

DAFTAR PUSTAKA

- Afrilia, F. N., Sulistiawan, A., & Nurhusna, N. (2024). Faktor Risiko Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Penuh Kota Sungai Penuh. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(1), 21. <https://doi.org/10.33757/jik.v8i1.807>
- Aji, S. P., Nugroho, F. S., & Rahardjo, B. (2023). *Promosi Dan Pendidikan Kesehatan Di Masyarakat (Strategi dan Tahapannya)* (N. Sulung, Ed.). PT Global Eksekutif Teknologi. www.globaleksekitifteknologi.co.id
- Akbar, M. A., Syahril, E., & Nulanda, M. (2025). Identifikasi Faktor Risiko Terjadinya Peningkatan Tekanan Darah Di Wilayah Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia Tahun 2024. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 10(1).
- Alistina, R., Priyantari, W., & Rosyad, Y. S. (2021). Hubungan Antara Pola Makan Dengan Tingkat Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Lansia Tegalrejo, Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 362–366. <https://doi.org/10.35730/jk.v12i0.516>
- Anastasya, E. J., Debora, O., Ariesti, E., & Secsaria, F. (2023). Perbandingan Pemberian Edukasi Menggunakan Media Leaflet Dan Media Video Terhadap Tingkat Pemahaman Penderita Hipertensi Tentang Diet DASH. *Jurnal Keperawatan Malang*, 8(2), 465–473. <https://jurnal.stikespantiwaluya.ac.id/index.php/JPW>
- Andika, G. A., & Graharti, R. (2025). Panduan Terbaru Hipertensi: Sebuah Tinjauan Literatur. *Hypertension Guidelines: A Literature Review Medula* |, 15, 580.
- Ariansyah, M. T., Riyanto, Y., & Sumarno, A. (2024). Manajemen Peserta Didik dalam Meningkatkan Prestasi Non Akademik oleh Bidang Mutu Pendidikan Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kabupaten Sidoarjo. *Jurnal Manajemen Pendidikan Dasar, Menengah Dan Tinggi (JMP-DMT)*, 5(2), 125–139. <https://dapo.kemdikbud.go.id/>
- Ariga, S. (2022). Hubungan Antara Tingkat Pendidikan dan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Hidup Sehat, Berkualitas di Lingkungan Rumah. *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial, Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(3), 723–730. <https://jurnal.permapendis-sumut.org/index.php/edusociety>

- Arivin, H. Z., Naziyah, & Suralaga, C. (2023). Hubungan Pengetahuan Diet Rendah Garam dengan Tekanan Darah Lansia Penderita Hipertensi di Puskesmas Kelurahan Ragunan. *Malahayati Nursing Journal*, 5(7), 2308–2323. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i7.9060>
- Arnanda, D., Naid, Ty., & Najin, A. (2026). Analisis Hubungan Tingkat Pengetahuan Terkait Hipertensi Dengan Kepatuhan Penggunaan Obat Antihipertensi Pada Pasien Rawat Jalan Di Rumah Sakit Umum Kota Tarakan. *Jurnal Farmasi Higea*, 18(1).
- Asma. (2025). Efektivitas Media Leaflet Dan Video Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Pencegahan Seks Bebas. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, (4).
- Astuti, A. P., Damayanti, D., & Ngadiarti, I. (2021). Penerapan Anjuran Diet DASH Dibandingkan Diet Rendah Garam Berdasarkan Konseling Gizi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Larangan Utara. *GIZI INDONESIA*, 44(1), 109–120. <https://doi.org/10.36457/gizindo.v44i1.559>
- Azizah, W., Hasanah, U., Pakarti, A. T., Dharma, A. K., & Metro, W. (2022). Penerapan Slow Deep Breathing Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(4).
- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*.
- Citra, N., Baety, N., & Rahayu, S. (2024). The Relationship Between Education Levels With Knowledge, Attitudes, And Practice In Hypertension Patients. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 6(6). <https://doi.org/10.37287/ijghr.v6iS6.4981>
- Damayanti, M., & Sofyan, O. (2022). Hubungan Tingkat Pendidikan Terhadap Tingkat Pengetahuan Masyarakat di Dusun Sumberan Sedayu Bantul Tentang Pencegahan Covid-19 Bulan Januari 2021. *Majalah Farmaseutik*, 18(2). <https://doi.org/10.22146/farmaseutik.v18i2.70171>
- Damayanti, N. M. R., & Nursini, N. W. (2024). Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Penatalaksanaan Diet Rendah Garam Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Puskesmas Kuta Utara Kecamatan Kuta Utara Kabupaten Badung.

Jurnal Kesehatan, Sains, Dan Teknologi (JAKASAKTI), 3(1).
<https://jurnal.undhirabali.ac.id/index.php/jakasakti/index>

D'Ambrosio, A., Garlasco, J., Quattrocchio, F., Vicentini, C., & Zotti, C. M. (2021). Data quality assessment and subsampling strategies to correct distributional bias in prevalence studies. *BMC Medical Research Methodology*, 21(1).
<https://doi.org/10.1186/s12874-021-01277-y>

Dewi, H., Nur Azizah, I., Khoriyah, M., & Wulandari, L. (2024). Analisis Optimalisasi Penggunaan Model Cone of Experience Dalam Kegiatan Belajar Mengajar. *Proceedings of Annual Islamic Conference for Learning and Management*, 1.

Dhirisma, F., & Moerdhanti, I. A. (2022). Hubungan Antara Tingkat Pendidikan Terhadap Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi Di Posbindu Desa Srigading, Sanden, Bantul, Yogyakarta. *AKFARINDO*, 7(1), 40–44.

Dila, S. R. (2023). Faktor Penyebab Hipertensi Pada Pasien Dewasa Di Puskesmas Diyono Kota Malang. *Jurnal Ilmiah Sains Dan Teknologi*.

Dinas Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta. (2024). *Profil Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta Tahun 2024*.

Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta. (2023). *Profil Kesehatan Kota Yogyakarta Tahun 2023*.

Efriandi, N., Lestari, R. M., & Prasida, D. W. (2023). Hubungan Perilaku Merokok dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Produktif di Wilayah Kerja Puskesmas Jekan Raya Tahun 2022. *Jurnal Surya Medika*, 9(1), 112–118.
<https://doi.org/10.33084/jsm.v9i1.5157>

Fajri, S., Illahi, R. K., Effendi, H., Yuliarni, S., & Muslim. (2021). Analisis Media Pembelajaran Dalam Buku Teks Sejarah Indonesia Kelas X. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(6), 4584–4593. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i6.1440>

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), 26–33.

- Fatmawati, B. R., Supriyitna, M., & Prihatin, K. (2023). Efektivitas Edukasi Diet Dash Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Diet DASH Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Aisyiyah*, 10(1).
- Fauziah, Y., Mudalipah, & Rahmawati. (2019). Analisis Tingkat Kepatuhan Pasien Hipertensi Dalam Minum Obat Di RSUD Kota Kendari. *Warta Farmasi*, 8(2), 63–70. <https://poltek-binahusada.e-journal.id/wartafarmasi>
- Fitriyana, M., & Karunianingtyas, M. (2022). Penerapan Pola Diet Dash Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Kalikangkung Semarang. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 6(1), 17–24.
- Gultom, M. D., & Sudaryo, M. K. (2023). Hubungan Hipertensi dengan Kejadian Gagal Ginjal Kronik di RSUD DR. Djasamen Saragih Kota Pematang Siantar Tahun 2020. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, 8(1), 40–47.
- Handayani, S. (2023). Analisis Pembatasan Garam pada Pasien Hipertensi dan Faktor-Faktor Determinannya di Desa Perapat Nunggul Kecamatan Lawe Alas Kabupaten Aceh Tenggara. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 3(3), 847–858. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i3.9471>
- Hariani, S. A., Nusanyoto, H., & Puryana, I. G. P. S. (2025). Perubahan Tingkat Pengetahuan, Asupan Zat Gizi dan Tekanan Darah Berdasarkan Edukasi Gizi pada Penderita Hipertensi di UPTD Puskesmas Gianyar I. *Jurnal Ilmu Gizi : Journal of Nutrition Science*, 14(2).
- Herlin Indriani, M., Djannah, S., Handayani Fakultas Kesehatan Masyarakat, L., & Ahmad Dahlan, U. (2023). Pengaruh Konsumsi Kopi terhadap Kejadian Hipertensi: Studi Literatur. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 18(2), 35. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jkmi>,
- Herlin Indriani, M., Nur Djannah, S., & Ruliyandari, R. (2022). Pengaruh Aktivitas Fisik terhadap Kejadian Hipertensi. *The Indonesian Journal of Public Health*, 18(5). <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jkmi,jkmi@unimus.ac.id>
- Herlis, Syamsudin, Batalipu, Hafid, S., Bulqis, R., Rachmat, F., Tupi, R. M., Nur Ain, S., Hamzah, E., Tasya, Z., Yusuf, H., Syukran, M., & Zul, A. (2024). Pengaruh

- Penggunaan Media Leaflet dan Benner terhadap Tingkat Pengetahuan Lansia Di Desa Labuan Lelea Kabupaten Donggala. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 7(2). <https://doi.org/10.56338/jks.v1i1.473>
- Husnawati, Sastrawati, A., Pratiwi, E., & Laia, C. O. (2023). Gambaran Tingkat Pengetahuan Penggunaan Obat Tradisional Hipertensi pada Penderita Hipertensi di Kabupaten Pelalawan, Provinsi Riau. *Jurnal Farmasi Indonesia*, 15.
- Indriana, N., Tri Kumala Swandari, M., & Pertiwi, Y. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Minum Obat Pada Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit X Cilacap. *Journal of Pharmacy UMUS*, 2(01), 1–10.
- Joni, Y. N. (2021). Gambaran Tingkat Pengetahuan Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*, 9(2), 27–31. <https://doi.org/10.36085/jkmb.v9i2.2157>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Hipertensi Pembunuh Terselubung Di Indonesia*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MENKES/4636/2021 Tentang Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Hipertensi Dewasa*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024a). *Pedoman Pengendalian Hipertensi Di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024b). *Pedoman Pengendalian Hipertensi Di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama 2024*.
- Khanuun, L. (2026). The Effect Of Providing Dash Diet Education On The Level Of Knowledge Of The Elderly. *JTH: Journal of Technology and Health*, 3(3), 181–189. <https://doi.org/10.61677/jth.v3i3.706>
- Khasanah, S., Soniawati, D., Yudhono, D. T., Sasongko, D. P., Susanto, A., & Dewi, P. (2024). The Effect of Length of Illness on The Achievement of Systolic and Diastolic Blood Pressure Therapy Targets for Grade 1 Hypertension. *Viva Medika: Jurnal Kesehatan, Kebidanan, Dan Keperawatan*, 17(2). <https://doi.org/10.35960/vm.v17i1.1195>

