Vol.9 No.2 Hal.667-673
September 2026

BEST JOURNAL (Biology Education Science & Technology) Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

ISSN (Print) : 2614 – 8064
ISSN (Online): 2654 – 4652

Pengaruh Edukasi Diet Dash Dengan Menggunakan Video Animasi Dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Penderita Hipertensi Di Puskesmas Simalingkar

Talenta Magdalena Waruwu (1), Hetty Gustina Simamora (2), Serlina Silalahi (3), Marida Marbun (4)

(1),(2),(3),(4) Institut Kesehatan Santa Elisabeth Medan Program Studi Sarjana Gizi

talentamagdalena28@gmail.com (1), gustinasimamora28@gmail.com (2), serlinasilalahi@gmail.com (3), maridamarbun@gmail.com (4)

Abstrak

Pengetahuan penderita hipertensi mengenai pengelolaan penyakit, khususnya Diet DASH, masih tergolong kurang. Dari data yang dieroleh, hipertensi masih menjadi masalah kesehatan yang cukup tinggi dan menunjukkan peningkatan menjadi 11,7% di tahun 2025. Penelitian ini merupakan jenis penelitian penelitian One Group Pretest-Posttest Design. Jumlah sampel 36 orang dengan teknik pengambilan sampel consecutive sampling. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner yang terdiri dari pertanyaan serta 4 opsi/point pilihan jawaban, dalam kuesioner ini menggunakan pilihan jawaban apabila responden memilih jawaban "benar" mendapat skor 1 dan apabila responden memilih pilihan jawaban "salah" mendapat skor 0. Dalam proses pengolahan data, dilakukan uji t berpasangan apabila data tidak berdistribusi normal, maka digunakan uji alternatif yaitu uji Wilcoxon. Hasill penelitian menjelaskan bahwa edukasi diet DASH menggunakan video animasi dan leaflet berpengaruh signifikan terhadap pengetahuan penderita hipertensi di Puskesmas Simalingkar Tahun 2026, dengan hasil Uji Wilcoxon menunjukkan p-value = 0,020 (p<0,05) pada kedua media edukasi. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan setelah penggunaan media leaflet dan video, namun tidak memberikan bukti kuat mengenai hubungan sebab-akibat. Diperlukan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih besar, waktu intervensi yang lebih lama, serta menambahkan variabel seperti kepatuhan menjalankan diet DASH sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai efektivitas media edukasi dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku penderita hipertensi.

Kata Kunci : Edukasi, Diet Dash, Video Animasi dan Leaflet, Hipertensi

Abstract

Hypertension patients' knowledge regarding disease management, specifically the DASH diet, remains inadequate. Data indicates that hypertension continues to be a significant health issue, with prevalence projected to rise to 11.7% by 2025. This study employed a One-Group Pretest-Posttest design. The sample consisted of 36 individuals selected via consecutive sampling. Data collection utilized a questionnaire comprising questions with four response options; a score of 1 was awarded for a "correct" answer, while a score of 0 was assigned for an "incorrect" answer. Data analysis involved a paired t-test; however, as the data were not normally distributed, the Wilcoxon signed-rank test was used as an alternative. The results demonstrate that DASH diet education using animated videos and leaflets significantly influenced the knowledge of hypertension patients at the Simalingkar Community Health Center (Puskesmas) in 2026, with the Wilcoxon test yielding a p-value of 0.020 (p<0.05) for both educational media. While the findings indicate a significant improvement following the use of leaflets and videos, they do not provide conclusive evidence of a cause-and-effect relationship. Further research involving larger sample sizes and longer intervention periods—and incorporating variables such as adherence to the DASH diet—is required to provide a more comprehensive understanding of the effectiveness of educational media in improving the knowledge and behavior of hypertension patients.

Keywords: Education, DASH Diet, Animated Video and Leaflet, Hypertension.

I. PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

Penyakit tidak menular salah satu permasalahan kesehatan yang menjadi perhatian utama di dunia karena kontribusinya yang besar terhadap angka kesakitan dan kematian. Tingginya angka kesakitan akibat penyakit kardiovaskular menjadi salah satu faktor yang memicu peningkatan angka kematian secara global. Salah satu penyakit kardiovaskular yang memiliki kontribusi besar terhadap tingginya angka kematian tersebut adalah hipertensi (Suprayitna2 et al., 2023) Pengetahuan seseorang mempengaruhi tindakan yang akan dilakukan terkait dengan diet hipertensi, Pengetahuan yang harus dimiliki oleh pasien hipertensi yaitu arti dari penyakit hipertensi, penyebab hipertensi, gejala yang muncul pada pasien hipertensi dan pentingnya melakukan pencegahan dengan diet serta bahaya dari komplikasi akibat dari hipertensi. Dengan demikian pengetahuan yang baik merupakan faktor yang sangat berpengaruh bagi penderita hipertensi dalam menjalankan kepatuhan diet. Adapun jika terjadi ketidakpatuhan dalam diet dan terapi obat, maka banyak sekali dampak dari hipertensi tersebut diantaranya dapat menyebabkan kerusakan organ tubuh seperti penyakit jantung, stroke, gagal ginjal, retinopati, penyakit pembuluh darah tepi, gangguan syaraf. Oleh karena itu, penting dilakukan upaya peningkatan pengetahuan melalui edukasi (Fitriani et al., 2023). Pelaksanaan edukasi kesehatan kita membutuhkan media. Media promosi kesehatan adalah semua sarana atau upaya untuk menampilkan pesan atau informasi yang ingin disampaikan oleh komunikator, baik melalui media cetak (berupa leaflet, poster, audio visual, flipchart, booklet, buku saku), elektronika (berupa radio, TV, komputer dan sebagainya) dan media luar ruang, sehingga sasaran dapat meningkatkan pengetahuannya yang kemudian diharapkan menjadi perubahan pada perilaku ke arah positif di bidang kesehatan dengan menerapkan diet DASH (Notoatmodjo, 2020).Diet DASH Adalah jenis diet ini pertama kali diperkenalkan dalam pertemuan American Heart Association (AHA) pada tahun 1996 kemudian dipublikasikan melalui New England Journal of Medicine pada tahun 1997. Diet DASH adalah diet yang menyarankan konsumsi makanan rendah lemak jenuh, kolesterol, dan lemak total, serta meningkatkan konsumsi buah dan sayur dengan jumlah porsi 4–5 porsi/hari, produk susu tanpa lemak atau rendah lemak, gandum utuh, dan kacang-kacangan. Dibandingkan dengan diet lain, diet DASH dapat memberikan kalium, magnesium, kalsium, protein, dan serat lebih tinggi yang dipercaya dapat mengontrol tekanan darah, sehingga penting untuk meningkatkan pengetahuan tentang diet DASH (ASDI, 2023).Berdasarkan hasil penelitian Dinda (2021) tentang “Pengaruh Edukasi Diet DASH Menggunakan Video Animasi dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Pada Orang Dewasa di Kelurahan Padang Kapuk Kabupaten Bengkulu Selatan Tahun 2021” hasil uji statistik Wilcoxon diketahui bahwa ada pengaruh terhadap pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi DASH Diet menggunakan video animasi dan leaflet. Hal ini dapat dilihat dari nilai p-value 0,0005 yang berarti Ho ditolak ($p<0,05$) yang berarti ada pengaruh edukasi DASH Diet menggunakan video animasi dan leaflet.Berdasarkan hasil wawancara, diketahui bahwa pengetahuan penderita hipertensi mengenai pengelolaan penyakit, khususnya Diet DASH, masih tergolong kurang. Dari data Puskesmas Simalingkar, hipertensi masih menjadi masalah kesehatan yang cukup tinggi dan menunjukkan peningkatan dari 10,69% pada tahun 2024 menjadi 11,7% pada tahun 2025, serta masih ditemukan ratusan penderita pada tahun 2026 sebanyak 382 orang. Maka peneliti tertarik untuk melakukan edukasi kesehatan dengan menggunakan video dan leaflet untuk meningkatkan pengetahuan penderita hipertensi dan menurunkan prevalensi penderit hipertensi..

2.Perumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini yaitu bagaimana penelitian dengan judul Pengaruh Edukasi Diet Dash Dengan Menggunakan Video Animasi Dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Penderita Hipertensi Di Puskesmas Simalingkar. Dapat dilaksanakan dengan sesuai prosedur dan tepat waktu.

3. **Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hasil penelitian dengan judul Pengaruh Edukasi Diet Dash Dengan Menggunakan Video Animasi Dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Penderita Hipertensi Di Puskesmas Simalingkar.

