



## Pengaruh Pemberian Edukasi Menggunakan Media Video Terhadap Pengetahuan Pola Makan Pada Lansia Prolanis Hipertensi di Puskesmas Ciwaruga

Mila Maryani <sup>1\*</sup>, Istianah <sup>2</sup>, Arieni Ramadhan <sup>3</sup>, Tonika Tohri <sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Departemen Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Institut Kesehatan Rajawali, Bandung, Indonesia

### ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis yang banyak terjadi pada lansia dan dapat menimbulkan komplikasi serius apabila tidak dikelola dengan baik. Salah satu faktor penting dalam pengendalian hipertensi adalah penerapan pola makan yang tepat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi menggunakan media video terhadap pengetahuan pola makan pada lansia Prolanis hipertensi di Puskesmas Ciwaruga. Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimental dengan pendekatan one group pretest–posttest. Sampel berjumlah 51 lansia hipertensi yang diambil menggunakan teknik total sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan pola makan dan dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test. Sebelum diberikan edukasi, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori kurang sebanyak 26 orang (51.0%), cukup 19 orang (37.3%), dan baik 6 orang (11.8%). Setelah diberikan edukasi media video, terjadi peningkatan dimana mayoritas responden berada dalam kategori pengetahuan baik sebanyak 48 orang (92.3%) dan cukup 3 orang (5.8%), serta tidak terdapat lagi kategori kurang. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai  $p < 0.001$  ( $p < 0.05$ ), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Edukasi menggunakan media video berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan pola makan pada lansia Prolanis hipertensi.

**Kata Kunci:** Edukasi, Hipertensi, Lansia, Media Video, Pengetahuan, Pola Makan

### ABSTRACT

*Hypertension is one of the most common chronic diseases among the elderly and may lead to serious complications if not properly managed. One of the key factors in hypertension control is the implementation of an appropriate dietary pattern. This study aimed to determine the effect of video-based education on dietary knowledge among elderly Prolanis hypertension patients at Puskesmas Ciwaruga in 2026. This study employed a pre-experimental design with a one-group pretest–posttest approach. The sample consisted of 51 elderly patients with hypertension selected using a total sampling technique. Data were collected using a dietary knowledge questionnaire and analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test. Before the educational intervention, most respondents had poor knowledge (26 respondents; 51.0%), moderate knowledge (19 respondents; 37.3%), and good knowledge (6 respondents; 11.8%). After receiving video-based education, there was a significant improvement, with the majority of respondents categorized as having good knowledge (48 respondents; 92.3%) and moderate knowledge (3 respondents; 5.8%), with no respondents remaining in the poor category. The Wilcoxon test result showed  $p < 0.001$  ( $p < 0.05$ ), indicating a statistically significant difference between knowledge levels before and after the intervention. Video-based education has a significant effect on improving dietary knowledge among elderly Prolanis patients with hypertension.*

**Keywords:** Dietary Pattern, Education, Elderly, Hypertension, Knowledge, Video Media

Koresponden:

Nama : Mila Maryani  
Alamat : Bandung  
No. Hp : +62 831-1250-2982  
e-mail : milaamaryanii123@gmail.com

## PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskular yang paling banyak terjadi pada kelompok usia lanjut dan menjadi masalah kesehatan masyarakat baik secara global maupun nasional [1,2]. Berdasarkan pedoman terbaru, hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah sistolik  $\geq 130$  mmHg dan/atau tekanan darah diastolik  $\geq 80$  mmHg menurut American College of Cardiology/American Heart Association (ACC/AHA), meskipun beberapa pedoman lain seperti European Society of Cardiology (ESC) masih menggunakan ambang  $\geq 140/90$  mmHg sebagai batas diagnosis klinis dalam praktik tertentu [3,4]. Perbedaan klasifikasi ini menunjukkan bahwa hipertensi merupakan kondisi yang dinamis dalam perkembangan pedoman klinis internasional.