- Kim, H. L. (2023). Arterial Stiffness And Hypertension. *Clinical Hypertension*, 29(1).
<https://doi.org/10.1186/s40885-023-00258-1>
- Koniah, R., & Sukartiningsih, W. (2025). Keefektifan Media Poster sebagai Sarana Penyalpaian Informasi: Studi Literatur Tinjauan Multi Perspektif. *Jurnal Sekolah*, 9(2).
- Kristina, Y., B.B, F., Suweni, K., & Sinaga, E. (2024). Peningkatan Pengetahuan Masyarakat melalui Pendidikan Kesehatan dalam Rangka Pencegahan Hipertensi. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(4), 1415–1428.
<https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i4.12324>
- Kumanan, T., Guruparan, Dr. M., & Sreeharan, N. (2018a). *Hypertension “The Silent Killer.”* Kumaran Book House.
- Kumanan, T., Guruparan, M., & Sreeharan, N. (2018b). *Hypertensionbook*.
- Kumoro, B., & Kumala, M. (2022). Gambaran Tingkat Pengetahuan Lansia Tentang Diet Hipertensi di Panti Werdha Wisma Mulia dan Panti Werda Hana. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(4), 4646–4651.
- Kurniasari, E., Wardani, D. S., Putri, R., & Jannah, M. (2023). Efektivitas Edukasi Menggunakan Media Audio Visual dan E-Leaflet terhadap Peningkatan Pengetahuan Kader Posyandu dalam Pencegahan Stunting di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Kebidanan Dan Kesehatan*, 14(1), 13–20.
- Kusuma, N. D., & Ariwibowo, D. D. (2025). Gambaran Komplikasi Hipertensi di RSUD Cengkareng Tahun 2021-2022. *Jurnal Sehat Indonesia*, 7(1).
- Lactona, I. D., & Cahyono, E. A. (2024). Konsep Pengetahuan ; Revisi Taksonomi Bloom. *Enfermeria Ciencia*, 2(4).
- Laili, N. F., & Neni, P. (2021). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit X Di Kabupaten Malang. *Jurnal Inovasi Farmasi Indonesia*, 3(1).
- Lesmana, I. S., Ningtyas, R., & Wiludjeng, R. (2021). “Hubungan Caring Perawat Dengan Tingkat Kepuasan Pasien.” *Jurnal Borneo Cendekia*, 5(2), 168.

- Lubis, H. H., & Siregar, M. A. (2025). Edukasi Pentingnya Pola Makan DASH pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bunda Delima*, 4(2), 131–137. <https://doi.org/10.59030/jpmbd.v4i2.92>
- Lubis, I. A. P., Siregar, S. R., Khairunnisa, & Fauzan, A. (2024). Diet Rendah Garam pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Mahasiswa Malikussaleh*, 3(1).
- Luh, N., Ekarini, P., Haeriyanto, S., Krisanty, P., Yarden, N., Keperawatan, S. J., Kemenkes, P., & Iii, J. (n.d.). *Prosiding Seminar Nasional Poltekkes Jakarta III 2022 PENGARUH EDUKASI TENTANG PENATALAKSANAAN HIPERTENSI PADA USIA DEWASA TERHADAP KEMAMPUAN MENGONTROL HIPERTENSI*.
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2022). Hipertensi ; Artikel Review. *Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 2.
- Makatindu, M. G., Nurmansyah, M., & Bidjuni, H. (2021). Identifikasi Faktor Pendukung Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Minum Obat Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Tatelu Kabupaten Minahasa Utara. *Jurnal Keperawatan*, 9(1), 19–26.
- Mawwarda, A. N., Dwi Larasati, M., Ambarwati, R., Gizi, J., Kesehatan, P., & Semarang, K. (2024). Pengembangan dan Validasi Media Edukasi Pengaturan Makan bagi Penderita Hipertensi. *JGK*, 16(1).
- Munir, M. (2024). Efektivitas Metode Edukasi Mobile Health Berdasarkan Self-Efficacy dan Diet DASH pada Penderita Hipertensi. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 7(4), 946–953. <https://doi.org/10.56338/mppki.v7i4.4916>
- Nafisah, N. 'Atun, & Wahyuni, E. N. (2023). Pengembangan Metodologi Pai Dengan Pendekatan Teori Behaviouristic Dan Teori Kognitif. *Jurnal Pendidikan Islam*, (1).
- National High Blood Pressure Education Program. (2004). *Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure The Seventh Report of the Joint National Committee on Complete Report*.
- Nugraha, S. A., Sutarto, & Utama, W. T. (2023). Analisis Hipertensi sebagai Faktor Risiko Terjadinya Penyakit Ginjal Kronik. *Medula*, 12.

- Nurvita, S., & Mayadilanuari, A. M. (2025). Efektivitas Leaflet Hipertensi Terhadap Tingkat Pengetahuan Masyarakat. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 19(1), 48–53. <https://doi.org/10.33024/hjk.v19i1.724>
- Patongloan, N., Darmawan, S., & Dewi, I. (2021). Determinan Faktor Risiko Terjadinya Hipertensi. *Jl. Perintis Kemerdekaan KM VII*, (4), 475–482.
- Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia. (2021). *Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia*.
- Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia (PERHI). (2024a). *Panduan Pengenalan dan Tatalaksana Hipertensi Resisten di Indonesia 202*.
- Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia (PERHI). (2024b). *Panduan Pengenalan Dan Tatalaksana Hipertensi Resisten Di Indonesia 2024* (S. S. Danny, Ed.). Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia.
- Pitaloka, C. P., Zaelani, A., Qurniyawati, E., Marselinus, K., Lilis, Devi, M. A. S., Serlly, O., Drastyana, F., Nataya, Y., Kana, R., Ummah, K., Dewi, A. K., Simamora, E., & Fathiyyah, N. (2024). *DASAR EPIDEMIOLOGI* (A. N. A. M. Pertiwi, Ed.). Sada Kurnia Pustaka.
- Pradono, J., Kusumawardani, N., & Rachmalina, R. (2020). *Hipertensi Pembunuh Terselubung Di Indonesia*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Pratidina, D. B., Suryanegara, F. D. A., & Nugraheni, D. A. (2021). Cost Consequences Analysis Antihipertensi Pasien Rawat Jalan : Studi Di RS Swasta Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Ilmiah Farmasi (Scientific Journal of Pharmacy)*, 17(2), 115–126.
- Pratiwi, I. W., Sari, R. P., Amelia, R., Andriansyah, A., Dewi, S., Yustianingsih, D. I., Suhartini, E., Nurudin, A., N.R, A., & Rahayu, S. (2026). Pendidikan Kesehatan Panduan Lengkap Pola Makan Terbaik (DASH) untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien dengan Hipertensi di Puskesmas. *Jurnal Keilmuan Dan Keislaman*, 19–31. <https://doi.org/10.23917/jkk.v5i1.922>

- Purbosari, M. E., Puspaningrum, Y. D. A. R., & Kurniastuti, M. (2024). Tingkat Pengetahuan Diet Dash (Dietary Approaches To stop Hypertension) Pada Lansia Hipertensi Di Puskesmas Kasihan I Bantul. *Jurnal Keperawatan I CARE*, 5(2).
- Putra, M. A., Nurhikmawati, K., Khalid, N. F., Wiriansya, E. P., Mubdi, A., & Arifuddin, A. (2024). Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Nakes Rumah Sakit*, 5.
- Putri, M., Ayubbana, S., & Keperawatan Dharma Wacana Metro, A. (2022). Penerapan Pemberian Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Pukesmas Yosomulyo Kota Metro Tahun 2021. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(2).
- Rachmawati, E., Rahmadhani, F., Ananda, M. R., Salsabillah, S., & Pradana, A. A. (2021). Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Keluarga Terhadap Penyakit Hipertensi : Telaah Naratif. *Jurnal Mitra Kesehatan*, 4(1), 14–19. <https://doi.org/10.47522/jmk.v4i1.98>
- Raina, N. N., & Kartini. (2021). *Penggunaan Media Sosial Tidak Berhubungan Dengan Pengetahuan Mengenai COVID-19 Pada Masyarakat Dewasa Muda*. 4(3). <https://doi.org/10.18051/JBiomedKes.2021>
- Ramli, R., & Fadhillah, M. N. (2020). Faktor yang Mempengaruhi Fungsi Kognitif Pada Lansia. *Nursing Jurnal*, 01(01), 23–32.
- Ridwan, M., Sukri, A., & Badarussyamsi. (2021). Studi Analisis Tentang Makna Pengetahuan Dan Ilmu Pengetahuan Serta Jenis Dan Sumbernya. *Jurnal Geuthèë: Penelitian Multidisiplin*, 04(01), 31–54. <http://www.journal.geutheeinstitute.com>.
- Ritonga, N., & Siregar, N. (2022). Efektifitas Edukasi Berbasis Audio Visual Terhadap Kepatuhan Minum Obat Hipertensi. *Jurnal Education and Development*, 10(1).
- Rosa, R. D., & Natalya, W. (2023). *Hubungan Usia Dan Pendidikan Klien Hipertensi Dengan Pengetahuan Mengenai Diet Rendah Natrium*. 5(1). <https://prosiding.ummetro.ac.id/index.php/snppm>

- Sabrina, D., Oktafany, Iqbal, M., & Suri, N. (2026). Komponen Biaya yang Mempengaruhi Total Cost of Illness pada Pasien Hipertensi Rawat Inap: Narrative Review. *Sains Medisina*, 4(3), 218–224. <https://doi.org/10.63004/snsmed.v4i3.902>
- Sakti, B. P., & Adriyani, R. (2025). Hubungan Karakteristik Individu Dan Konsumsi Kopi Dengan Tekanan Darah. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(3).
- Salman, Y., Risnawati, Perdani, R., Jusin, & Hamdie, Z. M. (2024). Analisis Faktor Usia, Pendidikan dan Pekerjaan Ibu terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Balita Stunting tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Kabupaten Balangan. *Jurnal Kesehatan Indonesia*, 14(2).
- Saraswati, N. D., & Cusmarih. (2024). Hubungan Hipertensi dengan Kejadian Stroke pada Masyarakat di RW 03 Kelurahan Makasar Kecamatan Makasar Kota Jakarta Timur. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 4(11), 5207–5223. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i11.16132>
- Sari, P. A., Baharuddin, D., & Fahdhienie, F. (2025). Edukasi KAP untuk Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi di Gampong Meunasah Raya, Meurah Dua, Pidie Jaya. *Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 4(4), 183–187. <https://jurnalnew.unimus.ac.id/index.php/jipmi>
- Saski, N. H., & Sudarwanto, T. (2021). Kelayakan Media Pembelajaran Market Learning Berbasis Digital Pada Mata Kuliah Strategi Pemasaran. *Jurnal Pendidikan Tata Niaga (JPTN)*, 9. <https://forms.gle/1Q95Vm9t21TRjFb6>.
- Shamita Aira, Ratih Kurniasari, & Eka Andriani. (2025). Efektivitas Media Leaflet, Video Animasi, dan Games Kartu dengan Pengetahuan dan Sikap Mengenai Hipertensi di Rengasdengklok. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan*, 4(3), 410–423. <https://doi.org/10.55606/klinik.v4i3.4738>
- Sibuea, A. M., Amin, M., & Mustaqim, B. (2021). *Metodologi Penelitian*. LPPM (Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat).
- Sihombing, E. P. R., Hidayat, W., Sinag, J., Nababan, D., & Sitorus, M. J. E. (2023). Faktor Risiko Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(3), 2023.

