SKRIPSI

PENGARUH EDUKASI GIZI MENGGUNAKAN MEDIA VIDEO TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PERILAKU PENDERITA HIPERTENSI DI KLUB PROLANIS HIPERTENSI KLINIK PELITA BUNDA LUBUK PAKAM

RINI HANDAYANNI
P00731225194

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN GIZI
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
TAHUN 2026

PENGARUH EDUKASI GIZI MENGGUNAKAN MEDIA VIDEO TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PERILAKU PENDERITA HIPERTENSI DI KLUB PROLANIS HIPERTENSI KLINIK PELITA BUNDA LUBUK PAKAM

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi
dan memperoleh gelar Sarjana Terapan Gizi & Dietetika (S.Tr.Gz)
pada Program Studi Diploma IV Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

RINI HANDAYANNI
P00731225194

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN GIZI
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
TAHUN 2026

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi

PENGARUH EDUKASI GIZI MENGGUNAKAN MEDIA VIDEO TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PERILAKU PENDERITA HIPERTENSI DI KLUB PROLANIS HIPERTENSI KLINIK PELITA BUNDA LUBUK PAKAM

Diusulkan Oleh

RINI HANDAYANNI
P00731225194

Telah disetujui di Lubuk Pakam
Pada Tanggal : 24 September 2026

Pembimbing Utama,

Fauzi Romeli, SKM, M.Kes
NIP.196704281989031003

Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kes
NIP.197610232000032002

ii

HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH EDUKASI GIZI MENGGUNAKAN MEDIA VIDEO TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PERILAKU PENDERITA HIPERTENSI DI KLUB PROLANIS HIPERTENSI KLINIK PELITA BUNDA LUBUK PAKAM

Telah dipersiapkan dan diusulkan Oleh:

RINI HANDAYANNI

P00731225194

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada Tanggal 16 Juli 2026

Tim Penguji

		Tanda Tangan
1.	Ketua : Fauzi Romeli, SKM, M. Kes	.....
2.	Anggota 1 : Bernike Doloksaribu, SST, M.Kes, RD	.....
3.	Anggota 2 : Emi Inayah Sari Siregar, SKM, M.Kes	.....

Lubuk Pakam, 2 Oktober 2026

Mengetahui

Ketua Prodi

Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM,M.Kes

NIP. 197610232000032002

iii



BIODATA PENULIS

Nama	: Rini Handayanni
Tempat/Tgl lahir	: Medan, 26 Juli 2003
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Islam
Alamat Rumah	: Jl. Kapten Rahmad Buddin, Kel. Terjun, Kec.Medan Marelan
Nomor Hp	: 081265250129

RIWAYAT PENDIDIKAN

1.SD	: SDN 065000
2.SLTP	: SMPN 2 PANYABUNGAN
3. SLTA	: SMAN 1 PANYABUNGAN

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang Bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama	: Rini Handayanni
NIM	: P00731225194
Program Studi	: Diploma IV
Jurusan	: Gizi dan Dietetika
Perguruan Tinggi	: Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul :

PENGARUH EDUKASI GIZI MENGGUNAKAN MEDIA VIDEO TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PERILAKU PENDERITA HIPERTENSI DI KLUB PROLANIS HIPERTENSI PELITA BUNDA LUBUK PAKAM

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Lubuk Pakam, 24 September 2026

Penulis,



Rini Handayanni

P00731225194

ABSTRAK

PENGARUH EDUKASI GIZI MENGGUNAKAN MEDIA VIDEO TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP DAN PERILAKU PENDERITA HIPERTENSI DI KLUB PROLANIS HIPERTENSI KLINIK PELITA BUNDA LUBUK PAKAM

Rini Handayanni, Fauzi Romeli, SKM, M.Kes
(Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Medan)
rinihandayanni0726@gmail.com

Hipertensi memerlukan pengelolaan melalui pola makan dan gaya hidup sehat. Pengetahuan, sikap, dan perilaku yang baik penting dalam mendukung pengendalian hipertensi. Edukasi gizi menggunakan media video dapat membantu meningkatkan pemahaman penderita melalui penyampaian informasi yang menarik dan mudah dipahami. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi menggunakan media video terhadap pengetahuan, sikap dan perilaku penderita hipertensi di Klub Prolanis Hipertensi Klinik Pelita Bunda Lubuk Pakam.

