

**PENGARUH PEMBERIAN MEDIA BOOKLET POLA HIDUP SEHAT TERHADAP
PENGETAHUAN LANSIA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
SINGAPARNA KABUPATEN TASIKMALAYA TAHUN 2019**

Istib Sarah Idris
istib Sarahidris@gmail.com

Puskesmas Salawu

A. ABSTRAK

Salah satu cara menanggulangi masalah kesehatan adalah mencegah kekambuhan pada penderita hipertensi melalui peningkatan pengetahuan penderita tentang pola hidup sehat, melalui pendidikan kesehatan, serta alat bantu atau media pendidikan. Media yang dapat digunakan dalam pendidikan kesehatan salah satunya adalah booklet. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian media booklet pola hidup sehat terhadap pengetahuan lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019.

Metode penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimen dengan pendekatan One Group Pretest-Posttest, uji yang digunakan yaitu Uji T- Dependent. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita hipertensi usia 45-59 tahun yang datang ke posbindu di wilayah kerja Puskesmas Singaparna pada periode Januari-Maret tahun 2019 sebanyak 46 orang, teknik pengambilan sampel menggunakan teknik Purposive Sampling yaitu sebanyak 33 orang. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner serta media booklet tentang pola hidup sehat bagi penderita hipertensi pada lansia.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata nilai pengetahuan lansia hipertensi sebelum diberikan media booklet pola hidup sehat yaitu 66,33 dengan standar deviasi 19,953, serta nilai terendah adalah 27 dan nilai tertinggi adalah 100. Rata-rata nilai pengetahuan lansia hipertensi setelah diberikan media booklet pola hidup sehat yaitu 88,03 dengan standar deviasi 8,723, serta nilai terendah adalah 63 dan nilai tertinggi 100, dan terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata nilai pengetahuan lansia hipertensi sebelum dan setelah diberikan media booklet pola hidup sehat dengan nilai P value sebesar 0,000.

Saran bagi tenaga kesehatan yaitu tenaga kesehatan dapat meningkatkan peran promotifnya melalui kegiatan konseling dan penyuluhan dalam kegiatan posbindu.

Kata Kunci : Media Booklet, Pengetahuan, Lansia, Pola Hidup Sehat

B. LATAR BELAKANG

Salah satu permasalahan yang dihadapi oleh lanjut usia adalah masalah kesehatan akibat proses penuaan, terjadi kemunduran fungsi sel-sel tubuh (degeneratif), dan menurunnya fungsi sistem imun tubuh, sehingga muncul penyakit-penyakit degeneratif dan sebagainya. Salah satu penyakit yang sering dijumpai pada lanjut usia adalah Hipertensi (Kemenkes RI, Nomor 67 Tahun 2015).

Hipertensi merupakan masalah kesehatan dengan prevalensi yang tinggi, yaitu 8,4 % sesuai dengan data Riskesdas 2018. Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, 2016).

Hipertensi sebagai penyebab kematian ke-3 setelah stroke dan tuberkulosis, jumlahnya mencapai 6,8% dari proporsi penyebab kematian pada semua umur di Indonesia (Riskesdas, 2010). Hipertensi pada kelompok umur 55-64 tahun sebanyak 45,9%, kelompok umur 65-74 tahun sebanyak 57,6%, dan pada kelompok umur 75 tahun ke atas sebanyak 63,8% (Kemenkes RI, 2016).

Pada tahun 2016, prevalensi hipertensi di Jawa Barat ditemukan sebanyak 790.382 kasus (2,46% terhadap jumlah penduduk ≥ 18 tahun), dengan jumlah kasus yang diperiksa sebanyak 8.029. Namun 245 orang, tersebar di 26 Kabupaten/Kota (Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2016).

Menurut data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Tasikmalaya, menyatakan bahwa kejadian hipertensi tahun 2016 pada semua kelompok umur sebanyak 11.540 (2,34%) orang, pada tahun 2017 angka kejadian hipertensi meningkat menjadi 83.635 (6,65%) orang, dan pada tahun 2018 angka kejadian hipertensi menjadi 41.740 (3,32%) orang. Wilayah Puskesmas Singaparna merupakan salah satu wilayah yang memiliki kasus kejadian hipertensi pada tahun 2018 sebanyak 1.769 (3,58%) orang (Dinkes Kabupaten Tasikmalaya, 2018).

Adapun wilayah kerja Puskesmas Singaparna melalui data yang diperoleh dari data posbindu didapatkan bahwa periode Januari- Maret 2019 kejadian hipertensi pada lansia sebanyak 127 orang (43,49%) dari 292 lansia yang datang ke posbindu. Berdasarkan Laporan Puskesmas Singaparna Periode Januari-Maret Tahun 2019, jumlah lansia hipertensi usia 45-59 sebanyak 46 orang (15,75%).

Pelayanan kesehatan kelompok pra lanjut usia (umur 45-59 tahun) merupakan kelompok usia yang akan memasuki masa lanjut usia. Pada usia ini sudah mulai terjadi proses degenerasi, untuk kelompok ini upaya peningkatan kesehatan dan pencegahan penyakit serta deteksi dini penyakit merupakan prioritas pelayanan (Kemenkes RI, Nomor 67 Tahun 2015).

Terdapat banyak faktor yang berhubungan dengan hipertensi lansia diantaranya: faktor yang tidak dapat dikontrol seperti jenis kelamin, usia, genetik. Faktor risiko yang dapat dikontrol diantaranya gaya hidup sehat meliputi pola makan, kebiasaan merokok, minum alkohol, tidak mau olahraga, obesitas (Yogiantoro, 2006).

Salah satu cara menanggulangi masalah kesehatan adalah mencegah kekambuhan pada penderita hipertensi yaitu melalui peningkatan pengetahuan penderita tentang pola hidup sehat bagi penderita. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilaksanakan dikabupaten karang anyar didapatkan bahwa 23 dari 30 lansia yang hipertensi memiliki pengetahuan kurang tentang pola hidup sehat (Prasetiyo, 2013).