- Siombing, F., Kamil, M., Utomo, D., Putro, H., Quaesita, F., Lorenz, Q., & Dewi, L. P. (2025). Efektivitas Literasi Kesehatan Pada Lansia: Sebuah Systematic Literature Review. *Jurnal Skolastik Keperawatan, 11*.
- Siola, M. N., Haq, A. M. A., Attwar, M., Anggraeni, G. F., & Asmar, F. (2025). Dasar-Dasar dan Sumber Ilmu Pengetahuan. *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu, 2*. <https://doi.org/10.5281/zenodo.14760381>
- Sirait, J. F., Derang, I., & Novitarum, L. (2022). Hubungan Perilaku Gaya Hidup Dengan Peningkatan Tekanan Darah Pada Lansia Di Gereja Katolik Paroki Santo Paulus Pasar Merah. *JINTAN : Jurnal Ilmu Keperawatan, 2*(2), 131–140.
- Sistikawati, H. I., Fuadah, I. W., Salsabila, N. A., Azzahra, A. F., Aesyah, A., Insyira, I., Adhitama, P. F., Anggraini, R. K., & Nandini, N. (2021). Literature Review : Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia, 20*(1), 57–62. <https://doi.org/10.14710/mkmi.20.1.57-62>
- Sonya, D. A. S., Kurniasari, R., & Muthmainah, F. N. (2026). Efektivitas Media Edukasi terhadap Pengetahuan dan Sikap Diet DASH pada Lansia Hipertensi. *JUKEJ : Jurnal Kesehatan Jompa, 5*(1), 127–138. <https://doi.org/10.57218/jkj.vol5.iss1.2222>
- So'o, R. W., Ratu, K., Folamauk, C. L. H., & Amat, A. L. S. (2022). Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Masyarakat Di Kota Kupang Mengenai Covid-19. *Cendana Medical Journal, 23*.
- Sukri, Palinggi, Y., Taliabo, P., & Lisma. (2024). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Pencegahan Hipertensi. *Jurnal Promotif Preventif, 7*(1), 52–57. <http://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP>
- Sullivan, G. M., & Feinn, R. S. (2021). Do You Have Power? Considering Type II Error in Medical Education. In *Journal of Graduate Medical Education* (Vol. 13, Number 6, pp. 753–756). Accreditation Council for Graduate Medical Education. <https://doi.org/10.4300/JGME-D-21-00964.1>
- Suryadi, Solikin, & Uni. (2024). Analisa Faktor Resiko Komplikasi Gagal Jantung Pada Pasien Hipertensi Di RSUD Ulin Banjarmasin BANJARMASIN. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI), 9*(2), 142–148.

- Syarifah, K., Maftuhah, S., Ni'mah, M., Anam, S., & Nashrullah. (2026). Ragam dan Klasifikasi Sumber Belajar serta Teori Penggunaan Media dalam Pembelajaran. *MIDA: Jurnal Pendidikan Dasar Islam*, 3(1), 57–73. <https://doi.org/10.35446/diklatreview.v3i1.349>
- Tampi, M. L., Kepel, B. J., Rombot, D. V, Kapantow, N. H., & Korompis, G. E. C. (2025a). Efektivitas Media Edukasi Video dan Leaflet dalam Peningkatan Pengetahuan tentang Manfaat Daun Kelor pada Pasien Dislipidemia: Studi di Puskesmas Kakaskasen Tomohon. *Jurnal Promotif Preventif*, 8(3), 684–691. <http://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP>
- Tampi, M. L., Kepel, B. J., Rombot, D. V, Kapantow, N. H., & Korompis, G. E. C. (2025b). Efektivitas Media Edukasi Video dan Leaflet dalam Peningkatan Pengetahuan tentang Manfaat Daun Kelor pada Pasien Dislipidemia: Studi di Puskesmas Kakaskasen Tomohon. *JURNAL PROMOTIF PREVENTIF*, 8(3), 684–691. <http://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP>
- Tanu, B. Y., Situmorang, P., Zai, N. S., & Siregar, D. (2025). Faktor Risiko Hipertensi Pada Usia Dewasa Di Kabupaten Nias. *Jurnal Keperawatan Cikini*, 6(1), 39.
- Trisutrisno, I., Hasnidar, Luiana, S. A., & Simanjuntak, R. R. (2022). *Pendidikan dan Promosi Kesehatan* (A. Karim, Ed.). Yayasan Kita Menulis.
- Utario, Y., & Khorini, F. (2022). Analisis Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Anak Usia Sekolah Tentang Covid-19. *Quality : Jurnal Kesehatan*, 16(2), 134–143. <https://doi.org/10.36082/qjk.v16i2.483>
- Utmai, R. P. (2021). Efektivitas Diet DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension). *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 2(2), 93.
- Wannagat, W., Nieding, G., & Tibken, C. (2024). Age-related decline of metacognitive comprehension monitoring in adults aged 50 and older: Effects of cognitive abilities and educational attainment. *Cognitive Development*, 70. <https://doi.org/10.1016/j.cogdev.2024.101440>

- Waruwu, M., Pu'at, S. N., Utami, P. R., Yanti, E., & Rusydiana, M. (2025). Metode Penelitian Kuantitatif: Konsep, Jenis, Tahapan dan Kelebihan. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 10(1), 917–932. <https://doi.org/10.29303/jipp.v10i1.3057>
- Wati, N. A., Ayubana², S., Purwono³, J., Dharma, A. K., & Metro, W. (2023). Penerapan low Deep Breathing Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di RSUD Jend. Ahmad Yani Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(1).
- Widia, W., Fitri, R., & Darussyamsu, R. (2022). Kajian Pemanfaatan Media Pembelajaran Leaflet Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Peserta Didik. *Jurnal Biolokus : Jurnal Penelitian Pendidikan Biologi Dan Biologi*, 5(1).
- Wijaya, L. A., & Yuswantina, R. (2024). Pengaruh Pemberian Edukasi Menggunakan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Pasien Hipertensi di Puskesmas Leyangan. *Richa Yuswantina Journal of Holistics and Health Sciences*, 6(1).
- Yanti, A., Hasanah, R., Hartini, L., & Efriani, R. (2024). Pengaruh Media Edukasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Hygiene Genitalia Saat Menstruasi Di SMP Negeri 2 Kota Bengkulu. *Journal of Nursing and Public Health*, 12(1).
- Yunandar, R., Soekiswati, S., Basuki, S. W., Triastuti, N. J., & Istiqomah, N. (2025). Kejadian Hipertensi Ditinjau dari Faktor Usia, Tingkat Pendidikan, dan Tingkat Pengetahuan. *Jurnal Keilmuan Dan Keislaman*, 179–188. <https://doi.org/10.23917/jkk.v4i2.399>
- Zahro, M. L., Sunanto, & Rahmat, N. N. (2025). Hubungan Efikasi Diri Dengan Kekambuhan Pada Pasien Hipertensi Di Posbindu Desa Senduro Di Wilayah UPT. Puskesmas Senduro. *Jurnal Keperawatan*.

LAMPIRAN

Lampiran 1 Izin Penelitian



YAYASAN PANTI RAPIH
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH YOGYAKARTA

Jalan Tantular 401 Pringwulung, Condongcatur, Depok, Sleman, Yogyakarta
Telp.(0274) 518977, 542744 Fax (0274) 587143
Website : www.stikespantirapih.ac.id E-mail : stikespr@stikespantirapih.ac.id



23 Juni 2026

Nomor : 1282/STIKes-PR/B/VI/2026
Perihal : Permohonan izin pengambilan data penelitian
Lampiran : 1 lembar

Yth. Kepala Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta
Jalan Kenari No.56, Muja Muju, Umbulharjo
Daerah Istimewa Yogyakarta

Dengan hormat,

Dalam rangka menyelesaikan tugas pada Mata Kuliah Skripsi (SG VII.2) bagi Mahasiswa Program Studi Gizi Program Sarjana Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta Tahun Akademik 2025/2026, maka dengan ini kami mohon mahasiswa di bawah ini yang sudah mendapatkan Surat Keterangan Kelayakan Etik dari POLTEKES KEMENKES Yogyakarta Nomor: DP.04.03/e-KEPK.1/1182/2026 diperkenankan melakukan pengambilan data penelitian di **Puskesmas Umbulharjo Yogyakarta**. Adapun mahasiswa tersebut adalah:

Nama : Dea Andika Wikaneswari
NPM : 202233010
Judul Skripsi : Pengaruh Edukasi Menggunakan Leaflet terhadap Tingkat Pengetahuan tentang Diet DASH pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Umbulharjo 1

Demikian surat permohonan izin dari kami. Atas perhatian dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.

Ketua

Yulia Wardani, MAN

Lampiran 2 Jawaban izin penelitian

PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA
DINAS KESEHATAN



Jl. Kenari No. 56, Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55165
Telepon (0274) 515865, 562682; Faksimile (0274) 515869
Laman kesehatan.jogjakota.go.id; Pos-el kesehatan@jogjakota.go.id

1 Juli 2026

Nomor : 000.9/ 6518
Sifat : -
Lampiran : -
Hal : Ijin Pengambilan Data
Yth. Kepala
Di
Yogyakarta

Berdasarkan surat dari Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta, Nomor : 1282/STIKes-PR/BN/I/2026 tanggal 23 Juni 2026 perihal ijin pengambilan data. Setelah dilakukan telaahan maka Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta memberikan ijin pengambilan data kepada:

Nama : Dea Andika Wikaneswari
NIM : 202233010
No HP : 087810045810
Pekerjaan : Mahasiswa Program Studi Gizi Program Sarjana Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta
Lokasi : Puskesmas Umbulharjo I
Rencana penelitian : Pengaruh Edukasi Menggunakan Leaflet terhadap Tingkat Pengetahuan tentang Diet *DASH* pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Umbulharjo I

Adapun waktunya mulai bulan Juli s.d Agustus 2026
Dengan ketentuan :

1. Wajib menjaga tata tertib dan menaati ketentuan-ketentuan yang berlaku setempat
2. Ijin pengambilan data tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan Pemerintah dan hanya dipergunakan untuk keperluan ilmiah.