Penelitian ini menggunakan desain *quasi-experimental* dengan rancangan *one-group pretest-posttest*. Sampel berjumlah 30 penderita hipertensi yang merupakan anggota aktif Klub Prolanis Hipertensi dengan teknik *total sampling*. Penelitian dilaksakan selama 4 minggu, dengan edukasi gizi menggunakan media video diberikan sebanyak tiga kali selama tiga minggu.Pretest dilakukan sebelum intervensi dan posttest dilakukan pada minggu keempat setelah seluruh intervensi selesai. Data pengetahuan, sikap, dan perilaku dikumpulkan menggunakan kuesioner sebelum dan sesudah intervensi. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test.

Hasil Rata-rata pengetahuan meningkat dari 71,33 menjadi 89,00, sikap dari 74,58 menjadi 87,08, dan perilaku dari 77,08 menjadi 89,92. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan terdapat pengaruh edukasi gizi menggunakan media video terhadap pengetahuan (p=0,000), sikap (p=0,000), dan perilaku (p=0,000).

Edukasi gizi menggunakan media video berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan perilaku penderita hipertensi. Media video dapat digunakan sebagai salah satu media edukasi dalam kegiatan Klub Prolanis untuk mendukung pengelolaan hipertensi.

Kata Kunci : Edukasi Gizi, Media Video, Pengetahuan, Sikap, Perilaku

ABSTRACT
THE EFFECT OF NUTRITIONAL EDUCATION USING VIDEO MEDIA ON KNOWLEDGE, ATTITUDES, AND BEHAVIORS OF HYPERTENSION PATIENTS AT THE PROLANIS HYPERTENSION CLUB OF PELITA BUNDA CLINIC LUBUK PAKAM

Rini Handayanni, Fauzi Romeli, SKM, M.Kes
(Medan Health Polytechnic of the Ministry of Health)
rinihandayanni0726@gmail.com

Hypertension requires management through diet and a healthy lifestyle. Good knowledge, attitudes, and behaviors are essential in supporting hypertension control. Nutritional education using video media can help enhance patients' understanding by delivering information in an engaging and easily digestible format. This study aims to determine the effect of nutritional education using video media on the knowledge, attitudes, and behaviors of hypertension patients at the Prolanis Hypertension Club of Pelita Bunda Clinic Lubuk Pakam.

This study used a quasi-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. The sample consisted of 30 hypertension patients who were active members of the Prolanis Hypertension Club, selected using a total sampling technique. The research was conducted over 4 weeks, with nutritional education using video media delivered three times across three weeks. The pretest was administered prior to the intervention, and the posttest was conducted in the fourth week after all interventions were completed. Data on knowledge, attitudes, and behaviors were collected using questionnaires before and after the intervention. Data analysis was performed using the Wilcoxon Signed Rank Test.

The mean score for knowledge increased from 71.33 to 89.00, attitude increased from 74.58 to 87.08, and behavior increased from 77.08 to 89.92. The Wilcoxon test results indicated a significant effect of nutritional education using video media on knowledge ($p = 0.000$), attitude ($p = 0.000$), and behavior ($p = 0.000$).

Nutritional education using video media has a significant effect on improving the knowledge, attitudes, and behaviors of hypertension patients. Video media can be utilized as an educational tool in Prolanis Club activities to support hypertension management.

Keywords: Nutritional Education, Video Media, Knowledge, Attitude, Behavior.

PROOF READING OF TRANSLATION
Kemenkes Politeknik Medan
TRANSLATION VERIFIED
09 SEP 2026

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa atas Kuasa-Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunanan skripsi yang berjudul "Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Video Terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Penderita Hipertensi di Klub Prolanis Hipertensi Klinik Pelita Bunda Lubuk Pakam" dapat terselesaikan.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis mendapatkan banyak dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini dengan ketulusan hati penulis menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S.SiT., M.Keb selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Ibu Dr. Herta Masthalina, SKM, MPH selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
3. Ibu Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Medan.
4. Bapak Fauzi Romeli, SKM, M. Kes selaku dosen pembimbing utama yang penuh kesabaran memberikan bimbingan, nasehat serta motivasi kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Bernike Doloksaribu SST, M.Kes, RD selaku anggota penguji pertama yang telah memberikan saran dan motivasi kepada penulis.
6. Ibu Emi Inayah Sari Siregar SKM, M.Kes selaku dosen penguji kedua saya yang telah memberikan saran dan motivasi kepada penulis.
7. Terkhusus Kepada orang tua saya yang tercinta Alm. Ahmad Yani dan ibu saya Lanna sari yang selalu memberikan doa-doa, dan support dalam pendidikan, serta mengajarkan saya untuk tetap bekerja keras dan sabar.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, untuk itu penulis mengharapkan saran dan masukan yang membangun untuk demi penyempurnaan skripsi ini.