Salah satu upaya peningkatan pengetahuan masyarakat dibutuhkan upaya pendidikan kesehatan. Menurut Notoatmodjo (2007:12) menyatakan bahwa pendidikan kesehatan merupakan bentuk intervensi terutama terhadap faktor perilaku. Serta dalam proses pendidikan kesehatan, agar diperoleh hasil yang efektif diperlukan alat bantu atau media pendidikan. Fungsi media dalam pendidikan adalah sebagai alat peraga untuk menyampaikan informasi atau pesan-pesan tentang kesehatan (Notoatmodjo, 2011:118).

Salah satu media yang dapat digunakan dalam pendidikan kesehatan adalah *booklet*, *booklet* ialah suatu media untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan dalam bentuk buku, baik tulisan maupun gambar. (Notoatmodjo, 2014:65). Menurut Pribadi, AB (2017) menyatakan bahwa booklet dapat diartikan sebagai buku yang berukuran relatif kecil yang memuat informasi dan pengetahuan praktis tentang sebuah subjek atau bidang ilmu tertentu. Booklet bersifat sangat praktis untuk digunakan karena ukurannya yang lebih kecil dari pada ukuran sebuah buku. Informasi dan pengetahuan yang terdapat dalam sebuah booklet pada umumnya dibahas secara ringan dan mudah untuk dipahami oleh sasaran-pembaca.

Menurut Satmoko (2006:2) dalam Nugraha (2017) menyatakan bahwa booklet adalah sebuah buku kecil yang memiliki paling sedikit lima halaman tetapi tidak lebih dari empat puluh delapan halaman diluar hitungan sampul. Booklet umumnya digunakan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan, karena booklet memberikan informasi dan banyak digunakan sebagai alternatif media untuk dipelajari setiap saat.

Peran booklet dalam meningkatkan pengetahuan yaitu sebagai alat penyampaian informasi kesehatan guna mempermudah penerimaan pesan-pesan kesehatan bagi masyarakat khususnya lansia hipertensi.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka perlu dilakukan suatu penelitian untuk mengetahui pengaruh pemberian media booklet pola hidup sehat terhadap pengetahuan lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019.

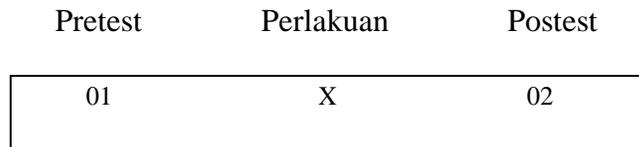
Tujuan umum dari penelitian ini adalah mengetahui pengaruh pemberian media booklet pola hidup sehat terhadap pengetahuan lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019. Sedangkan tujuan khusus penelitian ini 1) Mengetahui gambaran pengetahuan lansia hipertensi sebelum diberikan media booklet pola hidup sehat di wilayah kerja Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019. 2) Mengetahui gambaran pengetahuan lansia hipertensi setelah diberikan media booklet pola hidup sehat di wilayah kerja Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019.3) Mengetahui perbedaan pengetahuan sebelum dan setelah pemberian media booklet pola hidup sehat lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019.

C. METODOLOGI PENELITIAN

1. Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif metode analitik dengan desain Eksperimen semu (Quasi Eksperimen). Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini *One Group Pretest-Posttest*. Bentuk rancangan ini dapat digambarkan sebagai berikut:

Gambar 4.1 Bentuk Rancangan One Group Pretest-Posttest



2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni sampai Juli Tahun 2019, di posbindu wilayah kerja Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya tahun 2019.

3. Populasi dan Sampel

a. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita hipertensi usia 45-59 tahun yang datang ke posbindu di wilayah kerja Puskesmas Singaparna pada periode Januari-Maret tahun 2019 sebanyak 46 orang.

b. Sampel

Teknik pengambilan *sampling* dalam penelitian ini menggunakan *Purposive Sampling* dimana sampel yang diambil dengan kriteria berikut ini:

Kriteria Inklusi

- 1) Bersedia menjadi responden
- 2) Bisa baca dan tulis

Sampel yang tersedia pada tahapan pengambilan data adalah 33 responden.

4. Prosedur Pengambilan Data

Pengambilan data ini menggunakan dua data yaitu:

a. Data Primer

Data yang diambil secara langsung terhadap responden melalui pengisian kuesioner. Data primer yang digunakan adalah kuesioner tentang pengetahuan dengan materi pola hidup sehat bagi penderita hipertensi pada lansia. Pengambilan data dilakukan dengan penggunaan test yang dilakukan sebelum dan setelah diberikan media booklet.

Prosedur pengambilan data primer ini adalah sebagai berikut:

- 1) Pelaksanaan dilakukan di Posbindu wilayah kerja Puskesmas Singaparna
- 2) Sebelum diberikan media booklet, terlebih dahulu dilakukan pre- test dengan pengisian kuesioner terhadap penderita hipertensi yang dijadikan sampel, durasi waktu pengisian 15 menit, serta pengisian kuesioner dipandu oleh peneliti.
- 3) Pemberian media booklet tentang pola hidup sehat bagi penderita hipertensi pada lansia kepada penderita hipertensi yang dijadikan sampel, selanjutnya dibaca isi booklet tersebut dengan durasi pembacaan 20 menit.