4.Manfaat Penelitian

Manfaat dari pelaksanaan penelitian ini adalah memberikan informasi kepada dunia medis dan akademis mengenai hasil penelitian dari Pengaruh Edukasi Diet Dash Dengan Menggunakan Video Animasi Dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Penderita Hipertensi Di Puskesmas Simalingkar dapat memberikan implikasi kepada dunia medis kesehatan dan bagi penelitian selanjutnya.

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian penelitian One Group Pretest-Posttest Design. Penelitian ini menggambarkan perbandingan antara Pemberian video animasi dan leaflet dilakukan sebanyak 1x dalam sehari. Variabel pengetahuan diukur 2x sebelum dan sesudah diberikan video dan leaflet. Kemudian sesudah diberikan media video dan leaflet dilanjutkan melakukan pengisian kuesioner yang diberikan kepada responden. Populasi penelitian diambil dari bulan Juni - Desember Tahun 2025 sebanyak 727 pasien penderita hipertensi di Puskesmas Simalingkar. Jumlah sampel 36 orang responden**.** Dalam penelitian ini, teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *consecutive sampling*, yaitu mengambil semua subjek yang memenuhi kriteria inklusi dalam periode pengambilan data sampai jumlah sampel. Dengan ktiriteria inklusi yaitu : pasien yang terdiagnosis hipertensi yang terdaftar aktif di Puskesmas Simalingkar, penderita hipertensi tidak menjalankan program diet, penderita hipertensi yang sudah minum obat dan usia 30-60 tahun. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner yang terdiri dari pertanyaan serta 4 opsi/point pilihan jawaban, dalam kuesioner ini menggunakan pilihan jawaban apabila responden memilih jawaban “benar” mendapat skor 1 dan apabila responden memilih pilihan jawaban “salah” mendapat skor 0. Tehnik pengumpulan dilakukan dengan pengukuran awal (*pre-test*) untuk mengetahui tingkat pengetahuan responden tentang diet DASH pada penderita hipertensi. Setelah pengukuran awal dilakukan, responden dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Pemberian intervensi dilakukan sebanyak 1x dalam 1 minggu, dimana kelompok intervensi diberikan edukasi diet DASH menggunakan media video animasi, sedangkan kelompok kontrol diberikan edukasi diet DASH menggunakan media leaflet.Setelah pemberian intervensi, dilakukan kembali pengukuran (*post-test*) pada seluruh responden, setelah pemberian edukasi, untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan responden. Pengukuran dilakukan menggunakan kuesioner yang sama seperti pada *pre-test*. Data yang diperoleh kemudian diolah dan dianalisis untuk mengetahui pengaruh edukasi diet DASH dengan menggunakan video animasi dan leaflet terhadap tingkat pengetahuan penderita hipertensi. Dalam proses pengolahan data, dilakukan uji t berpasangan dengan syarat data mengikuti distribusi normal. Sebelumnya, dilakukan uji normalitas untuk memeriksa sebaran data. Apabila data tidak berdistribusi normal, maka digunakan uji alternatif yaitu uji Wilcoxon. Hasil yang signifikan (p-value kurang dari 0,05) menunjukkan bahwa edukasi DASH diet menggunakan media video animasi dan leaflet berpengaruh signifikan terhadap

peningkatan pengetahuan penderita hipertensi tentang DASH diet. Namun, jika p-value lebih besar dari 0,05, menunjukkan tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara kedua variabel. Dengan kata lain, nilai p-value yang kurang dari 0,05 menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara variabel bebas (Edukasi DASH diet) terhadap variabel terikat (Pengetahuan Penderita Hipertensi). Namun, apabila data tidak berdistribusi normal, maka digunakan uji alternatif yaitu uji Wilcoxon.Setelah pengumpulan data selesai dilakukan, kemudian dilakukan pengolahan data dengan maksud agar data yang dikumpulkan memiliki sifat yang jelas.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tingkat Pengetahuan Pasien Sebelum & Setelah dilakukan Edukasi Diet Dengan Menggunakan Video Animasi Terhadap Pengetahuan Penderita Hipertensi Di Puskesmas Simalingkar Tahun 2026.

Tabel 1. Distribusi Pretest Edukasi Diet Dash Dengan Menggunakan Video Animasi Terhadap Pengetahuan Penderita Hipertensi Di Puskesmas Simalingkar Tahun 2026.

Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kurang	3	16.7
Cukup	3	16.7
Baik	12	66.7
Total	18	100

Berdasarkan di atas diperoleh data bahwa postest dilakukan edukasi diet dash melalui video animasi terhadap pengetahuan penderita hipertensi di puskesmas simalingkar, didapatkan bahwa kategori baik sebanyak 16 orang (88.9%) dan kategori cukup sebanyak 2 orang (11.1%)

Tabel 2. Distribusi Posttest Edukasi Diet Dash Dengan Menggunakan Video Animasi Terhadap Pengetahuan Penderita Hipertensi Di Puskesmas Simalingkar Tahun 2026

Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Cukup	2	11.1
Baik	16	88.9
Total	18	100

Berdasarkan Tabel di atas diperoleh data bahwa postest dilakukan edukasi diet dash melalui video animasi terhadap pengetahuan penderita hipertensi di puskesmas simalingkar, didapatkan bahwa kategori baik sebanyak 16 orang (88.9%) dan kategori cukup sebanyak 2 orang (11.1%)

Tingkat Pengetahuan Responden Sesudah dilakukan Edukasi Diet dengan Menggunakan Leaflet terhadap Pengetahuan Penderita Hipertensi di Puskesmas Simalingkar Tahun 2026.

Tabel 3 Distribusi Pretest Edukasi Diet Dash dengan Menggunakan Leaflet terhadap Pengetahuan Penderita Hipertensi di Puskesmas Simalingkar Tahun 2026.

Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kurang	3	16.7
Cukup	4	22.2
Baik	11	61.1
Total	18	100

Berdasarkan tabel di atas diperoleh data bahwa pretest dilakukan edukasi diet dash melalui leaflet terhadap pengetahuan penderita hipertensi di puskesmas simalingkar, didapatkan bahwa kategori

Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Cukup	3	16.7
Baik	15	83.3
Total	18	100

baik sebanyak 11 orang (61.1%), sedangkan kategori cukup sebanyak 4 orang (22.2%) dan kategori kurang sebanyak 3 orang (16.7%).

Tabel 4 Distribusi Postest Edukasi Diet Dash dengan Menggunakan Leaflet terhadap Pengetahuan Penderita Hipertensi di Puskesmas Simalingkar Tahun 2026.

Berdasarkan tabel di atas diperoleh data bahwa postest dilakukan edukasi diet dash melalui leaflet terhadap pengetahuan penderita hipertensi di puskesmas simalingkar, didapatkan bahwa kategori baik sebanyak 15 orang (83.3%) dan kategori cukup sebanyak 3 orang (16.7%) .

Tabel 5 Pengaruh Edukasi Diet Dash dengan Menggunakan Video Animasi dan Leaflet terhadap Pengetahuan Penderita Hipertensi di Puskemas Simalingkar Tahun 2026.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti diperoleh hasil uji statistik terhadap pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Sebelum dilakukan uji analisis pada data maka perlu uji normalitas data. Didalam tahap pengolahan data, pertama peneliti melakukan uji normalitas data dengan Uji Kolmogorov-Smirnov, namun data yang didapatkan tidak berdistribusi normal. Berhubungan data tidak berdistribusi normal jadi peneliti menggunakan alternative uji paired t-test yaitu uji wilcoxon yang akan diuraikan pada tabel berikut:

Variabel (Pengetahuan)		N	Mean	SD	Median (Min-Max)	P-value
Edukasi Vidio Animasi	Pretest	18	2.50	0.786	3.00 (1-3)	0.020
	Posttest	18	2.89	0.323	3.00 (2-3)	
Leaflet	Pretest	18	2.50	0.786	3.00 (1-3)	0.020
	Posttest	18	2.83	0.383	3.00 (2-3)	

Dari tabel di atas menunjukan bahwa hasil uji Wilcoxon diperoleh pengetahuan melalui edukasi vidio animasi dengan *p value* = 0.020 (*p<0.05)* dan pengetahuan melalui edukasi leaflet dengan *p value* = 0.020 (*p<0.05)* yang artinya terdapat pengaruh yang sangat signifikan edukasi diet dash dengan menggunakan video animasi dan leaflet terhadap pengetahuan penderita hipertensi di puskemas simalingkar tahun 2026 sehingga hipotesis diterima.

Tabel 6. Analisis Regresi Logistik Multinominal Faktor yang mempengaruhi Pengetahuan Penderita Hipertensi di Puskemas Simalingkar Tahun 2026.