Menurut World Health Organization (WHO), diperkirakan terdapat sekitar 1,28 miliar orang dewasa di seluruh dunia yang hidup dengan hipertensi pada usia 30–79 tahun, dan sebagian besar berada di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Namun, hanya sekitar 42% yang terdiagnosis dan lebih sedikit lagi yang mendapatkan pengobatan serta kontrol tekanan darah yang adekuat. Kondisi ini menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi tantangan besar dalam sistem kesehatan global, terutama karena sifatnya yang sering tidak bergejala namun berisiko tinggi terhadap komplikasi fatal [5].

Di Indonesia, hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi pada penduduk usia  $\geq 18$  tahun mencapai 34,1%, dan meningkat seiring bertambahnya usia. Pada kelompok lanjut usia, angka kejadian hipertensi bahkan dapat melebihi 60% karena adanya proses degeneratif pada sistem kardiovaskular. Data tersebut menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi salah satu masalah kesehatan utama yang membutuhkan upaya pengendalian berkelanjutan di tingkat nasional [6][7].

Seiring bertambahnya usia, elastisitas pembuluh darah mengalami penurunan sehingga lansia lebih rentan mengalami peningkatan tekanan darah kronis. Kondisi ini tidak hanya meningkatkan angka morbiditas, tetapi juga berkontribusi besar terhadap risiko komplikasi seperti stroke, penyakit jantung koroner, dan gagal ginjal apabila tidak dikendalikan secara optimal [8].

Lansia merupakan kelompok usia  $\geq 60$  tahun sebagaimana dikategorikan oleh World Health Organization (WHO), yang membagi lansia menjadi beberapa rentang usia, mulai dari elderly (60–74 tahun) hingga very old ( $>90$  tahun). Pada fase ini terjadi berbagai perubahan fisiologis, terutama pada sistem kardiovaskular, seperti penurunan elastisitas aorta, peningkatan kekakuan pembuluh darah, serta penurunan kemampuan jantung dalam beradaptasi terhadap stres. Perubahan tersebut menyebabkan lansia lebih mudah mengalami hipertensi dan lebih sulit mencapai kontrol tekanan darah yang stabil dibandingkan kelompok usia lebih muda [9].

Salah satu faktor risiko yang dapat dimodifikasi dalam pengendalian hipertensi adalah pola makan. Konsumsi tinggi natrium, lemak jenuh, gula, serta makanan olahan seperti mie instan dan makanan cepat saji berkontribusi terhadap peningkatan tekanan darah. Pada lansia, kebiasaan makan sering kali dipengaruhi oleh preferensi lama, keterbatasan informasi, serta penurunan fungsi sensori seperti pengecap dan penciuman, sehingga cenderung memilih makanan dengan rasa lebih kuat. Rendahnya pengetahuan mengenai diet hipertensi menyebabkan pengelolaan penyakit menjadi kurang optimal dan meningkatkan risiko terjadinya komplikasi [10,11].

Pendidikan kesehatan menjadi salah satu intervensi penting dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran lansia mengenai pola makan sehat. Dalam praktik keperawatan komunitas, edukasi tidak hanya bertujuan memberikan informasi, tetapi juga mendorong perubahan sikap dan perilaku kesehatan. Namun demikian, proses pembelajaran pada lansia memerlukan pendekatan khusus karena adanya penurunan fungsi kognitif, daya ingat, serta kemampuan konsentrasi. Oleh sebab itu, pemilihan media edukasi yang tepat sangat menentukan keberhasilan penyampaian informasi [12].

Media video sebagai bentuk media audiovisual dinilai efektif dalam meningkatkan pemahaman karena menggabungkan unsur visual dan audio secara simultan. Penyajian informasi secara konkret, menarik, dan mudah diingat membantu lansia memahami materi secara lebih baik dibandingkan metode ceramah konvensional. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa edukasi menggunakan media video mampu meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan diet pada penderita hipertensi secara signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa inovasi media dalam pendidikan kesehatan memiliki potensi besar untuk mendukung pengendalian penyakit kronis di masyarakat.