- 4) Setelah media booklet diberikan dan dibaca oleh penderita hipertensi yang dijadikan sampel, selanjutnya diberikan perlakuan (posttest), dengan durasi pengisian 15 menit, serta pengisian kuesioner dipandu oleh peneliti.
- 5) Merekap data hasil pengisian kuesioner
- 6) Pengolahan data

Pengolahan data ini dibantu dengan menggunakan software komputer (SPSS), tahap pertama yaitu membuka aplikasi spss kemudia sebelum di olah, tentunya data harus dimasukkan kedalam spss dengan membuat terlebih dahulu struktur data/templet data yang dibuat pada jendela variabel view. Setelah struktur data selesai dibuat, langkah selanjutnya adalah *entry data* hasil penelitian, dengan memasukan hasil skoring, yang dilakukan dengan membuka jendela data view, skoring yang dimasukan yaitu nilai 1 jika nilai jawaban untuk pengetahuan benar dan nilai 0 jika jawaban salah. Kemudian melakukan analisis data dengan menggunakan uji t- dependent, namun sebelumnya lakukan uji normalitas data terlebih dahulu untuk menentukan apakah data yang akan dianalisis terdistribusi normal atau tidak.

b. Data Sekunder

Data yang diperoleh dari puskesmas melalui program posbindu berupa data jumlah lansia dan hasil pemeriksaan tekanan darah lansia.

5. Instrumen Penelitian

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner yang berisi sejumlah pertanyaan tertutup, dimana dalam pertanyaan tersebut sudah disediakan pilihan jawaban atau *multiple choice*, dengan jumlah soal 11 pertanyaan tentang pola hidup sehat bagi lansia hipertensi. Cara penilaian dengan memberikan skor 1 untuk jawaban yang benar dan memberikan skor 0 untuk jawaban salah. Media yang digunakan adalah media booklet tentang Pola Hidup Sehat Bagi penderita hipertensi pada Lansia. Media booklet disusun oleh peneliti dan isi dari media booklet tersebut yaitu definisi hipertensi, klasifikasi tekanan darah, gejala klinis hipertensi, mengelola penyakit hipertensi, pola hidup sehat pencegah penyakit hipertensi pada lansia, makanan yang harus dihindari/dibatasi oleh penderita hipertensi dan pengobatan tradisional penyakit hipertensi.

a. Uji Validitas dan Reliabilitas

1) Uji Validitas

Uji validitas dan reliabilitas kuesioner ini dilakukan di Desa Cigadog dan Desa Jayamukti wilayah kerja Puskesmas Leuwisari terhadap lansia hipertensi usia 45-59 pada periode Januari-Maret tahun 2019 dengan jumlah 30 orang. Alasan pemilihan tempat uji validitas dan reliabilitas di Desa Cigadog dan Desa Jayamukti wilayah kerja Puskesmas Leuwisari dikarenakan memiliki karakteristik hampir sama dengan wilayah kerja Puskesmas Singaparna yaitu terkait mata pencaharian mayoritas buruh, dan tingkat pendidikan mayoritas tamatan SD. Untuk mengetahui apakah kuesioner yang kita susun tersebut mampu mengukur apa yang hendak kita ukur, maka perlu diuji dengan uji korelasi antara skors (nilai) tiap-tiap item (pertanyaan) dengan skor total kuesioner tersebut. Serta untuk mengetahui apakah nilai korelasi tiap-tiap pertanyaan itu signifikan, maka perlu dilihat pada r tabel. Dikatakan valid jika

r hitung bernilai positif dan lebih besar dari r tabel, dan dikatakan tidak valid jika r hitung bernilai negatif dan atau r hitung lebih kecil dari r tabel.

Uji validitas dilaksanakan di Desa Cigadog dan Desa Jayamukti wilayah kerja Puskesmas Leuwisari yang memiliki karakteristik hampir sama dengan wilayah kerja Puskesmas Singaparna yaitu terkait mata pencaharian mayoritas buruh, dan tingkat pendidikan mayoritas tamatan SD, dengan jumlah responden sebanyak 30 orang. Adapun hasilnya sebagai berikut:

Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas Variabel Pengetahuan (n=30)

Butir Pertanyaan	R hitung	R tabel	Keterangan
P1	0,032	0,361	Tidak Valid
P2	0,246	0,361	Tidak Valid
P3	-0,250	0,361	Tidak Valid
P4	0,556	0,361	Valid
P5	0,491	0,361	Valid
P6	0,194	0,361	Tidak Valid
P7	0,568	0,361	Valid
P8	0,358	0,361	Tidak Valid
P9	0,378	0,361	Valid
P10	0,319	0,361	Tidak Valid
P11	0,448	0,361	Valid
P12	0,204	0,361	Tidak Valid
P13	0,251	0,361	Tidak Valid
P14	0,376	0,361	Valid
P15	0,329	0,361	Tidak Valid
P16	0,106	0,361	Tidak Valid
P17	0,387	0,361	Valid
P18	0,173	0,361	Tidak Valid
P19	-0,014	0,361	Tidak Valid
P20	0,234	0,361	Tidak Valid
P21	0,323	0,361	Tidak Valid
P22	0,547	0,361	Valid
P23	0,410	0,361	Valid
P24	0,364	0,361	Valid
P25	0,392	0,361	Valid
P26	0,032	0,361	Tidak Valid
P27	0,336	0,361	Tidak Valid
P28	0,191	0,361	Tidak Valid

Berdasarkan tabel 4.1 diatas menunjukkan bahwa terdapat 17 butir pertanyaan variabel pengetahuan yang tidak valid yaitu butir pertanyaan no, 1, 2, 3, 6, 8, 10, 12, 13, 15, 16, 18, 19, 20, 21, 26, 27, dan 28. Sedangkan 11 pertanyaan telah memenuhi kriteria validitas (r hitung $>$ r tabel 0,361 untuk $n=30$).

2) Reliabilitas

Reliabilitas menunjukkan sejauh mana hasil pengukuran itu tetap konsisten atau tetap ajeg bila dilakukan pengukuran dua kali atau lebih terhadap gejala yang sama dengan menggunakan alat ukur yang sama. Teknik uji reliabilitas yang digunakan untuk instrumen pengetahuan adalah nilai *Cronbach's Alpha* yang dibandingkan dengan nilai r tabel. Jika nilai *Cronbach's Alpha* positif dan lebih besar dari pada r tabel, maka instrumen tersebut Reliabel.

Uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak komputer dan telah didapat hasil uji reliabilitas sebagai berikut:

Tabel 4.2 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Pengetahuan (N=30)

Cronbach's Alpha	N of Item
0,685	11

Berdasarkan tabel 4.2 diatas bahwa hasil uji reliabilitas menunjukkan *Cronbach's Alpha* 0,685, dengan demikian alat ukur variabel pengetahuan telah memenuhi kriteria reliabilitas dimana nilai *Cronbach's Alpha* lebih dari r tabel yaitu $0,685 > 0,361$.

6. Pengolahan Data

a. Editing Data (Penyuntingan Data)

Data yang telah diisi kemudian dikumpulkan untuk melakukan pemeriksaan kembali kelengkapan data yang diperoleh, jika terdapat data yang tidak lengkap maka data harus dilengkapi terlebih dahulu

b. Skoring

Pemberian nilai 1 jika jawaban untuk pengetahuan benar, dan nilai 0 jika jawaban salah

c. Coding Data

Pembuatan kode masing-masing variabel sebagai berikut:

- 1) Variabel Pengetahuan Sebelum diberikan media booklet, diberi kode 1= Baik, jika hasil presentase menjawab 8-11 pertanyaan dengan benar, kode 2= Cukup, jika hasil presentase menjawab 6 pertanyaan dengan benar dan kode 3= Kurang, jika hasil presentase menjawab ≤ 5 pertanyaan dengan benar.
- 2) Variabel Pengetahuan Sesudah diberikan media booklet, diberi kode 1= Baik, jika hasil presentase menjawab 8-11 pertanyaan dengan benar, kode 2= Cukup, jika hasil presentase menjawab 6 pertanyaan dengan benar dan kode 3= Kurang, jika hasil presentase menjawab ≤ 5 pertanyaan dengan benar.

d. Entry Data

Memasukan data kedalam komputer dengan menggunakan program software computer

- e. **Tabulating Data**
Membuat tabel-tabel data agar dapat dengan mudah dijumlahkan, disusun, dan disajikan.
- 7. **Analisis Data**
 - a. **Analisis Univariat**
Analisis ini untuk menggambarkan semua variabel yang disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dalam persentase dan dibuat secara naratif.
 - b. **Analisis Bivariat**
Analisis bivariat digunakan untuk melihat perbedaan antar variabel, sesuai dengan penelitian maka analisis bivariat digunakan untuk melihat perbedaan antara pengetahuan sebelum dan setelah diberikan media booklet dengan menggunakan uji t- dependent

1) Uji Normalitas

Uji normalitas data adalah sebuah uji yang dilakukan untuk menentukan apakah data yang akan dianalisis terdistribusi normal atau tidak. Hal ini perlu dilakukan sebelum memilih dan melakukan analisis data agar dapat diketahui uji statistik yang cocok. Jika data yang akan dianalisis terdistribusi normal, maka uji statistik yang digunakan adalah uji statistik pada kelompok parametrik, sebaliknya apabila data yang akan dianalisis tidak terdistribusi normal maka uji statistik yang digunakan adalah uji statistik pada kelompok nonparametrik. Data yang dianalisis dikatakan terdistribusi normal apabila nilai signifikansi yang diperoleh lebih besar atau sama dengan α ($p \geq \alpha$).

2) Hasil Uji Normalitas Data

Berikut hasil uji normalitas data dengan kolmogorov smirnov dalam Tabel 4.3 dibawah ini:

Tabel 4.3 Hasil Uji Normalitas Data dengan Kolmogorov Smirnov

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test	
	Unstandardized Residual
Asymp. Sig. (2-tailed)	.108

Berdasarkan tabel 4.3 didapatkan Asymp. Sig. (2-tailed), didapatkan 0,108 > $\alpha = 0,05$ artinya bahwa data tersebut berdistribusi normal.

8. Etika Penelitian

Etika penelitian sangat penting karena penelitian ini berhubungan langsung dengan manusia, sehingga perlu memperhatikan hal-hal sebagai berikut:

a. Menjaga Privacy Responden

Untuk menjaga *privacy* responden, peneliti melakukan kesepakatan terlebih dahulu terkait waktu dan tempat dilakukannya pengambilan data

b. Menjaga Kerahasiaan Responden

Semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti

c. Memberikan Kompensasi

Peneliti memberikan penghargaan berupa kenang-kenangan kepada responden yang telah mengorbankan waktu, tenaga, pikiran dalam memberikan informasi yang diperlukan oleh peneliti.

D. HASIL PENELITIAN

1. Hasil Analisis Data

a. Karakteristik Responden

1) Jenis Kelamin Responden

Jumlah responden berdasarkan jenis kelamin di wilayah kerja Puskesmas Singaparna Tahun 2019 dapat dilihat pada Tabel 5.1 dibawah ini:

Tabel 5.1 Jumlah Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Wilayah Kerja Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019

Jenis Kelamin	F	Persentase (%)
Laki-laki	2	6,1
Perempuan	31	93,9
Total	33	100

Berdasarkan Tabel 5.1 didapatkan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan yaitu 31 orang (93,9%).

2) Umur Responden

Jumlah responden berdasarkan kelompok umur di wilayah kerja Puskesmas Singaparna Tahun 2019 dapat dilihat pada Tabel 5.2 dibawah ini:

Tabel 5.2 Jumlah Responden Berdasarkan Kelompok Umur di Wilayah Kerja Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019

	N	Minimum	Maximum	Mean
Umur	33	45	59	51,97

Berdasarkan Tabel 5.2 didapatkan bahwa rata-rata usia pada responden adalah 51,97 tahun. Usia minimum adalah 45 tahun dan usia maximum 59 tahun.