Kemudian diharap para pejabat setempat dapat memberikan bantuan seperlunya

Demikian ijin pengambilan data dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya

a.n. Kepala
Sekretaris


Trisni Winarsih, S.K.M., M.M
Pembina Tingkat I (IV/b)
NIP 197006151993032008


SEGORO AMARTO
SEMANGAT GOTONG ROYONG AGAWE MAJUNE NGAYOGYAKARTA
KEMANDIRIAN – KEDISIPLINAN – KEPEDULIAN – KEBERSAMAAN

Lampiran 3 Ethical clearance



Terakreditasi KEPPKN No. 005/KEPPKN/AKT/IV/2024

Kementerian Kesehatan

Poltekkes Yogyakarta

Komite Etik Penelitian Kesehatan

Jalan Tata Bumi No. 3, Banyuraden, Gamping,
Sleman, D.I. Yogyakarta 55293

(0274) 617601

<https://poltekkesjogja.ac.id>

KETERANGAN LAYAK ETIK DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION 'ETHICAL EXEMPTION'

No.DP.04.03/e-KEPK.1/1182/2026

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :

The research protocol proposed by

Peneliti utama : Dea Andika Wikaneswari

Principal In Investigator

Nama Institusi : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti
Rapih Yogyakarta

Name of the Institution

Dengan judul:

Title

"Pengaruh Edukasi Menggunakan Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Diet DASH Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Umbulharjo I"

"The Effect of Leaflet-Based Education on the Level of Knowledge About the DASH Diet in Hypertension Patients in the Umbulharjo I Community Health Center Work Area"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 23 Juni 2026 sampai dengan tanggal 23 Juni 2027.

This declaration of ethics applies during the period June 23, 2026 until June 23, 2027.



June 23, 2026

Chairperson,

Dr. drg. Wiworo Haryani, M.Kes.

Lampiran 4 Lembar syarat responden

Lembar Syarat Responden

Responden yang dapat mengikuti penelitian ini adalah penderita hipertensi yang memenuhi persyaratan berikut :

(diisi dengan $\surd$ bila sesuai)

Indikator	Ya	Tidak
Pasien hipertensi yang belum mendapatkan edukasi diet DASH sebelumnya.		
Penderita hipertensi yang tinggal di wilayah kerja Puskesmas Umbulharjo 1 selama minimal 3 bulan dari pengumpulan data.		
Pasien hipertensi yang memeriksakan diri ke Puskesmas Umbulharjo I.		
Berjenis kelamin laki-laki atau perempuan		
Mengalami hipertensi ≥ 6 bulan.		
Berusia 19-75 tahun		
Mampu mendengar, melihat, membaca, dan menulis.		
Bersedia menjadi responden.		
Bukan ibu hamil.		
Bukan pasien dengan gangguan kognitif.		
Pasien tidak sakit berat		

Lampiran 5 Lembar penjelasan penelitian

LEMBAR PENJELASAN PENELITIAN

Nama Pemberi Informasi (Peneliti) : Dea Andika Wikaneswari			
Institusi Peneliti : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta			
Judul Penelitian : Pengaruh Edukasi Menggunakan Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Diet DASH Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Umbulharjo			
No	Jenis Informasi	Isi Informasi	Paraf Penerima Informasi
1.	Tujuan penelitian	1. Menganalisis pengaruh edukasi menggunakan leaflet terhadap tingkat pengetahuan tentang diet DASH pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Umbulharjo 1. 2. Menggambarkan karakteristik tingkat pendidikan, usia, dan jenis kelamin penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Umbulharjo. 3. Menggambarkan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi tentang diet DASH pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Umbulharjo 1.	
2.	Manfaat penelitian	Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi ilmiah mengenai pengaruh edukasi menggunakan leaflet terhadap tingkat pengetahuan tentang diet DASH pada penderita hipertensi, sekaligus menjadi dasar pertimbangan dalam tatalaksana penderita hipertensi dalam hal edukasi diet, serta meningkatkan wawasan, keterampilan, dan kemampuan berpikir kritis peneliti dalam melakukan penelitian ilmiah.	
3.	Alasan responden dianggap sesuai dengan penelitian (kriteria inklusi subjek penelitian)	1. Penderita hipertensi yang tinggal di wilayah kerja Puskesmas Umbulharjo 1 selama minimal 3 bulan dari pengumpulan data. 2. Pasien hipertensi yang memeriksakan diri ke Puskesmas Umbulharjo I. 3. Berjenis kelamin laki-laki atau perempuan. 4. Berusia 19-75 tahun. 5. Mengalami hipertensi ≥ 6 bulan. 6. Mampu mendengar, melihat, membaca, dan menulis. 7. Bersedia menjadi responden. 8. Bukan ibu hamil. 9. Pasien hipertensi yang belum mendapatkan edukasi diet	

		DASH sebelumnya. 10. Pasien tidak dengan gangguan kognitif. 11. Pasien tidak dengan sakit berat.	
4.	Perlakuan/prosedur yang akan diterima	Berikut prosedur dalam pengumpulan data: a. Tahap Pretest (Tes Awal Atau Sebelum Eksperimen) 1. Koordinasi dengan petugas kesehatan bagian kesehatan umum sebelum melakukan pengambilan data. Total waktu yang diperlukan dalam satu kali pengambilan data yaitu 20 – 40 menit. 2. Peneliti mendatangi calon responden dan meminta izin untuk melakukan penelitian. 3. Peneliti memastikan calon responden sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi dengan wawancara dan mengisi checklist lembar syarat responden. 4. Peneliti menyampaikan maksud dan tujuan penelitian serta menjelaskan jaminan kerahasiaan data responden berdasarkan lembar penjelasan penelitian selama 2-3 menit. 5. Peneliti memberikan lembar persetujuan (<i>informed consent</i>) kepada responden. Responden yang bersedia berpartisipasi diminta menandatangani lembar persetujuan tersebut. 6. Peneliti memberikan pretest sebelum perlakuan berupa pengisian kuesioner pengetahuan tentang diet DASH dengan durasi sekitar 5 – 10 menit. b. Tahap Intervensi (Perlakuan Berupa Edukasi Menggunakan Media Leaflet) 1. Peneliti memberikan edukasi dengan cara ceramah mengenai diet DASH menggunakan media leaflet selama 10 – 15 menit. 2. Peneliti memberikan waktu kepada responden untuk membaca kembali, memahami, dan bertanya mengenai materi dalam leaflet selama 2 - 3 menit. c. Tahap Posttest (Tes Akhir Atau Sesudah Eksperimen). 1. Peneliti memberikan posttest setelah perlakuan berupa pengisian kuesioner pengetahuan tentang diet DASH dengan durasi sekitar 5 – 10 menit. 2. Peneliti memastikan kelengkapan data dan jawaban responden. 3. Peneliti menyampaikan ucapan terima kasih serta memberikan kompensasi kepada responden.	
5.	Durasi penelitian	20 – 40 menit.	

6.	Risiko yang dapat dialami selama penelitian	Risiko yang dapat dialami selama penelitian ini adalah terganggunya waktu tunggu pengambilan obat pasien.	
7.	Bujukan/insentif/reward/ asuransi	Pasien yang bersedia menjadi responden dari tahap awal hingga akhir penelitian akan mendapat mangkok plastik ukuran sedang sebagai reward.	
8.	Hak untuk mengundurkan diri sewaktu-waktu	Responden berhak mengundurkan diri tanpa mendapatkan sanksi karena penelitian ini bersifat tidak memaksa.	
9.	Jaminan kerahasiaan data	Kerahasiaan data responden berupa nama akan dituliskan dengan inisial serta data lain yang dilaporkan meliputi tanggal lahir, usia, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan.	
10.	Kontak peneliti	Responden dapat menghubungi peneliti melalui kontak berikut: Nomor HP: 087810045810 E-mail: deaandikaw@gmail.com	
11.	Kontak KEPK	Bernadetta Eka Noviati, S.Kep., Ns., MM 089628165916	
Pernyataan			Tanda Tangan
Pemberiinformasi menyatakan bahwa telah menerangkan hal-hal diatas secara benar dan jujur, memberikan kesempatan untuk bertanya,dan memberikan kesempatan untuk berdiskusi kepada penerima informasi			
Penerima informasi menyatakan bahwa telah menerima informasi dari pemberi informasi sesuai yang tertera di atas, telah mencantumkan paraf pada setiap informasi yang diterima, dan telah memahami setiap informasi tersebut.			
		Rev. 1 / 1 Februari 2020	Hal 1/2

Lampiran 6 Informed consent

LEMBAR PERSETUJUAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Penerima informasi (inisial) :
Umur :tahun
Jenis Kelamin : laki-laki / perempuan *
No. Hp :

Dengan ini menyatakan persetujuan untuk memberikan informasi dan terlibat sebagai responden dari penelitian yang berjudul “Pengaruh Edukasi Menggunakan Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Diet DASH Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Umbulharjo I”.

Saya memahami manfaat dan pentingnya penelitian tersebut sebagaimana telah diinformasikan dan/atau dijelaskan oleh peneliti kepada saya, termasuk risiko yang mungkin timbul.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran, niat baik, dan tanpa ada paksaan dari pihak mana pun.

Hari _____, Tanggal _____ Bulan _____ Tahun _____, Pukul _____

Penerima Informasi (Responden)

Pemberi Informasi (Peneliti)

Nama (Inisial).....

Dea Andika Wikaneswari

(*) Coret yang tidak perlu

Lampiran 7 Pelaksanaan kegiatan penelitian



KUESIONER PENGETAHUAN TENTANG DIET DASH

Data diri

Nama (inisial) :
Tanggal lahir :
Usia (tahun) :
Jenis Kelamin : ☐ Laki – laki, ☐ Perempuan
Pendidikan Terakhir : ☐ Tidak sekolah, ☐ Tamat SD, ☐ Tamat SMP/Sederajat,
☐ Tamat SMA/Sederajat, ☐ Tamat Perguruan Tinggi
/Sederajat

Petunjuk Pengisian :

1. Bacalah baik – baik pernyataan - pernyataan yang tersedia!
2. Berilah tanda (√) pada jawaban yang sesuai dengan jawaban anda!
3. Satu pernyataan hanya bisa dijawab dengan satu jawaban, BENAR (B) atau SALAH (S).

