertensi: Aktivitas Fisik dan Diet DASH Penderita Hipertensi di Desa Salamrejo.* 128.
- Irmaviani, S. (2019). *Efektivitas Media Booklet Tentang Informasi Dash (Dietary Approaches To Stop Hypertension) Pada Pasien Hipertensi.* <http://repository.unmuhpnk.ac.id/970/>
- Maimuna. (2019). *Efektivitas Kombinasi Pemberian Aromaterapi Lemon (Citrus Lemon) Dan Distraksi Terapi Musik Klasik (Mozart) Terhadap Penurunan Intensitas Skala Nyeri Pada Ibu Post Sectio Caesarea. Bagian : Nilai Ilmiah.*
- Maulida. (2018). 濟無No Title No Title No Title. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents, 7–46.*
- M Lutfi, L Fauziah, A Abdillah (2020) Hubungan Antara Diet Tinggi Serat Dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Bangkalan <https://stikes-nhm-e-journal.id/NU/article/view/142>
- Niken Ayuk P U, N. (2020). *Hubungan pengetahuan tentang diet DASH (Dietary Approach To Stop Hypertension) dengan tingkat hipertensi di posbindu seroja bekonang kecamatan mojolaban* (Doctoral dissertation, Universitas Kusuma Husada).[https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as\\_sdt=0%2C5&q=niken+ayuk%2C+dash&btnG](https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=niken+ayuk%2C+dash&btnG)
- Notoatmodjo, S., 2010. *Ilmu Perilaku Kesehatan.* Jakarta : Rineka Cipta \_\_\_\_\_ 2014. *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni.* Jakarta: Rineka Cipta. \_\_\_\_\_ (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan.* [http://repo.unikadelasalle.ac.id/index.php?p=show\\_detail&id=9271&keywords](http://repo.unikadelasalle.ac.id/index.php?p=show_detail&id=9271&keywords)

- \_\_\_\_\_ (2014). *Promosi kesehatan dan ilmu perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nursalam. (2011). *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Edisi 11. Jakarta : Salemba Medika.*
- \_\_\_\_\_ (2008)., *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Peoman Skripsi, Tesis Dan Instrumen Penelitian Keperawatan, Jakarta, Salemba Medika.*  
<https://scholar.google.com/citations?user=SfIVStsAAAJ&hl=id&oi=sra>. Dalam Faisah, N. (2017). *Pengaruh Senam Ergonomik Terhadap Penurunan Tekanan Darah MAP Pada Lansia Dengan Hipertensi.*
- Pramana. (2019). 濟無No Title No Title No Title. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents.*
- Roza Agustin, R. A. (2019). *Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Lubuk Buaya Tahun 2019* (Doctoral Dissertation, Stikes Perintis Padang).
- Salsabila, R. (2019). *Analisis Penerapan Dietary Approaches to Stop Hypertension (DASH) pada Penderita Hipertensi.* <https://doi.org/10.31227/osf.io/j7spb>
- Saputri, K. A. (2016). Perbedaan Efektivitas Jus Mentimun dan Jus Tomat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Desa Sokawera Kec. Patikraja Banyumas. *Keperawatan FIK UMP*, 2(2010), 13–37. [http://repository.ump.ac.id/952/4/KURNIA APRYANI SAPUTRI BAB II.pdf](http://repository.ump.ac.id/952/4/KURNIA%20APRYANI%20SAPUTRI%20BAB%20II.pdf)
- Setiawan, A. B., Sulistya, D. I., Loka, A., Wardani, K., & Firdaus, S. R. (2021). *Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi dengan Media Video dan Poster di Desa Kaliancar.* 178–190.
- Setiawan, G. (2016). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Metode Audio Visual terhadap Pengetahuan Pengendalian Hipertensi pada Lansia di Desa Tumut Sumbersari Moyudan Sleman.* 3.
- Sugiyono., 2018. *Metodologi Penelitian. Ed. 28*
- Utami. (2018). *the Correlation Between Diet Dash ( Dietary Approaches To Stop Hypertension ) and Hypertension Levels Knowledge in Posbindu Seroja Bekonang Sub-District Mojolaban.* 51.
- Yuvalianda. (2019). *Bagian : Analisis Deskriptif.* <https://www.yuvalianda.com/ataustatistik-deskriptif/>.
- Zaitun, T. (2020). Bab 1 pendahuluan. *PERBEDAAN EFEKTIFITAS MEDIA POSTER DAN MEDIA AUDIO VISUAL VIDEO*