3) Pendidikan Responden

Jumlah responden berdasarkan tingkat pendidikan di wilayah kerja Puskesmas Singaparna Tahun 2019 dapat dilihat pada Tabel 5.3 dibawah ini:

Tabel 5.3 Jumlah Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan di Wilayah Kerja Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019

Tingkat Pendidikan	F	Persentase (%)
Tidak Tamat SD	2	6,1
Tamat SD	13	39,4
Tamat SMP	8	24,2
Tamat SMA	9	27,3
Tamat Perguruan Tinggi	1	3,0
Total	33	100,0

Berdasarkan Tabel 5.3 didapatkan bahwa mayoritas responden berpendidikan tamatan SD yaitu 13 orang (39,4%).

4) Pekerjaan Responden

Jumlah responden berdasarkan pekerjaan di wilayah kerja Puskesmas Singaparna Tahun 2019 dapat dilihat pada Tabel 5.4 dibawah ini:

Tabel 5.4 Jumlah Responden Berdasarkan Pekerjaan di Wilayah Kerja Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019

Pekerjaan	F	Persentase (%)
Bekerja	8	24.2
Tidak Bekerja	25	75.8
Total	33	100.0

Berdasarkan Tabel 5.4 didapatkan bahwa mayoritas responden tidak bekerja yaitu 25 orang (75,8%).

2. Gambaran Hasil Analisis Univariat

Analisis univariat adalah analisis untuk menggambarkan semua variabel yang disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dalam persentase dan dibuat secara naratif.

a. Gambaran Pengetahuan Lansia Hipertensi Sebelum diberikan Media Booklet Pola Hidup Sehat di Wilayah Kerja Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019.

Hasil pengetahuan terhadap lansia hipertensi sebelum diberikan Media Booklet Pola Hidup Sehat di wilayah kerja Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019 dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Lansia Hipertensi Sebelum diberikan Media Booklet Pola Hidup Sehat di Wilayah Kerja Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019

Variabel	Mean	SD	Min-Max	N
Pengetahuan Sebelum	66,33	19,953	27-100	33

Berdasarkan Tabel 5.5 didapatkan bahwa rata-rata nilai pengetahuan lansia hipertensi sebelum diberikan media booklet pola hidup sehat yaitu 66,33 dengan standar deviasi 19, 953, serta nilai terendah adalah 27 dan nilai tertinggi adalah 100.

Distribusi frekuensi kategori pengetahuan lansia hipertensi sebelum diberikan media booklet pola hidup sehat di wilayah kerja Puskesmas Singaparna Tahun 2019 dapat dilihat pada tabel 5.6 dibawah ini:

Tabel 5.6 Distribusi Frekuensi Kategori Pengetahuan Lansia Hipertensi Sebelum diberikan Media Booklet Pola Hidup Sehat di Wilayah Kerja Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019

No	Pengetahuan	F	%
1.	Baik	11	33,3
2.	Cukup	9	27,3
3.	Kurang	13	39,4
Total		33	100

Berdasarkan Tabel 5.6 didapatkan bahwa tingkat pengetahuan lansia hipertensi sebelum diberikan media booklet pola hidup sehat mayoritas kurang yaitu 13 orang (39,4%).

Distribusi pertanyaan paling banyak di jawab benar dan salah sebelum diberikan media booklet pola hidup sehat di wilayah kerja Puskesmas Singaparna Tahun 2019 dapat dilihat pada tabel 5.7 dibawah ini:

Tabel 5.7 Distribusi Pertanyaan Paling Banyak di Jawab Benar dan Salah Sebelum diberikan Media Booklet Pola Hidup Sehat di Wilayah Kerja Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019

No.	Pertanyaan	Benar		Salah		Jumlah	
		F	%	F	%	F	%
1.	Alat untuk mengukur tekanan darah tinggi	33	100	0	0	33	100
2.	Yang bukan tempat pelayanan Kesehatan yang dapat dikunjungi untuk memeriksakan tekanan darah lansia	11	33,3	22	66,7	33	100
3.	Perilaku penyebab hipertensi pada lansia	12	36,4	21	63,3	33	100
4.	Hipertensi adalah penyakit yang dapat diturunkan	25	75,8	8	24,2	33	100
5.	Yang bukan pengolahan makanan yang baik bagi lansia yang dapat	18	48,5	17	51,5	33	100

No.	Pertanyaan	Benar		Salah		Jumlah	
		F	%	F	%	F	%
	mencegah hipertensi						
6.	Salah satu contoh makanan yang mengandung nutrium penyebab risiko hipertensi	28	84,8	5	15,2	33	100
7.	Kebutuhan per hari	17	51,5	16	48,5	33	100
8.	Merokok merupakan perilaku penyebab hipertensi	29	87,9	4	12,1	33	100
9.	Perilaku yang dapat mencegah hipertensi	21	63,6	12	36,4	33	100
10.	Yang bukan contoh makanan pemicu hipertensi	20	60,6	13	39,4	33	100
11.	Tanaman atau sayuran yang dapat digunakan sebagai pengobatan hipertensi	29	87,9	4	12,1	33	100

Berdasarkan Tabel 5.7 didapatkan bahwa seluruh responden menjawab dengan benar adalah tentang alat untuk mengukur tekanan darah tinggi yaitu 100%.

Sedangkan pertanyaan yang paling banyak dijawab salah yaitu tentang yang bukan tempat pelayanan kesehatan yang dapat dikunjungi untuk memeriksakan tekanan darah lansia yaitu 66,7% menyatakan dipelayanan puskesmas.

b. Mengetahui Gambaran Pengetahuan Lansia Hipertensi Setelah diberikan Media Booklet Pola Hidup Sehat di Wilayah Kerja Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019.

Hasil pengetahuan terhadap lansia hipertensi setelah diberikan Media Booklet Pola Hidup Sehat di Wilayah Kerja Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019 dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 5.8 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Lansia Hipertensi Setelah diberikan Media Booklet Pola Hidup Sehat di Wilayah Kerja Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019

Variabel	Mean	SD	Min-Max
Pengetahuan Setelah	88,03	8,723	63-100

Berdasarkan Tabel 5.8 didapatkan bahwa rata-rata nilai pengetahuan lansia hipertensi setelah diberikan media booklet pola hidup sehat yaitu 88,03 dengan standar deviasi 8,723, serta nilai terendah adalah 63 dan nilai tertinggi 100.