Puskesmas Ciwaruga sebagai fasilitas pelayanan kesehatan primer di Kecamatan Parongpong, Kabupaten Bandung Barat, memiliki jumlah kunjungan pasien hipertensi yang cukup tinggi dan terdapat 51 lansia yang aktif mengikuti program Prolanis. Kondisi ini menunjukkan adanya kebutuhan intervensi edukatif yang efektif guna meningkatkan pengetahuan pola makan pada lansia hipertensi. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian mengenai pengaruh pemberian edukasi menggunakan media video terhadap pengetahuan pola makan pada lansia Prolanis hipertensi di Puskesmas Ciwaruga menjadi penting dilakukan sebagai upaya mendukung pengendalian hipertensi secara komprehensif di tingkat pelayanan kesehatan primer.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain pra-eksperimental (pre-experimental design) menggunakan pendekatan *one group pretest-posttest design*. Desain ini digunakan untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi menggunakan media video terhadap pengetahuan pola makan pada lansia hipertensi dengan cara melakukan pengukuran sebelum dan sesudah intervensi pada satu kelompok tanpa kelompok kontrol. Observasi pertama (pretest) dilakukan untuk mengukur tingkat pengetahuan awal responden, kemudian diberikan intervensi berupa edukasi menggunakan media video, dan selanjutnya dilakukan observasi kedua (posttest) untuk menilai perubahan tingkat pengetahuan setelah intervensi.

Penelitian dilaksanakan di Puskesmas Ciwaruga yang berlokasi di Kecamatan Parongpong, Kabupaten Bandung Barat. Waktu penelitian dilaksanakan pada tahun 2026. Pemilihan lokasi didasarkan pada tingginya jumlah kunjungan pasien hipertensi serta adanya kelompok lansia yang aktif mengikuti Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia penderita hipertensi yang terdaftar dan aktif mengikuti kegiatan Prolanis di Puskesmas Ciwaruga sebanyak 51 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, sehingga seluruh populasi dijadikan sebagai responden penelitian. Kriteria inklusi meliputi: lansia usia  $\geq 60$  tahun, terdiagnosis hipertensi, terdaftar sebagai peserta Prolanis, mampu berkomunikasi dengan baik, serta bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi adalah lansia dengan gangguan kognitif berat, gangguan pendengaran atau penglihatan yang tidak memungkinkan mengikuti edukasi video, serta tidak hadir saat pelaksanaan penelitian.

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel independen dan variabel dependen. Variabel independen adalah pemberian edukasi menggunakan media video, sedangkan variabel dependen adalah tingkat pengetahuan pola makan pada lansia hipertensi. Definisi operasional variabel independen adalah pemberian informasi mengenai pola makan hipertensi melalui media audiovisual (video) yang diputar dalam sesi edukasi terstruktur. Variabel dependen diukur menggunakan kuesioner pengetahuan pola makan yang disusun dalam bentuk skala Guttman dengan pilihan jawaban benar dan salah.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan pola makan pada lansia hipertensi yang diadaptasi dari penelitian sebelumnya dan telah melalui uji validitas serta reliabilitas. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh item pertanyaan memiliki nilai  $r$  hitung lebih besar dibandingkan  $r$  tabel ( $r$  hitung  $> 0.361$ ), sehingga seluruh item dinyatakan valid dan layak digunakan sebagai instrumen penelitian. Hasil uji

reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha menunjukkan nilai 0.87, yang berarti instrumen memiliki tingkat reliabilitas yang baik (reliable) dan konsisten dalam mengukur variabel pengetahuan pola makan.

Pengukuran tingkat pengetahuan dilakukan dengan menghitung persentase skor jawaban benar, kemudian dikategorikan menjadi tiga tingkat, yaitu: baik (80–100%), cukup (60–79%), dan kurang (<60%). Sebelum digunakan, instrumen telah dipastikan kelayakannya melalui uji validitas dan reliabilitas sehingga dapat digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan responden secara akurat dan konsisten. Prosedur penelitian diawali dengan pengurusan izin penelitian, dilanjutkan dengan penjelasan kepada responden mengenai tujuan dan proses penelitian serta penandatanganan lembar persetujuan (*informed consent*). Tahap berikutnya adalah pelaksanaan pretest untuk mengukur tingkat pengetahuan awal responden. Selanjutnya diberikan intervensi berupa edukasi menggunakan media video mengenai pola makan hipertensi dengan durasi tertentu dalam satu sesi. Setelah intervensi selesai, dilakukan posttest menggunakan kuesioner yang sama untuk mengukur perubahan tingkat pengetahuan.

