

**PENGARUH EDUKASI KESEHATAN DENGAN
MEDIA *BOOKLET* TERHADAP KEPATUHAN POLA
HIDUP SEHAT PADA PASIEN HIPERTENSI**

SKRIPSI

**Disusun guna memperoleh gelar Sarjana Keperawatan
Pada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik**



Oleh :

HUJJATUN NAZARIYAH PEBRIYANI

2024080023R

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS GRESIK

2025

**PENGARUH EDUKASI KESEHATAN DENGAN
MEDIA *BOOKLET* TERHADAP KEPATUHAN POLA
HIDUP SEHAT PADA PASIEN HIPERTENSI**

SKRIPSI



**Disusun guna memperoleh gelar Sarjana Keperawatan
Pada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik**



**Oleh :
HUJJATUN NAZARIYAH PEBRIYANI
2024080023R**



PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS GRESIK**



2025

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Judul Skripsi : Pengaruh Edukasi Kesehatan Dengan Media Booklet Terhadap Kepatuhan Pola Hidup Sehat Pada Pasien Hipertensi
Nama Mahasiswa : Hujjatun Nazariyah Pebriyani
NIM : 2024080023R

Telah selesai dilakukan bimbingan dinyatakan layak memenuhi syarat dan menyetujui untuk di uji pada tim penguji Tugas Akhir pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik.

Pembimbing I

Gresik, 20 Juni 2025
Pembimbing II



Retno Twistiandayani, S.Kep.Ns, M.Kep
NIPY. 107102020070043



Natalia Christin Tiara Revita, S.Kep.Ns., M.Kep
NIPY.10710202024236

Mengetahui,
Ketua Program Studi



Natalia Christin Tiara Revita, S.Kep.,Ns., M.Kep Kes
NIPY. 10710202024236

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Judul Proposal : Pengaruh Edukasi Kesehatan Dengan Media Booklet Terhadap Kepatuhan Pola Hidup Sehat Pada Pasien Hipertensi

Nama Mahasiswa : Hujjatun Nazariyah Pebriyani

Nim : 2024080023R

Telah dipertahankan/diuji dihadapan Tim Penguji Pada Tanggal : Jum'at, 4 Juli 2025.

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS GRESIK TAHUN 2025

TIM PENGUJI :

1. **Ahmad Hasan Basri, S.Kep.,Ns.,M.Kep.**
NIPY. 107102020150131
Ketua

1.....

2. **Hj. Retno Twistiandayani, S.Kep.,Ns., M.Kep.**
NIPY. 107102020070043
Anggota I

2.....

3. **Natalia Christin Tiara Revita, S.Kep.,Ns., M.Kep**
NIPY. 10710202024236.
Anggota II

3.....

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Hj. Retno Twistiandayani, S.Kep.,Ns., M.Kep.
NIPY. 107102020070043

PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Hujjatun Nazariyah Pebriyani
NIM : 2024080023R
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Jenjang : Strata 1 (S-1)
Judul Skripsi : Pengaruh edukasi kesehatan dengan media booklet terhadap kepatuhan pola hidup sehat pada pasien hipertensi

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah Skripsi ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan orang lain untuk memperoleh gelar akademik disuatu perguruan tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Apabila ternyata didalam naskah tugas akhir ini dapat dibuktikan unsur-unsur plagiasi saya bersedia skripsi ini digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh DIBATALKAN, serta diproses sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Gresik, 25 Juli 2025

Yang menyatakan



Hujjatun Nazariyah Pebriyani
NIM. 2024080023R

UCAPAN TERIMA KASIH

Syukur alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahnya sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dengan judul **“Pengaruh edukasi kesehatan dengan media booklet terhadap kepatuhan pola hidup sehat pada pasien hipertensi”**. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik. Dalam penyusunan ini penulis banyak mendapatkan bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak. Untuk itu dalam kesempatan kali ini perkenankan penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. dr. Riski Dwi Prameswari, M.Kes. Selaku Rektor Universitas Gresik yang telah menyediakan fasilitas kepada kami untuk mengikuti pendidikan di Fakultas Kesehatan Program Studi Ilmu Keperawatan.
2. Hj. Retno Twistiandayani, S.Kep., Ns., M.Kep. Selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik dan Pembimbing 1 yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada kami untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi Ilmu Keperawatan.
3. Natalia Christin Tiara Revita, S.Kep., Ns., M.Kep. Selaku ketua Program Studi Ilmu Keperawatan dan Pembimbing 2 yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada kami untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi Ilmu Keperawatan.
4. Seluruh staf dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Gresik yang telah memberikan bantuan kepada saya selama menempuh pendidikan.
5. Keluarga tercinta khususnya Ibu saya yang telah memberikan saya doa serta dukungan bahkan motivasi sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Seluruh responden yang bersedia untuk mengikuti jalannya penelitian ini dengan baik.