Distribusi frekuensi kategori pengetahuan lansia hipertensi setelah diberikan media booklet pola hidup sehat di wilayah kerja Puskesmas Singaparna Tahun 2019 dapat dilihat pada tabel 5.9 dibawah ini:

Tabel 5.9 Distribusi Frekuensi Kategori Pengetahuan Lansia Hipertensi Setelah diberikan Media Booklet Pola Hidup Sehat di Wilayah Kerja Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019

	Pengetahuan	F	%
1.	Baik	31	93,9
2.	Cukup	2	6,1
	Total	33	100

Berdasarkan Tabel 5.9 didapatkan bahwa tingkat pengetahuan lansia hipertensi setelah diberikan media booklet pola hidup sehat mayoritas baik yaitu 31 orang (93,9%).

Distribusi pertanyaan paling banyak di jawab benar dan salah setelah diberikan media booklet pola hidup sehat di wilayah kerja Puskesmas Singaparna Tahun 2019 dapat dilihat pada tabel 5.10 dibawah ini:

Tabel 5.10 Distribusi Pertanyaan Paling Banyak di Jawab Benar dan Salah Setelah diberikan Media Booklet Pola Hidup Sehat di Wilayah Kerja Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019

No	Pertanyaan	Benar		Salah		Jumlah	
		F	%	F	%	F	%
1.	Alat untuk mengukur tekanan darah tinggi	33	100	0	0	33	100
2.	Yang bukan tempat pelayanan kesehatan						

	yang dapat dikunjungi untuk memeriksakan tekanan darah lansia	26	78,8	7	21,2	33	100
3.	Perilaku penyebab hipertensi pada lansia	26	78,8	7	21,2	33	100
4.	Hipertensi adalah penyakit yang dapat diturunkan	33	100	0	0	33	100
5.	Yang bukan pengolahan makanan yang baik bagi lansia yang dapat mencegah hipertensi	25	75,8	8	24,2	33	100
6.	Salah satu contoh makanan yang mengandung natrium penyebab risiko hipertensi	32	97,0	1	3,0	33	100
7.	Kebutuhan gula per hari	24	72,7	9	27,3	33	100
8.	Perilaku penyebab hipertensi	32	97,0	1	3,0	33	100
9.	Perilaku yang dapat mencegah hipertensi	31	93,9	2	6,1	33	100
10.	Yang bukan contoh makanan pemicu hipertensi	29	87,9	4	12,1	33	100
11.	Tanaman sayuran yang dapat digunakan sebagai pengobatan hipertensi	31	93,9	2	6,1	33	100

Berdasarkan Tabel 5.10 didapatkan bahwa seluruh responden menjawab dengan benar tentang alat untuk mengukur tekanan darah yaitu 100%.

Sedangkan pertanyaan yang paling banyak dijawab salah yaitu tentang kebutuhan gula per hari yaitu 27,3%.

3. Hasil Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk melihat perbedaan antar variabel, yaitu untuk melihat perbedaan antara pengetahuan sebelum dan setelah diberikan media booklet pola hidup sehat dengan menggunakan Uji t Dependent (*Paired Test*). Dikatakan bermakna jika nilai $p < \alpha$ (0,05) dan tidak bermakna jika nilai $p \geq \alpha$ (0,05).

Hasil perbedaan pengetahuan sebelum dan setelah pemberian Media Booklet Pola Hidup Sehat di wilayah kerja Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019, dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 5.11 Perbedaan Pengetahuan Lansia Hipertensi Sebelum dan Setelah diberikan Media Booklet Pola Hidup Sehat di Wilayah Kerja Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019

Pengetahuan	Mean	SD	SE	P value	N
Sebelum	66,33	19,953	3,473	0,000	33
Setelah	88,03	8,723	1,519		

Berdasarkan Tabel 5.11 didapatkan bahwa rata-rata nilai pengetahuan lansia sebelum diberikan media booklet adalah 66,33 dengan standar deviasi 19,953. Sedangkan nilai rata-rata pengetahuan lansia setelah diberikan media booklet adalah 88,03 dengan standar deviasi 8,723.

Hasil uji statistik didapatkan nilai P value sebesar 0,000 dan jika dibandingkan dengan nilai $\alpha=0,05$, $p \text{ value} < \alpha$ artinya terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata nilai pengetahuan lansia hipertensi sebelum dan setelah diberikan media booklet pola hidup sehat di wilayah kerja Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019.

E. PEMBAHASAN

1. Pengetahuan Lansia Hipertensi Tentang Pola Hidup Sehat

Berdasarkan hasil analisis didapatkan bahwa rata-rata nilai pengetahuan responden sebelum diberikan media booklet tentang pola hidup sehat yaitu 66,33 dengan standar deviasi 19,953, serta nilai terendah adalah 27 dan nilai tertinggi adalah 100. Hal ini menunjukkan bahwa nilai pengetahuan responden masih dalam kategori kurang.

Hal ini sesuai dengan teori menyatakan bahwa pengetahuan adalah hasil tahu dan terjadi setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terhadap objek terjadi melalui panca indra manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba dengan sendiri (Notoatmodjo,2003).

Menurut Wawan dan Dewi (2010:16) menyatakan bahwa faktor yang mempengaruhi pengetahuan, dipengaruhi oleh 2 faktor yaitu faktor internal (pendidikan,

pekerjaan, umur) dan faktor eksternal (lingkungan dan sosial budaya).

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa mayoritas tingkat pendidikan responden adalah tamat Sekolah Dasar serta rata usia responden adalah 51,97 tahun yang disinyalir turut berperan dalam mempengaruhi pengetahuan responden.