Data yang diperoleh dianalisis secara univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan distribusi frekuensi tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui pengaruh edukasi menggunakan media video terhadap pengetahuan pola makan dengan menggunakan uji statistik Wilcoxon Signed Rank Test, karena data berbentuk ordinal dan berpasangan. Penelitian ini juga memperhatikan prinsip etika penelitian, yaitu menghormati otonomi responden, menjaga kerahasiaan data, prinsip beneficence, dan non-maleficence.

## HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pengetahuan Pola Makan pada Lansia Hipertensi Sebelum Diberikan Edukasi Media Video

Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)
Baik	5	9.6
Cukup	15	28.8
Kurang	31	59.6
Jumlah	51	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa dari 51 responden sebelum diberikan edukasi menggunakan media video, sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori kurang yaitu sebanyak 31 responden (59.6%). Responden dengan kategori pengetahuan cukup sebanyak 15 orang (28.8%), sedangkan kategori baik hanya 5 orang (9.68%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pengetahuan Pola Makan pada Lansia Hipertensi Setelah Diberikan Edukasi Media Video

Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)
Pengetahuan Baik	48	92.3
Pengetahuan Cukup	3	5.8
Total	51	100.0

Tabel 2 Menunjukkan bahwa sebagian besar dari 51 responden berada pada kategori pengetahuan baik, yaitu sebanyak 48 responden (92,3%).

Tabel 3 Pengaruh Pemberian Edukasi Media Video terhadap Pengetahuan Pola Makan pada Lansia Hipertensi

Tingkat Pengetahuan	Sebelum		Sesudah		P
	n	%	n	%	
Baik	5	9.6	48	92.3	<0.001
Cukup	15	28.8	3	5.8	
Kurang	31	59.6	-	-	
Total	51	100.0	51	100.0	

Hasil perhitungan uji *Wilcoxon* diperoleh nilai  $p < 0.001$  yang artinya  $p < 0.05$ , hal ini berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian edukasi menggunakan media video terhadap pengetahuan pola makan pada lansia hipertensi di Puskesmas Ciwaruga Tahun 2026.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian pada 51 lansia hipertensi di Puskesmas Ciwaruga, diketahui bahwa sebelum diberikan edukasi menggunakan media video, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori kurang yaitu sebanyak 31 responden (59.6%). Responden dengan kategori pengetahuan cukup sebanyak 15 orang (28.8%), sedangkan kategori baik hanya 5 orang (9.68%). Data ini menunjukkan bahwa lebih dari setengah responden belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai pola makan hipertensi, khususnya terkait pembatasan konsumsi garam, pemilihan makanan sehat, serta pengaturan porsi makan yang sesuai.

Rendahnya tingkat pengetahuan sebelum intervensi dapat disebabkan oleh beberapa faktor, seperti keterbatasan akses informasi kesehatan, tingkat pendidikan responden, serta metode penyampaian edukasi yang sebelumnya masih bersifat konvensional. Pada kelompok lansia, kemampuan menerima dan mengolah informasi cenderung menurun seiring bertambahnya usia. Oleh karena itu, dibutuhkan metode edukasi yang lebih menarik, sederhana, dan mudah dipahami agar pesan kesehatan dapat tersampaikan secara efektif [13].

Jika ditinjau lebih lanjut dari karakteristik responden, tingkat pendidikan menjadi salah satu faktor penting yang memengaruhi pengetahuan awal lansia. Sebagian responden dengan pendidikan rendah cenderung memiliki keterbatasan dalam memahami informasi kesehatan yang bersifat teknis, termasuk konsep diet hipertensi. Hal ini sejalan dengan teori perilaku kesehatan yang menyatakan bahwa tingkat pendidikan berhubungan erat dengan kemampuan individu dalam menerima, memahami, dan menginterpretasikan informasi kesehatan. Selain itu, pengalaman responden dalam mengikuti program kesehatan seperti Prolanis juga dapat memengaruhi tingkat pengetahuan awal. Lansia yang belum lama mengikuti program Prolanis atau memiliki kehadiran yang tidak rutin cenderung kurang terpapar informasi kesehatan yang berulang, sehingga pemahaman mengenai diet hipertensi masih terbatas dibandingkan dengan mereka yang aktif mengikuti kegiatan edukasi secara berkesinambungan.