No	Pernyataan	B	S
1	Makanan yang dianjurkan untuk penderita darah tinggi adalah makanan yang bisa menurunkan tekanan darah. (misal ; kentang, tomat, bayam, wortel, tempe, tahu, jeruk, susu, dan lalapan hijau).		
2	Salah satu cara untuk mengontrol tekanan darah adalah dengan mengurangi konsumsi garam.		
3	Selain mengkonsumsi buah – buahan segar, cara lain untuk mencegah tekanan darah tinggi adalah dengan olahraga secara teratur.		
4	Penderita tekanan darah tinggi harus memperbanyak makan sayur dan buah serta menghindari makanan cepat saji (missal ; mie instan, sarden, dll)		
5	Makan bawang putih 1 siung perhari bisa mengontrol tekanan darah.		
6	Beras, kentang, singkong, terigu yang dimasak menggunakan garam boleh dimakan oleh penderita tekanan darah tinggi		
7	Daging dan ikan segar boleh dimakan penderita tekanan darah tinggi		

No	Pernyataan	B	S
8	Lansia yang menderita tekanan darah tinggi diperbolehkan makan telur sebanyak 3 butir/hari.		
9	Buah – buahan yang segar bisa dikonsumsi oleh penderita tekanan darah tinggi 1 buah/hari. (misal ; pir, apel, jeruk, pisang, dan papaya).		
10	Teh manis dengan gula 1 sendok makan boleh diminum bagi penderita tekanan darah tinggi 1 gelas/hari.		
11	Makan - makanan yang diawetkan dianjurkan bagi penderita tekanan darah tinggi. (misal ; petis, ikan asin, manisan, dan dendeng).		
12	Mengonsumsi sayuran segar seperti brokoli yang segar baik untuk penderita tekanan darah tinggi karena bermanfaat untuk menormalkan tekanan darah.		
13	Penderita tekanan darah tinggi harus membatasi pemberian garam sekitar 1 sendok teh per hari.		
14	Bayam, kacang tanah yang segar dapat meningkatkan tekanan darah.		
15	Penderita tekanan darah tinggi tidak dianjurkan makan ikan asin dan jeroan (misal; otak, ginjal, limpa, hati, dan lidah).		
16	Daging kambing / sapi boleh dimakan penderita tekanan darah tinggi.		
17	Minum kopi dan merokok adalah kebiasaan buruk yang dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah.		
18	Makanan seperti gorengan baik untuk penderita tekanan darah tinggi.		
19	Makan makanan laut seperti kepiting, kerang, cumi – cumi, dapat meningkatkan tekanan darah		
20	Telur asin, sarden, udang kering, ikan teri boleh dimakan penderita tekanan darah tinggi karena tidak meningkatkan tekanan darah		
21	Minum kopi atau soda 1 botol per hari tidak meningkatkan tekanan darah		
22	Mentega atau makanan yang berminyak tidak dianjurkan bagi penderita tekanan darah tinggi karena bisa meningkatkan tekanan darah. (misal ; gorengan)		
23	Sayuran dan buah – buahan yang diawetkan tidak dianjurkan untuk penderita tekanan darah tinggi		

Lampiran 9 Media edukasi

	Dianjurkan	Dibatasi	Dihindari
Makanan pokok (karbohidrat)	Nasi, jagung, kentang, singkong, ubi, oatmeal	Roti, pasta, mie kuning	Mie instan
Sayur	Semua jenis sayuran segar berbagai warna yang direbus	Sayuran ditumis	Sayuran digoreng dan dimasak dengan santan kental
Buah	Semua jenis buah segar	Durian, nangka	Buah kalengan, buah yang diawetkan, manisan
Lauk hewani	Daging tanpa lemak, ikan segar, ayam tanpa kulit, Putih telur	Kuning telur, cumi-cumi, kerang, kepiting	Jeroan (otak, ginjal, limpa, hati, lidah) daging sapi dan kambing dengan lemak, ikan asin, teri, udang kering, pindang, telur asin, sarden, dendeng, petis
Lauk nabati	Tempe, tahu, kacang hijau, kacang merah, kacang tanah		
Lemak dan minyak	Alpukat, minyak sayur	Keju	Gorengan, mentega
Minuman	Susu rendah lemak, susu skim, jus buah/saring kacang hijau/sari kedelai dengan sedikit gula (tsdm)	Minuman kemasan, susu full cream, es krim, sirup, kental manis	Minuman mengandung alkohol, kopi, soda
Bumbu	Bawang putih, bawang merah, jahe, kecur, daun salam		Soda kue, saus (tomat, sambal, kecap), bumbu penyedap lainnya

YUK TURUNKAN TEKANAN DARAH DENGAN DIET DASH

Dietary Approaches to Stop Hypertension



Disusun oleh :
Dea Andika Wikaneswari

HIPERTENSI

Hipertensi adalah gangguan sistem peredaran darah yang terjadi bila tekanan darah sistolik >140 mmHg dan atau diastolik ≥ 90 mmHg.

DAMPAK HIPERTENSI

- Stroke
- Gagal Ginjal
- Gangguan Penglihatan
- Gagal Jantung
- Penyempitan Pembuluh darah

PENCEGAHAN HIPERTENSI

- Olahraga teratur (15-30mnt/hari)
- Menurunkan berat badan (IMT >25 kg/m²)
- Mengurangi asupan garam (per hari 1 sdt / 5g / 2300mg)
- Batasi kopi, hindari soda dan alkohol
- Pola makan sehat, hindari makanan cepat saji
- Tidak merokok

YUK CEGAH HIPERTENSI DENGAN DIET DASH !!!!

DIET DASH

Dietary Approaches to Stop Hypertension (DASH) adalah diet yang dianjurkan bagi penderita hipertensi.

MANFAAT :

- Membantu menurunkan tekanan darah.
- Mempertahankan tekanan darah menjadi normal.
- Menurunkan kadar kolesterol.
- Membantu pengendalian berat badan.

PORSI MAKAN DIET DASH

Makanan	Porsi/hari	Takaran per Porsi
Makanan pokok	6-7	½ cangkir nasi matang (8-10 sdm)
Sayur	4-5	½ cangkir sayur matang (8sdm)
Buah	4-5	1 bh ukuran sedang, 1 gls jus buah
Susu dan olahannya	2-3	1 cangkir susu
Lauk hewani	3-6	1 butir telur, 1 potong daging kecil
Lauk nabati	4-5 per minggu	1 potong sedang, 1/3 cangkir kacang tanah
Lemak / minyak	2-3	1 sdt
Gula	≤5 per minggu	1 sdt gula, 1 sdt selai

CONTOH MENU SEHARI

Makan Pagi 06.00 – 08.00

- Nasi putih 1 centong
- Telur ayam dadar 1 butir
- Tahu goreng 1 potong
- Sayur bening 2 sendok sayur

Selingan 10.00

- Buah potong

Makan Siang 12.00 - 13.00

- Nasi putih 1 centong
- Ikan bumbu kuning 1 ekor
- Tempe goreng 1 potong
- Tumis kangkung 8 sdm
- Pepaya 1 potong

Selingan 16.00

- Singkong rebus

Makan Malam 18.00 - 19.00

- Nasi putih 1 centong
- Ayam goreng 1 potong
- Tahu putih kukus
- Sayur ca wortel dan buncis
- Pisang 1 buah

Selingan 19.00 - 21.00

- Buah / susu rendah lemak

Sumber
Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, WHO (World Health Organization)

Lampiran 10 Hasil penilaian expert media

Instrumen Penilaian Kelayakan Media Edukasi

A. Identitas

Judul Penelitian : Pengaruh Edukasi Menggunakan Leaflet terhadap Tingkat Pengetahuan tentang Diet DASH pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Umbulharjo 1.
Materi : Diet DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*)
Pembuat : Dea Andika Wikaneswari
Validator : Ana Setiyorini
Tanggal Validasi : 20 Juni 2026

B. Tujuan

Tujuan penggunaan instrumen ini adalah untuk mengukur kelayakan media dan isi materi Leaflet Diet DASH untuk penderita hipertensi di Puskesmas Umbulharjo 1.

C. Petunjuk Pengisian

- Instrumen penilaian kelayakan media ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat dan penilaian Bapak/Ibu terhadap media Leaflet Diet DASH untuk penderita hipertensi di Puskesmas Umbulharjo 1 yang sedang dikembangkan oleh peneliti.
- Jawaban diberikan pada kolom skala penilaian yang sudah disediakan dengan skala penilaian sebagai berikut :
 - Skor 1 : tidak layak
 - Skor 2 : kurang layak
 - Skor 3 : cukup layak
 - Skor 4 : layak
 - Skor 5 : sangat layak
- Mohon diberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom skala penilaian sesuai pendapat Bapak/ Ibu. Mohon memberikan komentar atau saran pada tempat yang telah disediakan.
- Terima kasih atas kesediaan Bapak/ Ibu dalam mengisi instrumen penilaian kelayakan media ini. Semoga Bapak/ Ibu selalu diberikan kesehatan dan kebahagiaan.
- Berikut link google drive yang berisi media yang akan digunakan:
<https://drive.google.com/file/d/1JZW-ZfjFNpUJSRP932xXhUKN6i2k068ul/view?usp=sharing>

D. Instrumen Penilaian Kelayakan Media dan Materi

No	Indikator	Skor Validasi				
		1	2	3	4	5
1.	Judul leaflet menarik dan sesuai dengan tema				✓	
2.	Perpaduan warna secara keseluruhan sesuai dan menarik				✓	
3.	Jenis huruf yang digunakan sesuai dan menarik				✓	
4.	Pemilihan gambar sesuai dengan pembahasan				✓	
5.	Gambar jelas dan mudah dibedakan				✓	
6.	Ukuran gambar yang digunakan tidak terlalu besar dan tidak terlalu kecil				✓	
7.	Tata letak gambar dengan tulisan sesuai					✓
8.	Kualitas dan tampilan gambar bagus				✓	
9.	Bahasa yang digunakan konsisten				✓	
10.	Istilah dan kalimat mudah dimengerti				✓	
11.	Media yang dibuat dapat digunakan dengan mudah oleh sasaran				✓	
12.	Secara keseluruhan penggunaan kombinasi warna, tulisan dan gambar dalam dadu serasi dan menarik				✓	
13.	Leaflet sudah memuat materi hipertensi dan Diet DASH				✓	
14.	Sajian materi diet DASH yang diberikan sudah disesuaikan dengan tingkat pemahaman penderita hipertensi usia 19-75 tahun			✓		
15.	Kesesuaian materi diet DASH sesuai dengan pedoman gizi kesehatan.				✓	
16.	Kelengkapan materi diet DASH				✓	
17.	Kedalaman materi diet DASH				✓	
18.	Pesan (materi pada media leaflet) disajikan dengan bahasa yang menarik.				✓	
19.	Pesan (materi pada media leaflet) disajikan dengan bahasa yang mudah dipahami dan tidak menimbulkan multitafsir.				✓	
20.	Kalimat dan kata yang digunakan tidak menimbulkan makna ganda dan/atau penggunaan kata kiasan.				✓	
21.	Sistematika penyajian materi dalam media leaflet teratur.			✓		
22.	Media leaflet sudah dapat membantu merangsang kemampuan berpikir penderita hipertensi terkait diet DASH				✓	
23.	Media leaflet sudah dapat membantu meningkatkan minat belajar penderita hipertensi terkait diet DASH					✓
24.	Secara keseluruhan materi yang disampaikan sesuai dengan teori yang valid.				✓	
Total skor		96				

$\text{Nilai akhir} = \frac{\text{Jumlah skor keseluruhan}}{120} \times 100\%$	80%
Persentase Kelayakan: 0% - 20% Tidak layak 21% - 40% Kurang layak 41% - 60% Cukup layak 61% - 80% Layak	

E. Komentar / Saran

- Belum ada contoh menu Diet DASH yang praktis (komposisi sekali makan)
- Belum mencantumkan sumber/referensi ilmiah dan kontak jika mau tindak lanjut
- Masih ada istilah yang mungkin sulit dipahami masyarakat awam (misalnya hemodinamik, natrium, IMT) tanpa penjelasan sederhana
- Jika leaflet ditata dalam desain lipat 3 maka kurang bagus di lembar kedua

F. Kesimpulan

Berdasarkan penilaian yang telah dilakukan, produk pengembangan ini dinyatakan:

1. Layak digunakan untuk uji coba.
2. Tidak Layak digunakan untuk uji coba.

Mohon di lingkari pada nomor yang sesuai dengan kesimpulan Bapak/Ibu.