Berdasarkan tabel, mayoritas responden menjawab dengan benar tentang alat untuk mengukur tekanan darah tinggi yaitu 100%. Sedangkan untuk pertanyaan yang paling banyak dijawab salah yaitu tentang yang bukan tempat pelayanan kesehatan yang dapat dikunjungi untuk memeriksakan tekanan darah pada lansia 66,7% .responden menyatakan di puskesmas.

Berkaitan dengan tempat pelayanan kesehatan untuk lansia, pemerintah sudah menyediakan program melalui program pelayanan posbindu PTM (Penyakit Tidak Menular). Posbindu PTM merupakan wujud peran serta masyarakat dalam kegiatan deteksi dini, pemantauan dan tindak lanjut dini faktor risiko PTM secara mandiri dan berkesinambungan. Kegiatan ini dikembangkan sebagai bentuk kewaspadaan dini terhadap PTM mengingat hampir semua faktor risiko PTM tidak memberikan gejala. Adapun kegiatan/jenis pelayanan posbindu meliputi wawancara, pengukuran, dan pemeriksaan, jika pada saat wawancara, pengukuran, dan pemeriksaan ditemukan faktor risiko PTM, maka dilakukan tindak

lanjut dini berupa pembinaan secara terpadu melalui penyuluhan individu, kelompok atau konseling secara perorangan sesuai dengan kebutuhan. Selanjutnya bagi yang memerlukan penanganan lebih lanjut dapat dirujuk kefasilitas kesehatan tingkat pertama (FKTP).

Hal ini sesuai dengan penelitian Anik Eka Di Semarang pada tahun 2012 yang menyatakan bahwa pengetahuan lansia mayoritas termasuk dalam kategori kurang baik tentang hipertensi dan pola hidup sehat yaitu sebesar 41 orang (50,0%).

Hasil penelitian setelah diberikan media booklet menyatakan bahwa rata-rata nilai pengetahuan lansia hipertensi setelah diberikan media booklet pola hidup sehat yaitu 88,03 dengan standar deviasi 8,723, serta nilai terendah adalah 63 dan nilai tertinggi 100.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan lansia hipertensi setelah diberikan media booklet pola hidup sehat mayoritas baik yaitu 31 orang (93,9%).

Pengetahuan memberikan informasi kepada seseorang yang mempelajarinya sehingga jika diterapkan dalam kehidupannya akan bisa mendatangkan perubahan perilaku atau tingkah laku, dalam hal ini berupa perilaku pola hidup sehat pada lansia dengan riwayat hipertensi. Selain pengetahuan, perilaku atau tingkah laku juga didukung dengan sikap positif dan dukungan dari pihak lain, sehingga seseorang dapat mengambil keputusan dalam

menentukan pilihan untuk mempermudah menyelesaikan permasalahannya. Pengetahuan akan membentuk keyakinan tertentu yang pada akhirnya seseorang akan berperilaku sesuai dengan keyakinan (Notoatmodjo, 2003).

Dibutuhkan berbagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan lansia hipertensi tentang pola hidup sehat seperti konseling yang terintegrasi dalam program Posbindu.

2. Peran Media Booklet Tentang Pola Hidup Sehat

Berdasarkan tabel, didapatkan bahwa rata-rata nilai pengetahuan lansia sebelum diberikan media booklet adalah 66,33 dengan standar deviasi 19,953. Sedangkan nilai rata-rata pengetahuan lansia setelah diberikan media booklet adalah 88,03 dengan standar deviasi 8,723.

Hasil uji statistik didapatkan nilai P value sebesar 0,000 dan jika dibandingkan dengan nilai $\alpha=0,05$, p value $< \alpha$ artinya terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata nilai pengetahuan lansia hipertensi sebelum dan setelah diberikan media booklet pola hidup sehat di wilayah kerja Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019.

Tentunya dalam sebuah promosi kesehatan media pendidikan kesehatan berperan penting dan dapat diartikan sebagai alat bantu atau alat peraga untuk menyampaikan informasi atau pesan-pesan tentang kesehatan. Menurut Notoatmodjo (2011), disebut sebagai media pendidikan karena alat-alat tersebut merupakan alat saluran (*channel*) untuk menyampaikan

informasi kesehatan dan untuk mempermudah penerimaan pesan-pesan kesehatan bagi masyarakat atau klien.

Berdasarkan uraian diatas, media pendidikan kesehatan ini dibagi menjadi tiga, yaitu: media cetak, media elektronik dan media papan. Penggunaan booklet adalah contoh media yang lazim digunakan dan diharapkan dapat menarik minat lansia hipertensi usia 45-59 tahun sehingga mampu meningkatkan pengetahuan pola hidup sehat.

Menurut Notoatmodjo (2014:65) menyatakan bahwa booklet ialah suatu media untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan dalam bentuk buku, baik berupa tulisan maupun gambar. Bagaray (2016: 79) dalam Utami (2018:33), menyatakan bahwa keunggulan dalam menggunakan media cetak seperti *booklet* antara lain dapat mencakup banyak orang, praktis dalam penggunaannya karena dapat dipakai dimana saja dan kapan saja, tidak memerlukan listrik, dan karena *booklet* tidak hanya berisi teks tetapi terdapat gambar sehingga dapat menimbulkan rasa keindahan.

Berdasarkan hasil penelitian Zulaekah (2012) menyatakan bahwa ada perbedaan bermakna pengetahuan gizi anak SD yang anemia sebelum dan sesudah intervensi pendidikan gizi dengan media booklet (P=0,0001).

Untuk meningkatkan kesehatan dan pengetahuan lansia hipertensi diperlukan upaya sosialisasi konseling pola hidup sehat melalui rancangan media pendidikan yang menarik sehingga pesan yang disampaikan bisa mudah diterima oleh lansia hipertensi. Hal ini dikarenakan lansia hipertensi

mengalami kemunduran fungsi sel-sel tubuh.