Semoga Allah SWT membalas budi baik semua pihak yang telah memberi kesempatan, dukungan dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini. Saya menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, saya berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca dan perkembangan ilmu keperawatan.

Gresik, 25 Juni 2025

Penulis

ABSTRAK
PENGARUH EDUKASI KESEHATAN DENGAN MEDIA BOOKLET
TERHADAP KEPATUHAN POLA HIDUP SEHAT PADA PASIEN
HIPERTENSI

Penelitian *Quasi Experiment* dengan pendekatan *pretest-posttest control group*. di
Kecamatan Sangkapura

Oleh: Hujjatun Nazariyah Pebriyani

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang prevalensinya terus meningkat, terutama pada kelompok usia lanjut. Rendahnya tingkat kepatuhan lansia dalam menerapkan pola hidup sehat menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap risiko komplikasi penyakit hipertensi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pemberian edukasi menggunakan media booklet terhadap peningkatan kepatuhan lansia dalam menjalankan pola hidup sehat.

Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimen dengan pendekatan *pretest-posttest control group*. Sampel penelitian berjumlah 56 responden, yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok perlakuan ($n=28$) yang diberikan edukasi menggunakan booklet dan kelompok kontrol ($n=28$) yang tidak diberikan intervensi. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner dan observasi, dengan indikator meliputi pola makan sehat, pembatasan konsumsi garam, aktivitas fisik, serta kepatuhan dalam mengonsumsi obat.

Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan signifikan tingkat kepatuhan pada kelompok perlakuan setelah diberikan edukasi melalui media booklet ($p < 0,05$), sementara kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan signifikan. Rerata skor kepatuhan kelompok perlakuan mengalami peningkatan dari kategori rendah menjadi tinggi, khususnya pada indikator pola makan dan aktivitas fisik.

Berdasarkan hasil uji Wilcoxon dan paired t-test, disimpulkan bahwa media booklet efektif dalam meningkatkan kepatuhan lansia dalam menerapkan pola hidup sehat. Penelitian ini memberikan kontribusi dalam pengembangan media edukasi berbasis cetak yang dapat diimplementasikan dalam program promosi kesehatan di tingkat layanan primer dan komunitas.

Kata Kunci: Edukasi Kesehatan, Hipertensi, Kepatuhan Pola Hidup Sehat, Media Booklet

ABSTRACT

EFFECT OF HEALTH EDUCATION USING BOOKLET MEDIA ON COMPLIANCE WITH A HEALTHY LIFESTYLE IN HYPERTENSIVE PATIENTS A CROSS-SECTIONAL OBSERVATIONAL STUDY IN SANGKAPURA DISTRICT

A Quasi-Experimental Study with a Pretest–Posttest Control Group Design in Sangkapura District

By: Hujjatun Nazariyah Pebriyani

Hypertension is one of the leading public health problems, with a steadily increasing prevalence, particularly among the elderly. Poor adherence to healthy lifestyle practices in older adults contributes significantly to the risk of hypertension-related complications. This study aimed to analyze the effect of health education delivered through booklet media on improving elderly patients' compliance with healthy lifestyle behaviors.

This research employed a quasi-experimental design with a pretest–posttest control group approach. A total of 56 respondents participated, divided into two groups: the treatment group (n=28), which received health education using a booklet, and the control group (n=28), which received no intervention. Data were collected through questionnaires and observations, covering indicators such as healthy eating habits, reduced salt intake, physical activity, and medication adherence.

The analysis revealed a significant improvement in lifestyle compliance among the treatment group after receiving booklet-based education ($p < 0.05$), while no notable change was observed in the control group. The average compliance score in the treatment group increased from a low to a high category, particularly in healthy eating and physical activity domains.

Based on Wilcoxon and paired t-test results, it can be concluded that booklet media is effective in enhancing compliance among elderly individuals with hypertension in adopting a healthy lifestyle. This study contributes to the development of printed educational media that can be integrated into health promotion programs at the primary care and community levels..