Faktor lain yang juga perlu diperhatikan adalah lama menderita hipertensi. Responden dengan durasi penyakit yang lebih lama umumnya memiliki pengalaman lebih banyak dalam menerima informasi kesehatan dari tenaga kesehatan, namun tidak semua informasi tersebut terserap dengan baik. Sebaliknya, pada sebagian

lansia dengan durasi hipertensi yang relatif baru, pengetahuan awal masih rendah karena belum memiliki cukup pengalaman dalam manajemen penyakit. Kombinasi faktor ini dapat menjelaskan variasi tingkat pengetahuan sebelum intervensi.

Setelah diberikan edukasi menggunakan media video, terjadi peningkatan yang sangat signifikan pada tingkat pengetahuan responden. Berdasarkan Tabel 2, sebanyak 48 responden (92.3%) berada dalam kategori pengetahuan baik, dan hanya 3 responden (5.8%) berada dalam kategori cukup. Tidak terdapat lagi responden dalam kategori kurang setelah intervensi diberikan. Perubahan distribusi ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang sangat nyata dibandingkan kondisi sebelum intervensi.

Perbedaan distribusi kategori sebelum dan sesudah intervensi juga terlihat pada Tabel 3, dimana sebelum intervensi kategori baik hanya 5 responden (9.6%), cukup 15 responden (28.8%), dan kurang 31 responden (59.6%). Setelah intervensi, kategori baik meningkat menjadi 48 responden (92.3%), kategori cukup menjadi 3 responden (5.8%), dan kategori kurang tidak ditemukan lagi. Perubahan ini menunjukkan adanya pergeseran kategori pengetahuan ke arah yang lebih baik secara substansial.

Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai  $p < 0.001$  ( $p < 0.05$ ), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian edukasi menggunakan media video. Secara statistik, hasil ini menegaskan bahwa edukasi berbasis media video berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan pengetahuan pola makan pada lansia hipertensi. Dengan demikian, hipotesis penelitian diterima.

Efektivitas media video dalam penelitian ini dapat dijelaskan melalui teori pembelajaran audiovisual, dimana kombinasi unsur visual dan audio mampu meningkatkan daya serap informasi. Lansia lebih mudah memahami materi ketika disajikan dalam bentuk gambar, animasi, dan penjelasan suara yang konkret dibandingkan hanya melalui ceramah verbal [14]. Media video juga membantu mempertahankan perhatian responden selama proses edukasi berlangsung, sehingga informasi lebih mudah dipahami dan diingat [11,15].

Secara keseluruhan, penelitian ini membuktikan bahwa edukasi menggunakan media video merupakan metode yang sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan pola makan pada lansia hipertensi. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan menjadi dasar perubahan perilaku dalam menerapkan pola makan sehat secara konsisten sebagai bagian dari pengendalian hipertensi dalam program Prolanis. Temuan ini memperkuat pentingnya inovasi media edukasi dalam pelayanan kesehatan primer untuk meningkatkan kualitas pengelolaan penyakit kronis pada lansia.

## **KESIMPULAN**

Sebelum diberikan edukasi menggunakan media video, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori kurang. Setelah diberikan intervensi, terjadi peningkatan yang sangat signifikan dimana mayoritas responden berada dalam kategori pengetahuan baik dan tidak ditemukan lagi responden dengan kategori kurang. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai  $p < 0.001$  ( $p < 0.05$ ), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pemberian edukasi menggunakan media video berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan pola makan pada lansia Prolanis hipertensi.