Rekomendasi peneliti, untuk mempermudah penerima pesan kesehatan, dibutuhkan bantuan media promosi kesehatan yang menarik disesuaikan dengan kebutuhan sasaran baik secara konten (isi) atau desain. Penyesuaian konten (isi) booklet mengacu kepada isi hasil penelitian tentang kebutuhan informasi terkait pola hidup sehat. Selain konten, desain yang menarik, bahasa yang digunakan pun sederhana mudah dipahami dengan kebutuhan sasaran.

F. KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian ini adalah:

- a. Rata-rata nilai pengetahuan lansia hipertensi sebelum diberikan media booklet pola hidup sehat yaitu 66,33 dengan standar deviasi 19,953, serta nilai terendah adalah 27 dan nilai tertinggi adalah 100.
- b. Rata-rata nilai pengetahuan lansia hipertensi setelah diberikan media booklet pola hidup sehat yaitu 88,03 dengan standar deviasi 8,723, serta nilai terendah adalah 63 dan nilai tertinggi 100.
- c. Terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata nilai pengetahuan lansia hipertensi sebelum dan setelah diberikan media booklet pola hidup sehat di wilayah kerja Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019 dengan P value 0,000.

2. Saran

a. Bagi Puskesmas Singaparna (Perancangan Program)

Puskesmas Singaparna dalam menyusun program promosi kesehatan melalui kegiatan posbindu PTM dengan merancang kegiatan seperti penyuluhan/ konseling yang difokuskan pada topik pola hidup sehat lansia.

b. Bagi Dinas Kesehatan Kabupaten Tasikmalaya

Dinas Kabupaten Tasikmalaya diharapkan mengadakan terkait pelatihan pembuatan media booklet untuk petugas kesehatan

c. Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan dapat meningkatkan peran promotifnya melalui kegiatan konseling dan penyuluhan dalam kegiatan posbindu.

d. Bagi Masyarakat

Masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan tentang pola hidup sehat melalui pencarian informasi kesehatan pada kegiatan-kegiatan yang diselenggarakan oleh pelayanan kesehatan seperti rangkaian kegiatan penyuluhan/konseling dipelayanan posbindu.

G. DAFTAR PUSTAKA

- Dina Kesehatan Provinsi Jawa Barat. 2016. *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat*.
- Dinas Kabupaten Tasikmalaya. 2016. *Profil Kesehatan*

- Kabupaten Tasikmalaya 2016.*
Dinas Kabupaten Tasikmalaya.
- Dinas Kabupaten Tasikmalaya.
2017. *Profil Kesehatan Kabupaten Tasikmalaya 2017.*
Dinas Kabupaten Tasikmalaya.
- Dinas Kabupaten Tasikmalaya.
2018. *Laporan Pengukuran Tekanan Darah Penduduk ≥ 18 Menurut Jenis Kelamin, Kecamatan, dan Puskesmas Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2018.* Dinas Kabupaten Tasikmalaya.
- Kementerian Kesehatan RI. Nomor 67 Tahun 2015. *Penyelenggaraan Pelayanan Kesehatan Lanjut Usia Di Pusat Kesehatan Masyarakat.*
- Kementerian Kesehatan RI. 2016. *Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan.* Jakarta.
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Hasil Utama Riskesdas 2018.* Kementerian Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Jakarta.
- Fitriani, S. 2011. *Promosi Kesehatan.* Edisi Pertama. Cetakan Pertama. Graha Ilmu. Yogyakarta.
- Mutmainnah, RR. 2018. Perbedaan Pengaruh Media Slide Dengan Booklet Terhadap Perubahan Kecemasan Wanita Premenopause di Wilayah Puskesmas Cibereum Kota Tasikmalaya Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Bidkesmas Respati* II(9): 59-67.
- Notoatmodjo, S. 2007. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku.* Edisi Pertama. Cetakan Pertama. PT Rineka Cipta. Jakarta.
- Notoatmodjo, S. 2011. *Kesehatan Masyarakat Ilmu & Seni.* Edisi Revisi. Cetakan Kedua. PT Rineka Cipta. Jakarta.
- Notoatmodjo, S. 2014. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan.* Edisi Revisi 2014. PT Rineka Cipta. Jakarta.
- Nugraha, RS. 2017 *Tinta Pendidikan Indonesia Media Pembelajaran Booklet.* <http://www.tintapendidikanindonesia.com/2017/07/media-pembelajaran-booklet.html?m=1>. (16:01:00).
- Puskesmas Singaparna. 2019. *Laporan Puskesmas Singaparna Periode Januari-Maret 2019.* Puskesmas Singaparna.
- Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. 2014. *Hipertensi.* Jakarta Selatan.
- Rukmana, IA dan Yokhebed, S. 2018. *Kelayakan Media Booklet Submateri Keanekaragaman Kelas X SMA.* 4.
- Susilo, Y. Dan Wulandari, A. 2011. *Cara Jitu Mengatasi Hipertensi.* Penerbit Andi.
- Triyanto, E. 2014. *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu.* Edisi Pertama. Cetakan Pertama. Graha Ilmu. Yogyakarta.
- Utami, WF. 2018. *Pengembangan Media Booklet Teknik Kaitan Untuk Siswa Kelas X SMKN 1 Saptosari Gunung Kidul.* Program Studi Pendidikan Teknik Busana Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta.
- Wulandari, F. 2018. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Booklet Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Remaja Dalam Pencegahan Dini HIV/AIDS di SMP N 23 Kota Surakarta.* Program Studi

Kesehatan Masyarakat Fakultas
Ilmu Kesehatan Universitas
Muhammadiyah
Surakarta.Surakarta.

Wawan, A. Dan M. Dewi. 2010.
*Teori dan Pengukuran
Pengetahuan, Sikap dan Perilaku
Manusia*. Cetakan 1. Nuha
Medika. Yogyakarta.

Zulaekah, S. 2012. *Efektifitas
Pendidikan Gizi dengan Media
Booklet Terhadap Pengetahuan
Gizi Anak SD*. 7 (2): 121-128.