*TERHADAP PENGETAHUAN  
PENDERITA HIPERTENSI,  
2020, 1–6.  
[http://library.oum.edu.my/reposi  
tory/725/2/Chapter\\_1.pdf](http://library.oum.edu.my/repository/725/2/Chapter_1.pdf)*

\_\_\_\_\_ (2020). Bab 3 metode  
penelitian. *Journal of Chemical  
Information and Modeling*,  
53(9), 1689–1699.

## BIOGRAPHY

### First Author

Agus Priyanto, S.Kep.,Ns, M.A.P, M.Kep. Lahir di Sampang 06 Agustus 1990, mengawali pendidikan Keperawatan di Program Studi S1 Keperawatan dan Pendidikan Ners di STIKes Ngudia Husada Madura pada tahun 2009-2015 kemudian mendapatkan gelar Magister Administrasi Publik di Universitas 17 Agustus Surabaya tahun 2016 dan juga mendapatkan Gelar Magister Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Jakarta tahun 2017. Kemudian diangkat menjadi Dosen tetap Keperawatan di STIKes Ngudia Husada Madura (September 2017) dengan tugas tambahan sebagai keanggotaan dari kemahasiswaan dan menjadi Koordinator Alumni STIKes Ngudia Husada Madura. Selain itu Penulis juga merupakan Aktivistis Uji Kompetensi Ners Indonesia (Pengawas Pusat) dan pernah berperan dalam keikutsertaan Item Development dan Item Review baik Lokal, Regional maupun Nasional. Email : [aguspriyantohm@gmail.com](mailto:aguspriyantohm@gmail.com)

### Second Author

Alvin Abdillah, S.Kep.,Ns, M.A.P, M.Kep. Lahir di Bangkalan 25 Januari 1990, mengawali pendidikan Keperawatan di Program Studi S1 Keperawatan dan Pendidikan Ners di STIKes Ngudia Husada Madura pada tahun 2008 - 2013 kemudian mendapatkan gelar Magister Administrasi Publik di Universitas 17 Agustus Surabaya tahun 2016 dan juga mendapatkan Gelar Magister Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Jakarta tahun 2017. Kemudian diangkat menjadi Dosen tetap Keperawatan di STIKes Ngudia Husada Madura (September 2016) dengan tugas tambahan sebagai keanggotaan dari kemahasiswaan dan menjadi Koordinator Unit Kegiatan Mahasiswa STIKes Ngudia Husada Madura. Serta Baru-baru ini menjabat sebagai ketua KEPK (komisi etik penelitian kesehatan) STIKes Ngudia Husada Madura. Selain itu Penulis juga merupakan PIC (person in charge) / penanggung jawab sinersi mobile di STIKes Ngudia Husada Madura dan pernah berperan dalam keikutsertaan Item Development dan Item Review Lokal. Email : [alvinabdillah1@gmail.com](mailto:alvinabdillah1@gmail.com)

### Third Author

Mohammad Alfian Yusri, S.Kep lahir di Pamekasan 26 05 1998, mengawali pendidikan di SDN Pangereman 01 Batu Marmar, lalu lanjut ke Menengah Pertama di SMP Al- miftah terpadu dan Menengah Akhir di SMA Al-Miftah 01 Pamekasan PP. Miftahul Ulum panyeppeen. Pada tahun 2017 melanjutkan pendidikannya di STIKes ngudia husada dg program studi S1 Keperawatan dan pada tahun 2021 melanjutkan pendidikan Profesi Ners di Stikes Ngudia Husada Madura. Email : [alfianyusri2017@gmail.com](mailto:alfianyusri2017@gmail.com)