

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN BUKU SAKU
TERHADAP KEPATUHAN DIET HIPERTENSI PADA DEWASA DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS KALASAN SLEMAN**

Cantika Audia¹, Ratna Lestari²

Email: cantikaudia22@gmail.com

INTISARI

Latar Belakang: Manajemen hipertensi untuk mengatasi kekambuhan hipertensi yaitu diet hipertensi. Dalam menjalankannya dibutuhkan kepatuhan. Media berperan penting dalam menentukan kepatuhan penderita hipertensi sehingga sangat dibutuhkan.

Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan dengan buku saku terhadap kepatuhan diet hipertensi pada dewasa di wilayah kerja Puskesmas Kalasan Sleman.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian pre eksperimen pendekatan *one group pre post test without control*. Pengambilan sampel menggunakan total sampel yaitu dewasa hipertensi yang berusia 25-59 tahun. Responden yang terlibat berjumlah 30 orang. Instrumen penelitian berupa kuesioner kepatuhan diet hipertensi. Uji statistik dalam penelitian ini menggunakan uji *t-test*. Penelitian ini dilakukan selama 3 minggu.

Hasil: Tingkat kepatuhan diet hipertensi usia dewasa sebelum dilakukan pendidikan kesehatan dengan buku saku nilai *mean* 67,27 dan nilai standar deviasi 5,439. Setelah dilakukan pendidikan kesehatan dengan buku saku nilai *mean* 80,07 dan nilai standar deviasi 5,601. Hasil *pairet t-test* diperoleh hasil *mean* -12,800 dan nilai signifikan sebesar 0,00 ($p < 0,05$).

Kesimpulan: Terdapat pengaruh pendidikan kesehatan dengan buku saku terhadap kepatuhan diet hipertensi pada dewasa. Sebaiknya dewasa dengan hipertensi menjaga pola makan dengan baik untuk menghindari kekambuhan terjadinya hipertensi.

Kata Kunci: Buku Saku; Hipertensi; Kepatuhan Diet; Pendidikan Kesehatan

¹ Mahasiswa Program Studi Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

² Dosen Program Studi Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

***THE EFFECT OF HEALTH EDUCATION WITH POCKET BOOK ON
ADULTS OF HYPERTENSION DIET COMPLIANCE IN THE WORK AREA
OF KALASAN PUSKESMAS, SLEMAN***

¹*Cantika Audia*, ²*Ratna Lestari*

Email: cantikaudia22@gmail.com

ABSTRACT

Background: Hypertension management to overcome the recurrence of hypertension is a hypertension diet. In doing so requires compliance. The media played an important role in determining the compliance of patients with hypertension so it is very much needed.

Aim: This study aimed to determine the effect of health education with pocket books on hypertension diet compliance in adults in the working area of the Kalasan Health Center, Sleman.

Method: This research is a quantitative research with the type of pre-experimental research with a one-group pre-post-test without control approach, that is, an experiment without comparing other groups. Sampling used a total sample of hypertensive adults aged 25-59 years. The respondents used were 30 people. The research instrument was in the form of a hypertension diet adherence questionnaire. The statistical test in this study used the t-test. This research was conducted for 3 weeks.

Results: The level of adherence to the hypertension diet in adults before health education was carried out with a pocket book mean value of 67.27 and a standard deviation of 5.439. After carrying out health education with pocket books, the mean value is 80.07 and the standard deviation is 5.601. The results of the Paired t-test were obtained with a mean of -12.800 and a significant value of 0.00 ($p < 0.05$).

Conclusion: There were an effect of health education with a pocket book on hypertensive dietary compliance in adults. It is advisable for adults with hypertension to maintain a good diet to avoid recurrence of hypertension.

Keywords: Pocket book; Hypertension; Dietary Compliance; Hypertension Health

¹*Students of the Universitas Jenderal Achmad Yani Nursing Study Program, Yogyakarta*

²*Lecturer of the Nursing Study Program at Universitas Jenderal Achmad Yani, Yogyakarta*