Yogyakarta, 20 Juni 2026

Validator Ahli Media Edukasi,



(Ana Setiyorini)

Instrumen Penilaian Kelayakan Media Edukasi

A. Identitas

Judul Penelitian : Pengaruh Edukasi Menggunakan Leaflet terhadap Tingkat Pengetahuan tentang Diet DASH pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Umbulharjo 1.
Materi : Diet DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*)
Pembuat : Dea Andika Wikaneswari
Validator : Diyan Yunanto Setyaji, S.Gz., MPH., Dietisien
Tanggal Validasi : 20 Juni 2026

B. Tujuan

Tujuan penggunaan instrumen ini adalah untuk mengukur kelayakan media dan isi materi Leaflet Diet DASH untuk penderita hipertensi di Puskesmas Umbulharjo 1.

C. Petunjuk Pengisian

- Instrumen penilaian kelayakan media ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat dan penilaian Bapak/Ibu terhadap media Leaflet Diet DASH untuk penderita hipertensi di Puskesmas Umbulharjo 1 yang sedang dikembangkan oleh peneliti.
- Jawaban diberikan pada kolom skala penilaian yang sudah disediakan dengan skala penilaian sebagai berikut :
 - Skor 1 : tidak layak
 - Skor 2 : kurang layak
 - Skor 3 : cukup layak
 - Skor 4 : layak
 - Skor 5 : sangat layak
- Mohon diberikan tanda **checklist** (✓) pada kolom skala penilaian sesuai pendapat Bapak/ Ibu. Mohon memberikan komentar atau saran pada tempat yang telah disediakan.
- Terima kasih atas kesediaan Bapak/ Ibu dalam mengisi instrumen penilaian kelayakan media ini. Semoga Bapak/ Ibu selalu diberikan kesehatan dan kebahagiaan.
- Berikut link google drive yang berisi media yang akan digunakan:
<https://drive.google.com/file/d/1ZW-ZFjFNPuJSRP932xXhUKN6i2k068ul/view?usp=sharing>

Total skor	
Nilai akhir = $\frac{\text{Jumlah skor keseluruhan}}{100} \times 100\%$	
Presentase Kelayakan:	
0% - 20% Tidak layak	
21% - 40% Kurang layak	
41% - 60% Cukup layak	
61% - 80% Layak	

E. Komentar / Saran

- Judul typo => coba perbaiki singkatan dari DASH.
- Di tabel porsi makan diet dash, cek bagian lemak. Ada typo.
- Leaflet akan dibuat dalam 3 lipatan, maka bagian tabel dianjurkan dan dihindari akan terlibat tidak rapi. Tidak pas dengan garis.
- Detail masukan:

1. Judul kurang menonjol

Saat ini tertulis:
DIET DASH

Judul sebaiknya lebih komunikatif. Misalnya:
"Kendallikan Hipertensi dengan Diet DASH"
atau
"Yuk Turunkan Tekanan Darah dengan Diet DASH"

Hal ini lebih menarik perhatian sasaran.

2. Definisi hipertensi terlalu ilmiah

Saat ini:
Hipertensi terjadi karena kondisi ketidakseimbangan hemodinamik pada sistem kardiovaskuler.

Kalimat ini sulit dipahami masyarakat. Disarankan:

Hipertensi adalah kondisi ketika tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg sehingga dapat meningkatkan risiko stroke, penyakit jantung, dan gangguan ginjal.

3. Tabel bahan makanan terlalu padat

- Bagian:
- dianjurkan
- dibatasi
- dihindari

- memuat terlalu banyak informasi dalam satu halaman. Akibatnya:
- tulisan kecil
- sulit dibaca lansia

D. Instrumen Penilaian Kelayakan Media dan Materi

No	Indikator	Skor Validasi				
		1	2	3	4	5
1.	Judul leaflet menarik dan sesuai dengan tema				V	
2.	Perpaduan warna secara keseluruhan sesuai dan menarik			V		
3.	Jenis huruf yang digunakan sesuai dan menarik				V	
4.	Pemilihan gambar sesuai dengan pembahasan				V	
5.	Gambar jelas dan mudah dibedakan				V	
6.	Ukuran gambar yang digunakan tidak terlalu besar dan tidak terlalu kecil			V		
7.	Tata letak gambar dengan tulisan sesuai				V	
8.	Kualitas dan tampilan gambar bagus			V		
9.	Bahasa yang digunakan konsisten				V	
10.	Istilah dan kalimat mudah dimengerti				V	
11.	Media yang dibuat dapat digunakan dengan mudah oleh sasaran				V	
12.	Secara keseluruhan penggunaan kombinasi warna, tulisan dan gambar dalam dadu serasi dan menarik			V		
13.	Leaflet sudah memuat materi hipertensi dan Diet DASH				V	
14.	Sajian materi diet DASH yang diberikan sudah disesuaikan dengan tingkat pemahaman penderita hipertensi usia 19-75 tahun				V	
15.	Kesesuaian materi diet DASH sesuai dengan pedoman gizi kesehatan.				V	
16.	Kelengkapan materi diet DASH				V	
17.	Kedalaman materi diet DASH				V	
18.	Pesan (materi pada media leaflet) disajikan dengan bahasa yang menarik.				V	
19.	Pesan (materi pada media leaflet) disajikan dengan bahasa yang mudah dipahami dan tidak menimbulkan multitafsir.				V	
20.	Kalimat dan kata yang digunakan tidak menimbulkan makna ganda dan/atau penggunaan kata kiasan.				V	
21.	Sistematika penyajian materi dalam media leaflet teratur.				V	
22.	Media leaflet sudah dapat membantu merangsang kemampuan berpikir penderita hipertensi terkait diet DASH				V	
23.	Media leaflet sudah dapat membantu meningkatkan minat belajar penderita hipertensi terkait diet DASH				V	
24.	Secara keseluruhan materi yang disampaikan sesuai dengan teori yang valid.				V	

- cepat menimbulkan kelelahan visual

Disarankan:

- memperbesar ukuran huruf
- mengurangi jumlah contoh
- menggunakan ikon atau warna

4. Ukuran huruf beberapa bagian terlalu kecil

Khusus pada:

- porsi DASH
- jadwal makan
- tabel bahan makanan

Hal ini berpotensi menjadi masalah karena sasaran penelitian adalah penderita hipertensi yang mayoritas berusia lanjut.

Ideal:

- ukuran minimal 11-12 pt
- kontras tinggi

5. Terlalu banyak teks

Leaflet sebaiknya mengutamakan:

- gambar
- ikon
- simbol

dibandingkan paragraf panjang.

Contoh:

Stroke (...) Ginjal (...) Jantung (....)

lebih mudah dipahami daripada daftar tulisan.

6. Bagian manfaat DASH perlu ditonjolkan

Saat ini manfaat DASH berada di bagian bawah sehingga kurang terlihat. Padahal ini merupakan pesan utama. Misalnya dibuat kotak khusus:

Menurunkan tekanan darah
Menurunkan kolesterol
Menjaga berat badan

7. Belum ada contoh menu sehari

Masyarakat sering bertanya:
"Jadi saya harus makan apa?"

Disarankan menambahkan:
Contoh Menu Sehari

Pagi:

- nasi
- telur rebus
- sayur bening
- pepaya

Siang:

- nasi
- ikan pindang
- tumis bayam
- jeruk

Malam:

- nasi
- tahu tempe
- sayur sop
- pisang

8. Pembatasan kopi perlu diperjelas

Saat ini tertulis:
Hindari kopi.

Ini dapat diperdebatkan.
Beberapa guideline terbaru tidak melarang kopi secara mutlak. Disarankan:

Batasi konsumsi kopi dan minuman berkafein berlebihan.

9. Alkohol kurang relevan

Pada masyarakat sasaran Puskesmas Umbulharjo, alkohol mungkin bukan faktor dominan.

Yang lebih relevan:

- makanan asin
- makanan instan
- gorengan
- makanan cepat saji

10. Tidak terdapat sumber informasi

- ikon tekanan darah

Gunakan:

- bullet point
- infografik

Sebaiknya dicantumkan:

- Sumber:
- Kemenkes RI.
- PERHL
- DASH Eating Plan.
- WHO.

Hal ini meningkatkan kredibilitas media.

KOREKSI ISI ILMIAH

1. Batas garam

Ditulis:
<2300 mg atau 1 sdt/hari

Lebih tepat:
Batasi konsumsi garam maksimal 1 sendok teh (± 5 gram garam atau ± 2000 mg natrium) per hari.

2. Olahraga

Ditulis:
15–30 menit/hari

Pedoman hipertensi biasanya:
Aktivitas fisik intensitas sedang minimal 30 menit per hari atau 150 menit per minggu.

3. Penurunan berat badan

Ditulis:
IMT > 25 kg/m²

Bagi populasi Asia lebih tepat:
IMT ≥ 23 kg/m².

SARAN DESAIN

- Gunakan warna:
- hijau → dianjurkan
- kuning → dibatasi
- merah → dihindari

- Tambahkan:
- gambar buah
- gambar sayur
- ikon garam

F. Kesimpulan

Berdasarkan penilaian yang telah dilakukan, produk pengembangan ini dinyatakan:

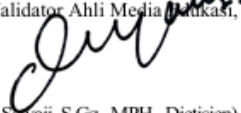
1. Layak digunakan untuk uji coba.
2. ~~Tidak Layak digunakan untuk uji coba.~~

Mohon di lingkari pada nomor yang sesuai dengan kesimpulan Bapak/Ibu.

Mengetahui,

Sleman, 20 Juni 2026

Validator Ahli Media Publikasi,



(Diyan Yunanto Setyaji, S.Gz., MPH., Dietisien)

Instrumen Penilaian Kelayakan Media Edukasi

A. Identitas

Judul Penelitian : Pengaruh Edukasi Menggunakan Leaflet terhadap Tingkat Pengetahuan tentang Diet DASH pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Umbulharjo 1.
Materi : Diet DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*)
Pembuat : Dea Andika Wikaneswari
Validator : Fitriya Kristanti, S. Kep.,Ns.,M.N.Sc
Tanggal Validasi : 23 Juni 2026

B. Tujuan

Tujuan penggunaan instrumen ini adalah untuk mengukur kelayakan media dan isi materi Leaflet Diet DASH untuk penderita hipertensi di Puskesmas Umbulharjo 1.

