

**SKRIPSI**

**PENGARUH EDUKASI GIZI TENTANG HIPERTENSI DENGAN  
PENGUNAAN MEDIA BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN  
DAN SIKAP PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS  
SIMALINGKAR KOTA MEDAN**



**NITA PENINA PURBA**

**P01031221147**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI  
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA**

**2025**

**PENGARUH EDUKASI GIZI TENTANG HIPERTENSI DENGAN  
PENGUNAAN MEDIA BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN  
DAN SIKAP PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS  
SIMALINGKAR KOTA MEDAN**

**Penelitian diajukan sebagai syarat untuk penulisan Skripsi Program  
Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika di Jurusan Gizi Politeknik  
Kesehatan Kemenkes Medan**



**NITA PENINA PURBA  
P01031221147**

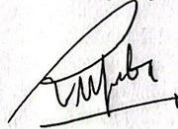
**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI  
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA  
2025**

## PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul : Pengaruh Edukasi Gizi Tentang Hipertensi  
dengan Penggunaan Media Booklet  
Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pada  
Penderita Hipertensi di Puskesmas  
Simalingkar Kota Medan

Nama Mahasiswa : Nita Penina Purba  
Nomor Induk Mahasiswa : P01031221147  
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi Dan Dietetika

Menyetujui

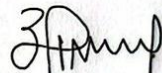


Rumida, SP, M. Kes

Pembimbing Utama/Ketua Penguji



Berlin Sitanggang, SST, M. Kes  
Anggota Penguji I



Erlina Nasution, S. Pd, M. Kes  
Anggota Penguji II

Mengetahui :

Ketua Jurusan Gizi



Riris Oppusunggu, S. Pd, M. Kes  
NIP. 196906231990032001

Lulus : 28 April 2025

## ABSTRAK

NITA PENINA PURBA “PENGARUH EDUKASI GIZI TENTANG HIPERTENSI DENGAN PENGGUNAAN MEDIA BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS SIMALINGKAR KOTA MEDAN” (DIBAWAH BIMBINGAN RUMIDA).

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi salah satu penyebab kematian utama di Indonesia. Kurangnya pengetahuan dan sikap positif dalam mengelola gaya hidup menjadi faktor pemicu tingginya angka penderita hipertensi.

Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi tentang hipertensi dengan penggunaan media booklet terhadap pengetahuan dan sikap penderita hipertensi di Puskesmas Simalingkar Kota Medan.

Metode penelitian ini menggunakan desain *quasi experimental* dengan rancangan *one group pre-test and post-test*. Sampel berjumlah 30 responden yang memenuhi kriteria inklusi. Intervensi berupa edukasi gizi diberikan selama tiga kali pertemuan dalam jangka waktu tiga minggu menggunakan media booklet. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan dan sikap, kemudian dianalisis menggunakan uji *paired t-test*.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat peningkatan yang signifikan pada rata-rata skor pengetahuan sebelum ( $37,85 \pm 9,296$ ) dan sesudah intervensi ( $90,67 \pm 6,915$ ) dengan nilai  $p = 0,000$ . Sikap responden juga mengalami peningkatan signifikan dari skor rata-rata sebelum ( $40,30 \pm 8,049$ ) menjadi sesudah intervensi ( $90,00 \pm 6,948$ ) dengan  $p = 0,000$ .

Dengan demikian, terdapat pengaruh edukasi gizi menggunakan media booklet terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap penderita hipertensi. Edukasi gizi yang dilakukan secara terstruktur dan media booklet yang menarik menjadi sarana efektif dalam promosi kesehatan khususnya pada penderita hipertensi.

**Kata Kunci** : Hipertensi, Edukasi Gizi, Media Booklet, Pengetahuan, Sikap

## ABSTRACT

**NITA PENINA PURBA "THE EFFECT OF NUTRITIONAL EDUCATION ON HYPERTENSION USING BOOKLET MEDIA ON KNOWLEDGE AND ATTITUDES IN HYPERTENSION PATIENTS AT SIMALINGKAR PUBLIC HEALTH CENTER, MEDAN CITY" (CONSULTANT : RUMIDA).**

Hypertension is a non-communicable disease that is one of the leading causes of death in Indonesia. Lack of knowledge and positive attitudes in managing lifestyle are triggering factors for the high number of hypertension sufferers. The purpose of this study was to determine the effect of nutritional education on hypertension using booklet media on the knowledge and attitudes of hypertension patients at the Simalingkar Public Health Center, Medan City.

This research method used a quasi-experimental design with a one-group pre-test and post-test design. The sample consisted of 30 respondents who met the inclusion criteria. Nutritional education intervention was given three times over a period of three weeks using booklet media. Data were collected using knowledge and attitude questionnaires, then analyzed using the paired t-test.

The results showed a significant increase in the average knowledge scores before ( $37.85 \pm 9.296$ ) and after the intervention ( $90.67 \pm 6.915$ ) with a p-value of 0.000. Respondents' attitudes also experienced a significant increase from an average score before ( $40.30 \pm 8.049$ ) to after the intervention ( $90.00 \pm 6.948$ ) with  $p = 0.000$ .