Keywords: Booklet Media, Health Education, Healthy Lifestyle Compliance. Hypertension

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN	i
SAMPUL DALAM	ii
PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	iii
BERITA ACARA BIMBINGAN PROPOSAL	iv
PENETAPAN PANITIA PENGUJI	vii
PERNYATAAN ORIGINALITAS	viii
UCAPAN TERIMA KASIH	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.3.1 Tujuan Umum	7
1.3.2 Tujuan Khusus	7
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Teoritis	7
1.4.2 Praktis	8
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	13
2.1 Hipertensi	13
2.2 Pola Hidup Sehat	16
2.3 Konsep Kepatuhan	19

2.4 Edukasi Kesehatan Media <i>Booklet</i>	21
2.5 Keaslian Penelitian.....	25
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS	27
3.1 Kerangka Konseptual	27
3.2 Hipotesis	29
BAB 4 METODE PENELITIAN	31
4.1 Rancangan Penelitian yang digunakan.....	31
4.2 Kerangka Kerja	32
4.3 Populasi, Sampel, Besar Sampling (Sample size), dan Teknik Pengambilan..	35
4.3.1 Populasi	35
4.3.2 Sampel	35
4.3.3 Teknik Sampling	36
4.4 Identifikasi Variabel	38
4.4.1 Variabel Independen	38
4.4.2 Variabel Dependen	39
4.5 Definisi Operasional	39
4.6 Pengumpulan Data dan Pengelolaan Data	40
4.6.1 Bahan Penelitian	40
4.6.2 Instrumen Penelitian	41
4.6.3 Lokasi Penelitian & Waktu.....	43
4.6.4 Cara Analisis Data	44
4.7 Etika Penelitian (<i>Ethical Clearance</i>)	47
4.7.1 Surat persetujuan (<i>Inform Consent</i>)	47
4.7.2 Tanpa Nama (<i>Anonymity</i>)	48

4.7.3 Kerahasiaan (<i>Confidentiality</i>)	48
BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN	50
5.1 Hasil	50
5.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian	50
5.1.2 Data Umum	51
5.1.3 Data Khusus	53
5.2 Pembahasan	61
5.3 Keterbatasan	74
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	76
6.1 Kesimpulan	76
6.2 Saran	77
DAFTAR PUSTAKA	79
LAMPIRAN	88

DAFTAR TABEL

No.	Judul Tabel	Halaman
Tabel 1.	Keaslian Penelitian	25
Tabel 2.	Defenisi Operasional	39
Tabel 3.	Tabel 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Kelompok Perlakuan dan Kontrol di Ponkesdes Sungairujing, Sangkapura pada bulan juni 2025	51
Tabel 4.	Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Kepatuhan Pola Hidup Sehat Sebelum dan Sesudah Edukasi Media Booklet pada Kelompok Perlakuan di Ponkesdes Sungairujing, Sangkapura pada bulan Mei - juni 2025	53
Tabel 5.	Tabel 5.3 Distribusi Rata-Rata Indikator Kepatuhan Pola Hidup Sehat Sebelum dan Sesudah Edukasi Media Booklet pada Kelompok Perlakuan di Ponkesdes Sungairujing, Sangkapura pada bulan Mei- Juni 2025	54
Tabel 6.	Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Kepatuhan Pola Hidup Sehat Sebelum dan Sesudah Edukasi Media Booklet pada Kelompok Kontrol di Ponkesdes Sungairujing, Sangkapura pada bulan Mei - Juni 2025	56
Tabel 7.	Tabel 5.5 Distribusi Rata-Rata Indikator Kepatuhan Pola Hidup Sehat Sebelum dan Sesudah Edukasi Media Booklet pada Kelompok Kontrol di Ponkesdes Sungairujing, Sangkapura pada bulan juni 2025	57
Tabel 8.	Tabel 5.6 Uji Analisis Pengaruh Edukasi Booklet Terhadap Kepatuhan Pola Hidup Sehat Pasien Hipertensi di Ponkesdes Sungairujing, Sangkapura pada bulan juni 2025	58
Tabel 9.	Tabel 5.7 Uji Analisis Pengaruh Edukasi Booklet Terhadap Indikator Kepatuhan Pola Hidup Sehat Pasien Hipertensi di Ponkesdes Sungairujing, Sangkapura pada bulan juni 2025	59

DAFTAR LAMPIRAN

No.	Judul Lampiran	Halaman
Lampiran 1.	Media Booklet	88
Lampiran 2.	Kuesioner	91
Lampiran 3.	Lembar Observasi	98
Lampiran 4.	<i>Print Out</i> Analisis SPSS	103
Lampiran 5.	Dokumentasi Penelitian	106
Lampiran 6.	Ijin Penelitian	115
Lampiran 7	Master Tabel Penelitian	114