Variabel	Chi-Square	df	P-value	Keterangan
Pretest video	4,405	2	0,111	Tidak signifikan
Posttest video	8,934	1	0,003	Signifikan
Pretest leaflet	2,911	2	0,233	Tidak signifikan
Posttest leaflet	0,000	1	0,996	Tidak signifikan

Berdasarkan hasil analisis regresi logistic multinominal, diketahui bahwa Hasil uji *Likelihood Ratio Tests* menunjukkan bahwa hanya variabel posttest video yang berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen p = 0,003, sedangkan pretest video (p = 0,111), pretest leaflet (p = 0,233), dan posttest leaflet (p = 0,996) tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan (p > 0,05).Secara keseluruhan, hasil uji menunjukkan bahwa hanya variabel posttest video yang berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen (p = 0,003). Sementara itu, pretest video, pretest leaflet, dan posttest leaflet tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan karena seluruh nilai p lebih besar dari 0,05.

IV.KESIMPULAN

Hasil penelitian edukasi diet DASH menggunakan video animasi dan leaflet berpengaruh signifikan terhadap pengetahuan penderita hipertensi di Puskesmas Simalingkar Tahun 2026, dengan hasil Uji Wilcoxon menunjukkan p-value = 0,020 (p<0,05) pada kedua media edukasi. Informasi melalui sarana visual seperti video dan leaflet terbukti berdaya guna dalam memperluas wawasan masyarakat, khususnya mengenai tata laksana hipertensi melalui pengaturan gizi. Edukasi berbasis video merupakan suatu metode penyampaian informasi, pengetahuan, atau keterampilan dengan menggunakan media audiovisual (menggabungkan suara, gambar bergerak, dan teks) yang bertujuan untuk mencapai

perubahan kognitif (pengetahuan) dan perilaku pada sasaran edukasi (pasien, keluarga, atau Masyarakat. Leaflet merupakan salah satu media yang menggunakan selembaran kertas, bahan materi yang tertulis untuk menyampaikan pesan-pesan penting terkait kesehatan, berisi informasi yang dituliskan dengan kata-kata padat singkat dan jelas disertai gambar yang mendukung informasi.

DAFTAR PUSTAKA

Anastasya, E. J., Debora, O., Ariesti, E., Secsaria, F., Ilmu, S. T., Panti, K., & Malang, W. (2023). Perbandingan Pemberian Edukasi Menggunakan Media Leaflet Dan Media Video Terhadap Tingkat Pemahaman Penderita Hipertensi Tentang Diet DASH Comparison Of Providing Education Using Leaflet And Video Media On The Level Of Understanding Of Hypertension Sufferers About The Dash Diet. *Jurnal Keperawatan Malang*, *8*(2), 465-473.

Arinda Nur Maulianti, H., & Herdhianta, D. (2022). Pengaruh Edukasi Menggunakan Media E-Leaflet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Pencegahan Hipertensi Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, *3*(1), 12–18.

Ariyanti, R., Preharsini, I. A., & Sipolio, B. W. (2020). Edukasi Kesehatan Dalam Upaya Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Hipertensi pada Lansia. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *3*(2), 74.

ASDI, P. &. (2023). *Penuntun Diet dan Terapi Gizi* (edisi 4). buku kedokteranakarta: EGC.

Astuti, D., Nazarena, Y., & Podojoyo, P. (2025). Pengaruh Edukasi Dash Menggunakan Leaflet terhadap Pengetahuan, Sikap, Pola Makan dan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Sehat Mandiri*, *20*(2), 451-463.

Benny, A. (2019). *Media dan Teknologi Dalam Pembelajaran*. Jakarta: Kencana.

Dinda, D (2021). Pengaruh Edukasi Dash Diet Menggunakan Video Animasi Dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Pada Orang Dewasa Di Kelurahan Padang Kapuk Kabupaten Bengkulu Selatan Tahun 2021. Skripsi, Poltekkes Kemenkes Bengkulu.

Ekasari, F. M., Suryati, S. E., Badriah, S., Narendra, R. S., & Amini, I. F. (2021). *Hipertensi: Kenali Penyebab, Tanda dan gejala dan Penanganannya*. Yogyakarta: Deepublish.

Falah, F., & Apriana, R. (2023). Edukasi diet DASH dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kabila. *Journal of Noncommunicable Diseases*, *3*(1), 26.

Fauziah, T., Nurmayni, Putri, R., Pidia, S., & Sari, S. (2021). Hipertensi Si Pembunuh Senyap "Yuk Kenali Pencegahan dan Penangananya." In *Buku Saku*. Banda Aceh: Syiah Kuala University Press.