Thus, there is an effect of nutritional education using booklet media on increasing the knowledge and attitudes of hypertension patients. Structured nutritional education and engaging booklet media are effective means of health promotion, especially for hypertension patients.

**Keywords:** Hypertension, Nutritional Education, Booklet Media, Knowledge, Attitude



## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengaruh Edukasi Gizi Tentang Hipertensi dengan Penggunaan Media Booklet Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Simalingkar Kota Medan.”

Dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Untuk itu melalui kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak/Ibu yaitu :

1. Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
2. Rumida, SP, M. Kes selaku Dosen Pembimbing.
3. Berlin Sitanggang, SST, M.Kes selaku Dosen Penguji I.
4. Erlina Nasution, S.Pd, M.Kes selaku Dosen Penguji II.
5. Ekawaty Barus S.Gz selaku pembimbing/CI di Puskesmas Simalingkar Kota Medan.
6. Aslen Purba dan Lesterika br Pane yaitu kedua orang tua saya tercinta, Iksan Zerimia Purba, Mita Debora Purba dan Kania Lehu Yukio Purba selaku saudara kandung.
7. Aulia, Rahayu, Audina, Doris, dan Venisia yaitu teman satu pembimbing.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini.

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	4
1. Tujuan Umum.....	4
2. Tujuan Khusus.....	4
D. Manfaat Penelitian .....	5
1. Bagi Peneliti.....	5
2. Bagi Remaja .....	5
3. Bagi Masyarakat.....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>6</b>
A. Tinjauan Umum Tentang Hipertensi.....	6
1. Definisi.....	6
2. Patofisiologi Hipertensi .....	6
3. Penyebab Hipertensi .....	7
4. Klasifikasi Hipertensi.....	8
5. Faktor Resiko Hipertensi .....	8

6. Penggunaan Konsumsi Garam Pada Penderita Hipertensi .....	9
B. Edukasi Gizi .....	10
1. Pengertian Edukasi Gizi .....	10
2. Tujuan Edukasi Gizi.....	10
3. Metode Dalam Edukasi Gizi .....	11
C. Media .....	12
1. Pengertian Media .....	12
2. Jenis Media Pembelajaran .....	12
3. Manfaat Media Pembelajaran.....	12
D. Media Booklet .....	13
E. Pengetahuan.....	13
1. Pengertian Pengetahuan .....	13
2. Tingkat Pengetahuan (Knowledge) .....	13
3. Cara Penentuan Nilai dan Skor .....	14
4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan .....	14
F. Sikap.....	15
1. Pengertian Sikap .....	15
2. Jenis – Jenis Tingkatan Sikap .....	15
3. Cara Penentuan Nilai dan Skor .....	15
G. Kerangka Teori.....	17
H. Kerangka Konsep.....	18
I. Definisi Operasional.....	18
J. Hipotesis .....	21
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>22</b>
A. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	22
B. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	22

C. Populasi dan Sampel .....	22
1. Populasi.....	22
2. Sampel .....	22
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data .....	23
1. Jenis Data.....	23
2. Cara Pengumpulan Data .....	23
E. Tahapan Intervensi .....	26
F. Pengolahan Data dan Analisis data .....	27
1. Pengolahan Data.....	27
2. Analisis Data.....	28
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>29</b>
A. Hasil .....	29
1. Letak Geografis .....	29
2. Karakteristik Responden.....	29
3. Pengetahuan Responden.....	31
4. Sikap Responden .....	32
B. PEMBAHASAN .....	34
1. Karakteristik Responden.....	34
2. Pengaruh edukasi gizi tentang hipertensi dengan penggunaan media booklet terhadap pengetahuan dan sikap pada penderita hipertensi.....	35
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>36</b>
A. Kesimpulan .....	37
B. Saran .....	37
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>37</b>

## DAFTAR TABEL

NO	Hal
1. Klasifikasi Hipertensi menurut JNC VII (2003) .....	8
2. Distribusi Frekuensi Umur Responden.....	29
3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan .....	30
4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan.....	30
5. Distribusi nilai pengetahuan penderita hipertensi sebelum dan sesudah intervensi berdasarkan kategori.....	31
6. Distribusi rata-rata nilai pengetahuan penderita hipertensi sebelum dan sesudah intervensi .....	31
7. Distribusi nilai sikap penderita hipertensi sebelum dan sesudah intervensi berdasarkan kategori.....	33
8. Distribusi rata-rata nilai sikap penderita hipertensi sebelum dan sesudah intervensi .....	33

## DAFTAR GAMBAR

No	hal
1. Kerangka Teori.....	17
2. Kerangka Konsep.....	18
3. Tahapan Intervensi.....	18

## DAFTAR LAMPIRAN

No	hal
1 Bukti Bimbingan Skripsi .....	43
2 Surat Izin Penelitian .....	45
3 Surat Balasan Izin Penelitian .....	46
4 Ethical Clearance .....	47
5 Informed Consent .....	48
6 Satuan Acara Penyuluhan .....	48
7 Kuesioner Penelitian .....	52
8 Hasil Olahan Data .....	55
9 Daftar Riwayat Hidup .....	62
10 Pernyataan.....	63
11 Dokumentasi Survey Penelitian .....	63
12 Booklet.....	64