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN PERSETUJUAN ii
HALAMAN PENGESAHAN iii
BIODATA PENULIS iv
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....v
ABSTRAK vi
ABSTRACT.....vii
KATA PENGANTAR viii
DAFTAR ISI ix
DAFTAR TABEL xi
DAFTAR GAMBAR xii
DAFTAR LAMPIRAN xiii
BAB I PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 4
C. Tujuan Penelitian 5
D. Manfaat Penelitian 5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA 7
A. Hipertensi 7
B. Pengetahuan 15
C. Sikap 18
D. Perilaku 20
E. Edukasi Gizi 23
F. Video 27
G. Konsep Prolanis 28
H. Kerangka Teori 31
I. Kerangka Konsep 32
J. Definisi Operasional 33
K. Hipotesis 35

BAB III METODE PENELITIAN 36
A. Jenis dan Rancangan Penelitian 36
B. Lokasi dan Waktu Penelitian 36
C. Populasi dan Sampel 36
D. Jenis dan Pengumpulan Data 37
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data 38
F. Analisis Data 43
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 44
A. Hasil 44
B. Pembahasan 58
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 65
A. Kesimpulan 65
B. Saran 65
DAFTAR PUSTAKA 67
LAMPIRAN 71

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 1.Klasifikasi Hipertensi menurut ESC 7
Tabel 2. Klasifikasi Hipertensi Menurut WHO – ISH 8
Tabel 3. Disribusi Frekuensi Jenis Kelamin, Usia, Agama, Pekerjaan, dan Pendidikan pada pasien Hipertensi Di Klub Prolanis Klinik Pelita Bunda Lubuk Pakam 45
Tabel 4. Nilai Rata-rata Pengetahuan Penderita Hipertensi Sebelum dan Sesudah Edukasi Gizi 46
Tabel 5. Distribusi pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi gizi dengan video 47
Tabel 6. Nilai Rata-rata Sikap Penderita Hipertensi Sebelum dan Sesudah Edukasi ... 47
Tabel 7. Distribusi Sikap sebelum dan sesudah edukasi gizi dengan video 48
Tabel 8. Nilai Rata-rata Perilaku Penderita Hipertensi Sebelum dan Sesudah Edukasi 48
Tabel 9. Distribusi Perilaku sebelum dan sesudah edukasi gizi dengan video 49
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Berdasarkan Setiap Butir Pertanyaan Sebelum dan Sesudah Edukasi Gizi 50
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Sikap Berdasarkan Setiap Butir Pertanyaan Sebelum dan Sesudah Edukasi Gizi 52
Tabel 12. Distribusi Frekuensi Perilaku Berdasarkan Setiap Butir Pertanyaan Sebelum dan Sesudah Edukasi Gizi 54
Tabel 13.Pengaruh Edukasi Gizi dengan Media Video terhadap Pengetahuan Penderita Hipertensi 56
Tabel 14. Pengaruh Edukasi Gizi dengan Media Video terhadap Sikap Penderita Hipertensi 57
Tabel 15. Pengaruh Edukasi Gizi dengan Media Video terhadap Perilaku Penderita Hipertensi 57

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 1. Kerangka Teori 31
Gambar 2. Kerangka konsep 32
Gambar 3. Bentuk Rancangan One Grup Pre-Post Test 36

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1. Informed Consents 71
Lampiran 2. Kuesioner Identitas 72
Lampiran 3. Kuesioner Pengetahuan Hipertensi (Pre-test) 73
Lampiran 4. Kuesioner Sikap Hipertensi (Pre-test) 74
Lampiran 5. Kuesioner Perilaku (Pre-test) 75
Lampiran 6. Kuesioner Pengetahuan Hipertensi (Post- test) 76
Lampiran 7. Kuesioner Sikap Hipertensi (Post- test) 77
Lampiran 8. Kuesioner Perilaku Hipertensi (Post- test) 78
Lampiran 9. Satuan Acara Pembelajaran 79
Lampiran 10. Bukti Bimbingan 85
Lampiran 11.Surat Survei Pendahuluan 88
Lampiran 12.Surat Izin Penelitian 89
Lampiran 13.Surat Balasan 90
Lampiran 14. Master Tabel 91
Lampiran 15. Hasil Olah Data 101
Lampiran 16. Ethical Exemption 105
Lampiran 17. Dokumentasi 106