C. Petunjuk Pengisian

- Instrumen penilaian kelayakan media ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat dan penilaian Bapak/Ibu terhadap media Leaflet Diet DASH untuk penderita hipertensi di Puskesmas Umbulharjo 1 yang sedang dikembangkan oleh peneliti.
- Jawaban diberikan pada kolom skala penilaian yang sudah disediakan dengan skala penilaian sebagai berikut :
 - Skor 1 : tidak layak
 - Skor 2 : kurang layak
 - Skor 3 : cukup layak
 - Skor 4 : layak
 - Skor 5 : sangat layak
- Mohon diberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom skala penilaian sesuai pendapat Bapak/ Ibu. Mohon memberikan komentar atau saran pada tempat yang telah disediakan.
- Terima kasih atas kesediaan Bapak/ Ibu dalam mengisi instrumen penilaian kelayakan media ini. Semoga Bapak/ Ibu selalu diberikan kesehatan dan kebahagiaan.
- Berikut link google drive yang berisi media yang akan digunakan:
<https://drive.google.com/file/d/1ZW-ZFjFNpUJSRP932xXhUKN6i2k068ul/view?usp=sharing>

D. Instrumen Penilaian Kelayakan Media dan Materi

No	Indikator	Skor Validasi				
		1	2	3	4	5
1.	Judul leaflet menarik dan sesuai dengan tema			✓		
2.	Perpaduan warna secara keseluruhan sesuai dan menarik			✓		
3.	Jenis huruf yang digunakan sesuai dan menarik			✓		
4.	Pemilihan gambar sesuai dengan pembahasan			✓		
5.	Gambar jelas dan mudah dibedakan			✓		
6.	Ukuran gambar yang digunakan tidak terlalu besar dan tidak terlalu kecil			✓		
7.	Tata letak gambar dengan tulisan sesuai			✓		
8.	Kualitas dan tampilan gambar bagus			✓		
9.	Bahasa yang digunakan konsisten			✓		
10.	Istilah dan kalimat mudah dimengerti			✓		
11.	Media yang dibuat dapat digunakan dengan mudah oleh sasaran			✓		
12.	Secara keseluruhan penggunaan kombinasi warna, tulisan dan gambar dalam dadu serasi dan menarik			✓		
13.	Leaflet sudah memuat materi hipertensi dan Diet DASH			✓		
14.	Sajian materi diet DASH yang diberikan sudah disesuaikan dengan tingkat pemahaman penderita hipertensi usia 19-75 tahun			✓		
15.	Kesesuaian materi diet DASH sesuai dengan pedoman gizi kesehatan.			✓		
16.	Kelengkapan materi diet DASH			✓		
17.	Kedalaman materi diet DASH			✓		
18.	Pesan (materi pada media leaflet) disajikan dengan bahasa yang menarik.			✓		
19.	Pesan (materi pada media leaflet) disajikan dengan bahasa yang mudah dipahami dan tidak menimbulkan multitafsir.			✓		
20.	Kalimat dan kata yang digunakan tidak menimbulkan makna ganda dan/atau penggunaan kata kiasan.			✓		
21.	Sistematika penyajian materi dalam media leaflet terurut.			✓		
22.	Media leaflet sudah dapat membantu merangsang kemampuan berpikir penderita hipertensi terkait diet DASH			✓		
23.	Media leaflet sudah dapat membantu meningkatkan minat belajar penderita hipertensi terkait diet DASH			✓		
24.	Secara keseluruhan materi yang disampaikan sesuai dengan teori yang valid.			✓		
Total skor				89		

$\text{Nilai akhir} = \frac{\text{Jumlah skor keseluruhan}}{120} \times 100\%$ Persentase Kelayakan: 0% - 20% Tidak layak 21% - 40% Kurang layak 41% - 60% Cukup layak 61% - 80% Layak	74,16%
--	--------

E. Komentar / Saran

- Masih ada beberapa kalimat yang dirasa perlu dirubah (misalnya selingan pagi dijadwl makan, mungkin lebih baik diganti snack pagi (dan diberi contoh snack apa saja
- Warna coklat membuat pembaca menjadi mengantuk, karena warna kurang terang. Mungkin dirubah ke warna yg lbh variatif dan menunjang pembaca tertatik untuk membaca secara detail
- Untuk tabel ada beebraapa yg mungkin tidak ada isinya (mungkin jangan dikosongi, tetapi beri tanda strip (-)

F. Kesimpulan

Berdasarkan penilaian yang telah dilakukan, produk pengembangan ini dinyatakan:

1. **Layak digunakan untuk uji coba. (dengan sedikit perbaikan)**

2. Tidak Layak digunakan untuk uji coba.
Mohon di lingkari pada nomor yang sesuai dengan kesimpulan Bapak/Ibu.

Mengetahui,

Yogyakarta, 23 Juni 2026

Validator Ahli Media Edukasi,



(Fitriya Kristanti, S.Kep.,Ns.,M.N.Sc)

Instrumen Penilaian Kelayakan Media Edukasi

A. Identitas

Judul Penelitian : Pengaruh Edukasi Menggunakan Leaflet terhadap Tingkat Pengetahuan tentang Diet DASH pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Umbulharjo 1.
Materi : Diet DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*)
Pembuat : Dea Andika Wikaneswari
Validator : Rizky Arin Pradika, S. Gz
Tanggal Validasi : 26 Juni 2026

B. Tujuan

Tujuan penggunaan instrumen ini adalah untuk mengukur kelayakan media dan isi materi Leaflet Diet DASH untuk penderita hipertensi di Puskesmas Umbulharjo 1.

C. Petunjuk Pengisian

- Instrumen penilaian kelayakan media ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat dan penilaian Bapak/Ibu terhadap media Leaflet Diet DASH untuk penderita hipertensi di Puskesmas Umbulharjo 1 yang sedang dikembangkan oleh peneliti.
- Jawaban diberikan pada kolom skala penilaian yang sudah disediakan dengan skala penilaian sebagai berikut :
 - Skor 1 : tidak layak
 - Skor 2 : kurang layak
 - Skor 3 : cukup layak
 - Skor 4 : layak
 - Skor 5 : sangat layak
- Mohon diberikan tanda **checklist** (✓) pada kolom skala penilaian sesuai pendapat Bapak/ Ibu. Mohon memberikan komentar atau saran pada tempat yang telah disediakan.
- Terima kasih atas kesediaan Bapak/ Ibu dalam mengisi instrumen penilaian kelayakan media ini. Semoga Bapak/ Ibu selalu diberikan kesehatan dan kebahagiaan.
- Berikut link google drive yang berisi media yang akan digunakan:
<https://drive.google.com/file/d/1ZW-ZFjFNpUjSRP932xXhUKN6i2k068ul/view?usp=sharing>

D. Instrumen Penilaian Kelayakan Media dan Materi

No	Indikator	Skor Validasi				
		1	2	3	4	5
1.	Judul leaflet menarik dan sesuai dengan tema				✓	
2.	Perpaduan warna secara keseluruhan sesuai dan menarik			✓		
3.	Jenis huruf yang digunakan sesuai dan menarik				✓	
4.	Pemilihan gambar sesuai dengan pembahasan				✓	
5.	Gambar jelas dan mudah dibedakan			✓		
6.	Ukuran gambar yang digunakan tidak terlalu besar dan tidak terlalu kecil				✓	
7.	Tata letak gambar dengan tulisan sesuai				✓	
8.	Kualitas dan tampilan gambar bagus			✓		
9.	Bahasa yang digunakan konsisten					✓
10.	Istilah dan kalimat mudah dimengerti					✓
11.	Media yang dibuat dapat digunakan dengan mudah oleh sasaran				✓	
12.	Secara keseluruhan penggunaan kombinasi warna, tulisan dan gambar dalam dadu serasi dan menarik			✓		
13.	Leaflet sudah memuat materi hipertensi dan Diet DASH				✓	
14.	Sajian materi diet DASH yang diberikan sudah disesuaikan dengan tingkat pemahaman penderita hipertensi usia 19-75 tahun				✓	
15.	Kesesuaian materi diet DASH sesuai dengan pedoman gizi kesehatan.				✓	
16.	Kelengkapan materi diet DASH				✓	
17.	Kedalaman materi diet DASH				✓	
18.	Pesan (materi pada media leaflet) disajikan dengan bahasa yang menarik.				✓	
19.	Pesan (materi pada media leaflet) disajikan dengan bahasa yang mudah dipahami dan tidak menimbulkan multitafsir.				✓	
20.	Kalimat dan kata yang digunakan tidak menimbulkan makna ganda dan/atau penggunaan kata kiasan.				✓	
21.	Sistematika penyajian materi dalam media leaflet terurut.				✓	
22.	Media leaflet sudah dapat membantu merangsang kemampuan berpikir penderita hipertensi terkait diet DASH				✓	
23.	Media leaflet sudah dapat membantu meningkatkan minat belajar penderita hipertensi terkait diet DASH				✓	
24.	Secara keseluruhan materi yang disampaikan sesuai dengan teori yang valid.				✓	
Total skor					94	

Nilai akhir = $\frac{\text{Jumlah skor keseluruhan}}{120} \times 100\%$	78.3%
Persentase Kelayakan: 0% - 20% Tidak layak 21% - 40% Kurang layak 41% - 60% Cukup layak 61% - 80% Layak	

E. Komentar / Saran

Warna leaflet sebaiknya jangan coklat jadi warnanya mati dengan gambarnya. seperti pada gambar gagal ginjal dan gagal jantung jadi nampak kurang jelas, tulisannya warnanya jangan disamakan dengan latar leaflet coklat supaya kelihatan sebaiknya hitam. untuk porsi diet dash yang ada di leaflet bisa di perjelas lagi pada bagian sajian perhari misalkan makanan pokok sajian perhari 6-7 (itu maksudnya bagaimana) untuk orang awam diluar kesehatan mungkin agak susah menangkapnya.. kemudian di leaflet bisa ditambahkan klasifikasi hipertensi misalkan normal 120/80 prehipertensi 120-139/ 80-89 , ht tingkat 1 sistolik 140-159 diastolik 90-99 dst

F. Kesimpulan

Berdasarkan penilaian yang telah dilakukan, produk pengembangan ini dinyatakan:

- Layak digunakan untuk uji coba. (✓) perlu di revisi beberapa bagian sesuai saran dan masukan
- Tidak Layak digunakan untuk uji coba.

Mohon di lingkari pada nomor yang sesuai dengan kesimpulan Bapak/Ibu.