Firmansyah, D., & Dede. (2022). Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi Penelitian: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, *1*(2), 85–114.

Fitriani, Titi Iswanti Afelya, Syahrani Hikmatullah Syam, & Dg Mangemba. (2023). Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Diet Hipertensi. *Lentora Nursing Journal*, *4*(1), 1–7.

Istiqomah, F., Tawakal, A. I., Haliman, C. D., & Atmaka, D. R. (2022). Pengaruh Pemberian Edukasi Terhadap Pengetahuan Hipertensi Peserta Prolanis Perempuan Di Puskesmas Brambang, Kabupaten Jombang. *Media Gizi Kesmas*, *11*(1), 159–165.

Julianty Pradono,dkk. (2020). *Hipertensi Pembunuh Terselubung di Indonesia*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2024. *Pedoman Teknis Penemuan dan Tatalaksana Hipertensi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Kholid, A. (2019). *Promosi Kesehatan: Dengan Pendekatan Teori Perilaku, Media, dan Aplikasinya* (Edisi Pert). Jakarta: Rajawali Pers.

Kumala, M. (2014). Peran diet dalam pencegahan dan terapi hipertensi. In *Damianus Journal Of Medicine* (Vol. 13, Issue 1, pp. 50–61).

Lina Eta Safitri, Nurlaila Agustikawati, & Putri Adekayanti. (2022). Peningkatan Pemahaman Mahasiswa Terhadap Pembuatan Media Promosi Kesehatan. *Jurnal Pengabdian Ilmu Kesehatan*,*2*(2),22–27.

Magdalena TBolon, C. (2021). *Pendidikan dan Promosi Kesehatan*. Medan: Universitas Imelda Medan. *Isbn: 978-623-97680-2-7*.

Maulianti, H. A. N., & Herdhianta, D. (2022). Pengaruh Edukasi Menggunakan Media E-Leaflet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Pencegahan Hipertensi Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, *3*(1), 12-18.

Muliyastuti, F., & Setyowati, W. E. (2026). The The Effectiveness Of Post-Phacemulsification Educational Videos On Patient Knowledge At Sari Asih Ciledug Hospital. *Journal of Smart Nursing and Health Science*, *4*(1), 32-42.

Mutia Hayya, A., Maria Lestari, E., Amos, J., Audia Nadira, N., & Widdefrita. (2022). Pengetahuan Pralansia Tentang Hipertensi Pasca Edukasi Menggunakan Media Leaflet Di Kecamatan Silungkang Kota Sawahlunto. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, *5*(3), 445–452.

Nafisa, A., Setyawati, R., & Melastuti, E. (2025). Pengaruh video edukasi DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) terhadap tingkat pengetahuan pasien hipertensi. *Medic Nutricia: Journal Ilmu Kesehatan, 22*(2), 61–70.

Notoadmodjo, S. (2021). Promosi Kesehatan & Prilaku Kesehatan. Jakarta: EGC

Nursalam. (2020). *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* (edisi 3) Jakarta: Salemba Medika.

Oktaria, M., Hardono, H., Wijayanto, W. P., & Amiruddin, I. (2023). Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Diet Hipertensi pada Lansia. *Jurnal Ilmu Medis Indonesia*, *2*(2), 69–75.

Pariati, P., & Jumriani, J. (2021). Gambaran Pengetahuan Kesehatan Gigi Dengan Penyuluhan Metode Storytelling Pada Siswa Kelas Iii Dan Iv Sd Inpres Mangasa Gowa. *Media Kesehatan Gigi : Politeknik Kesehatan Makassar*, *19*(2), 7–13.

Rahman, A. R. (2023). Pengaruh video edukasi DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension) terhadap pengetahuan pasien hipertensi di Puskesmas Klecorejo Kabupaten Madiun (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Malang).

Rangki La., et al. (2023). Patofisiologi Untuk Mahasiswa Keperawatan Yogyakarta: CV. Eureka Media Aksara.

Rasti, Hanifa. 2022. Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media Sosial WhatsApp terhadap Pengetahuan dan Sikap Pasien Hipertensi di Puskesmas Air Tabit Kota Payakumbuh Tahun 2022. Skripsi. Padang: Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang...

Accepted Date	Revised Date	Decided Date	Accepted to Publish
06 September 2026	14 September 2026	22 September 2026	Ya