Bagi pihak puskesmas, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam mengembangkan metode edukasi yang lebih inovatif dengan memanfaatkan media video sebagai bagian dari kegiatan rutin Prolanis, khususnya dalam pengelolaan hipertensi pada lansia. Bagi tenaga kesehatan, penggunaan media audiovisual dapat dijadikan alternatif strategi promosi kesehatan untuk meningkatkan pemahaman dan partisipasi aktif lansia dalam menjaga pola makan sehat. Bagi lansia dan keluarga, diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi motivasi untuk menerapkan pola makan sesuai anjuran guna membantu pengendalian tekanan darah dan mencegah komplikasi. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan

desain yang lebih kuat seperti quasi-eksperimen dengan kelompok kontrol serta menambahkan variabel lain seperti perubahan perilaku atau tekanan darah agar diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai efektivitas edukasi media video.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Bangu, Siagian, H.J AL. The impact of health literacy on adherence to isometric exercise and its effect on blood pressure in hypertensive patients. *Retos*. 2025;73:883–92. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
2. Alifariki TT, Bangu B, Siagian H. Differences of sodium consumption pattern hypertension sufferer in coastal and highland communities in Wakatobi islands. *Bionatura*. 2021;8(1). [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
3. Waskito A, Safitri ND, Mandiri MDA, Rahmah A, Paulina P. Penyuluhan Pola Hidup Sehat Melalui Program Masyarakat Cerdik Cegah Hipertensi. *SELAPARANG J Pengabdian Masy Berkemajuan*. 2022;6(2):848–55. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
4. Schutte AE, Srinivasapura Venkateshmurthy N, Mohan S, Prabhakaran D. Hypertension in low-and middle-income countries. *Circ Res*. 2021;128(7):808–26. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
5. Siagian HJ, Alifariki LO, Tukatman T. Characteristics of smoking and blood pressure in men 30-65 years old: a cross-sectional study. 2021; [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
6. Shama AT, Teka G, Yohannes Lemu S, Tesfaye B, Ebisa H, Gebre DS, et al. Assessment of blood donation practice and its associated factors among Wollega University undergraduate students, Ethiopia. *J Blood Med*. 2022;711–24. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
7. Taiso SN, Sudayasa IP, Paddo J. Analisis Hubungan Sosiodemografis Dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Lasalepa, Kabupaten Muna. *Nurs Care Heal Technol J*. 2021;1(2):102–9. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
8. Safira NAM, Widajati E, Soelistryorini D. Pengaruh Penyuluhan Gizi menggunakan Media Audiovisual pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Wonosari. *Nutr J*. 2024;3(3):119–26. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
9. Sari DNP, Susanti L, Alfalisi MAB. Senam Hipertensi dan Demonstrasi Pembuatan Jus Seledri dan Mentimun di Puskesmas Sepatan. *J Pengabdian Meambo*. 2025;4(2):315–22. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
10. Suratun S. Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media video terhadap pengetahuan diet pada pasien hipertensi. *Masker Med*. 2024;12(1):57–64. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
11. Sulastris L, Rosiana E, Rohmah M. Edukasi Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Jalan Emas. *J Pengabdian Meambo*. 2025;4(2):272–8. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
12. Zara N, Munthe KW, Nadira CS. Pengaruh Media Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Nutrisi Pada Penderita Hipertensi Peserta Prolanis Di Puskesmas Banda Sakti Kota Lhokseumawe. *J Pharm Sci*. 2025;810–26. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
13. Istiqomah F, Tawakal AI, Haliman CD, Atmaka DR. Pengaruh pemberian edukasi terhadap pengetahuan hipertensi peserta prolanis perempuan di Puskesmas Brambang, Kabupaten Jombang. *Media Gizi Kesmas*. 2022;11(1):159–65. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
14. Nuraisyah F, Azizah EN. Pengaruh Penyuluhan melalui Media Poster terhadap Peningkatan Pengetahuan tentang Penyakit Hipertensi di Dusun Jobohan. *Bakti J Pengabdian Kpd Masy*. 2023;3(1):55–9. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
15. Pangestu A, Kurniawan WE, Sumarni T. Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Video terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Purwokerto Timur 2. *J Anestesi*. 2024;2(2):90–107. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]