Mengetahui,

Yogyakarta, 26 Juni 2026

Validator Ahli Media Edukasi,



(Rizky Arin Pradika, S. Gz)

Lampiran 11 Output Analisis Data

Normalitas data

1. Pretest

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre-test	.178	45	.001	.895	45	.001

a. Lilliefors Significance Correction

2. Posttest

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Post-test	.198	45	.000	.915	45	.003

a. Lilliefors Significance Correction

3. Usia

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Usia	.073	45	.200 [*]	.974	45	.414

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Univariat Tingkat Pendidikan

Tingkat Pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Pendidikan Dasar	17	37.8	37.8	37.8
	Pendidikan Menengah	20	44.4	44.4	82.2
	Pendidikan Tinggi	8	17.8	17.8	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

Univariat Usia

Descriptives

			Statistic	Std. Error
Usia	Mean		53.87	1.568
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	50.71	
		Upper Bound	57.03	
	5% Trimmed Mean		54.10	
	Median		53.00	
	Variance		110.573	
	Std. Deviation		10.515	
	Minimum		27	
	Maximum		73	
	Range		46	
	Interquartile Range		14	
	Skewness		-.086	.354
	Kurtosis		.012	.695

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Dewasa	32	71.1	71.1	71.1
	Lansia	13	28.9	28.9	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

Univariat Jenis Kelamin

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki - Laki	15	33.3	33.3	33.3
	Perempuan	30	66.7	66.7	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

Univariat Pengetahuan

1. Pretest

Descriptives

			Statistic	Std. Error
Pre-test	Mean		78.27	1.426
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	75.39	
		Upper Bound	81.14	
	5% Trimmed Mean		78.99	
	Median		78.00	
	Variance		91.564	
	Std. Deviation		9.569	
	Minimum		52	
	Maximum		91	
	Range		39	
	Interquartile Range		15	
	Skewness		-1.051	.354
	Kurtosis		1.020	.695

Percentiles

		Percentiles						
		5	10	25	50	75	90	95
Weighted Average (Definition 1)	Pre-test	53.50	68.00	72.00	78.00	87.00	87.00	91.00
Tukey's Hinges	Pre-test			74.00	78.00	87.00		

Pretest

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	2	4.44	4.44	4.44
	Cukup	14	31.11	31.11	35.56
	Baik	29	64.44	64.44	100.00
	Total	45	100.00	100.00	

2. Posttest

Descriptives

			Statistic	Std. Error
Post-test	Mean		91.84	.905
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	90.02	
		Upper Bound	93.67	
	5% Trimmed Mean		92.13	
	Median		91.00	
	Variance		36.862	
	Std. Deviation		6.071	
	Minimum		78	
	Maximum		100	
	Range		22	
	Interquartile Range		9	
	Skewness		-.365	.354
	Kurtosis		-.592	.695

Percentiles

		Percentiles						
		5	10	25	50	75	90	95
Weighted Average (Definition 1)	Post-test	79.50	83.00	87.00	91.00	96.00	100.00	100.00
Tukey's Hinges	Post-test			87.00	91.00	96.00		

Protest

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	45	100.0	100.0	100.0

Bivariat Pengaruh Edukasi (Pre-Post)

Wilcoxon Signed Ranks Test

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post-test - Pre-test	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	16 ^b	8.50	136.00
	Ties	29 ^c		
	Total	45		

a. Post-test < Pre-test

b. Post-test > Pre-test

c. Post-test = Pre-test

Test Statistics^a

	Post-test - Pre-test
Z	-3.819 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Bivariat Perbedaan Pengetahuan Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Tingkat Pendidikan * Pengetahuan Diet DASH Crosstabulation

			Pengetahuan Diet DASH		Total
			Kurang-Cukup	Baik	
Tingkat Pendidikan	Dasar-Menengah	Count	14	23	37
		Expected Count	13.2	23.8	37.0
		% within Tingkat Pendidikan	37.8%	62.2%	100.0%
	Tinggi	Count	2	6	8
		Expected Count	2.8	5.2	8.0
		% within Tingkat Pendidikan	25.0%	75.0%	100.0%
Total		Count	16	29	45
		Expected Count	16.0	29.0	45.0
		% within Tingkat Pendidikan	35.6%	64.4%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	.473 ^a	1	.492	.691	.400
Continuity Correction ^b	.079	1	.779		
Likelihood Ratio	.495	1	.482		
Fisher's Exact Test					
Linear-by-Linear Association	.463	1	.496		
N of Valid Cases	45				

a. 1 cells (25.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 2.84.

b. Computed only for a 2x2 table

Bivariat Perbedaan Pengetahuan Berdasarkan Usia

Usia * Pengetahuan Diet DASH Crosstabulation

			Pengetahuan Diet DASH		Total
			Kurang-Cukup	Baik	
Usia	Dewasa	Count	8	24	32
		Expected Count	11.4	20.6	32.0
		% within Usia	25.0%	75.0%	100.0%
	Lansia	Count	8	5	13
		Expected Count	4.6	8.4	13.0
		% within Usia	61.5%	38.5%	100.0%
Total		Count	16	29	45
		Expected Count	16.0	29.0	45.0
		% within Usia	35.6%	64.4%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	5.386 ^a	1	.020	.037	.025
Continuity Correction ^b	3.910	1	.048		
Likelihood Ratio	5.261	1	.022		
Fisher's Exact Test					
Linear-by-Linear Association	5.267	1	.022		
N of Valid Cases	45				

a. 1 cells (25.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 4.62.

b. Computed only for a 2x2 table

Lampiran 12 Jadwal Pelaksanaan Kegiatan Penelitian

JADWAL RENCANA PENYELESAIAN MATAKULIAH SKRIPSI

Nama : Dea Andika Wikaneswari

NPM : 202233010

Judul : Pengaruh Edukasi Menggunakan Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Diet DASH Pada Penderita Hipertensi Di

Wilayah Kerja Puskesmas Umbulharjo I

		WAKTU																			
NO	AKTIVITAS	APRIL				MEI				JUNI				JULI				AGUSTUS			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Penyusunan Proposal																				
2	Ujian Proposal																				
3	Revisi																				
4	Pengurusan Ijin dan EC																				
5	Pengambilan Data (Laboratorium/Lapangan)																				
	a. Orientasi																				
	b. Uji Uji																				
	c. Tabulasi/olah data																				
6	Penyusunan Laporan																				
7	Ujian/Sidang Skripsi																				
8	Revisi Laporan																				
9	Penyusunan Draf Artikel																				
10	Unggah Dokumen ke Edlink																				

Lampiran 13 Bukti Bimbingan Proposal dan Hasil Penelitian

No	Tanggal	Pembimbing Proposal	Topik	Disetujui	Aksi
1	6 April 2026	HILDAGARDIS MELIYANI ERISTA NAI, S.KM.,M.P.H.	Pengaruh Edukasi Menggunakan Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Diet DASH Pada Penderita H	✓	 
2	13 April 2026	HILDAGARDIS MELIYANI ERISTA NAI, S.KM.,M.P.H.	Pengaruh Edukasi Menggunakan Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Diet DASH Pada Penderita H	✓	 
3	18 April 2026	Ruth Surya Wahyu Setyaning, S.Gz., M.Biomed., Dietisien	Pengaruh Edukasi Menggunakan Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Diet DASH Pada Penderita H	✓	 
4	20 April 2026	HILDAGARDIS MELIYANI ERISTA NAI, S.KM.,M.P.H.	Pengaruh Edukasi Menggunakan Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Diet DASH Pada Penderita H	✓	 
5	29 April 2026	HILDAGARDIS MELIYANI ERISTA NAI, S.KM.,M.P.H.	Pengaruh Edukasi Menggunakan Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Diet DASH Pada Penderita H	✓	 
6	5 Mei 2026	HILDAGARDIS MELIYANI ERISTA NAI, S.KM.,M.P.H.	Pengaruh Edukasi Menggunakan Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Diet DASH Pada Penderita H	✓	 
7	11 Mei 2026	Ruth Surya Wahyu Setyaning, S.Gz., M.Biomed., Dietisien	Pengaruh Edukasi Menggunakan Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Diet DASH Pada Penderita H	✓	 
8	2 Juni 2026	HILDAGARDIS MELIYANI ERISTA NAI, S.KM.,M.P.H.	Revisi seminar proposal		 
9	4 Juni 2026	Ruth Surya Wahyu Setyaning, S.Gz., M.Biomed., Dietisien	Revisi seminar proposal		 

No	Tanggal	Dosen Pembimbing	Topik	Disetujui	Aksi
1	15 Juli 2026	HILDAGARDIS MELIYANI ERISTA NAI, S.KM.,M.P.H.	Pengaruh Edukasi Menggunakan Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Diet DASH Pada Penderita H	✓	 
1	23 Juli 2026	HILDAGARDIS MELIYANI ERISTA NAI, S.KM.,M.P.H.	Bab 4 - 5	✓	 
2	25 Juli 2026	HILDAGARDIS MELIYANI ERISTA NAI, S.KM.,M.P.H.	Pengaruh Edukasi Menggunakan Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Diet DASH Pada Penderita H	✓	 
4	29 Juli 2026	HILDAGARDIS MELIYANI ERISTA NAI, S.KM.,M.P.H.	Pengaruh Edukasi Menggunakan Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Diet DASH Pada Penderita H	✓	 
5	3 Agustus 2026	Ruth Surya Wahyu Setyaning, S.Gz., M.Biomed., Dietisien	Pengaruh Edukasi Menggunakan Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Diet DASH Pada Penderita H	✓	 
6	4 Agustus 2026	HILDAGARDIS MELIYANI ERISTA NAI, S.KM.,M.P.H.	Pengaruh Edukasi Menggunakan Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Diet DASH Pada Penderita H	✓	 
7	4 Agustus 2026	Ruth Surya Wahyu Setyaning, S.Gz., M.Biomed., Dietisien	Bab 4 - 5	✓	 

Lampiran 14 Hasil Turnitin

17%

SIMILARITY INDEX

15%

INTERNET SOURCES

8%

PUBLICATIONS

8%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.stikespantirapih.ac.id	1%
	Internet Source	
2	www.scribd.com	1%
	Internet Source	
3	Submitted to Badan PPSPM Kesehatan Kementerian Kesehatan	1%
	Student Paper	
4	repository.poltekkes-denpasar.ac.id	1%
	Internet Source	
5	repository.horizon.ac.id	<1%
	Internet Source	
6	eprints.uny.ac.id	<1%
	Internet Source	
7	Submitted to Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura	<1%
	Student Paper	
8	eprints.poltekkesjogja.ac.id	<1%
	Internet Source	
9	Submitted to Fakultas Kedokteran	<1%
	Student Paper	
10	lib.unnes.ac.id	<1%
	Internet Source	
11	id.scribd.com	<1%
	Internet Source	
12	repository.umy.ac.id	<1%
	Internet Source	
13	Submitted to Universitas Mulawarman	<1%
	Student Paper	
14	repository.unissula.ac.id	<1%
	Internet Source	
15	es.scribd.com	<1%
	Internet Source	