

SKRIPSI

**STUDI KOMPERATIF PENDIDIKAN KESEHATAN MENGGUNAKAN
METODE CERAMAH DAN METODE DEMONSTRASI TERHADAP
KEPATUHAN DIET HIPERTENSI PADA LANSIA**

Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukorejo Kabupaten Ponorogo



Oleh :

Shevia Vera Putri Ariani

NIM 24632706

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2026

**STUDI KOMPERATIF PENDIDIKAN KESEHATAN MENGGUNAKAN
METODE CERAMAH DAN METODE DEMONSTRASI TERHADAP
KEPATUHAN DIET HIPERTENSI PADA LANSIA**

SKRIPSI

Untuk Mendapati Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Dalam Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Univesitas Muhammadiyah Ponorogo



PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2026

LEMBAR PENGESAHAN
STUDI KOMPERATIF PENDIDIKAN KESEHATAN MENGGUNAKAN
METODE CERAMAH DAN METODE DEMONSTRASI TERHADAP
KEPATUHAN DIET HIPERTENSI PADA LANSIA

Shevia Vera Putri Arian

Skripsi Ini Telah Disetujui Pada Tanggal **21-01-2026**

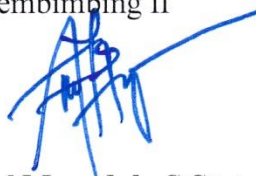
Oleh : Pembimbing I



Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.,Ns.,M.Kes.,Ph.D

NIDN. 0715127904

Pembimbing II



Anni Fithriyatul Masudah, S.Stat.,M.KM

NIDN. 0715049002

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Saiful Nurhidayat, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NIDN. 714127901

HALAMAN PENETAPAN PANITIA PENGUJI SKRIPSI

Skripsi ini telah diuji dan dinilai oleh Panitia Penguji
Pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Pada Tanggal 21 - 01 - 2026

PANITIA PENGUJI

Ketua : Siti Munawaroh, S.Kep.,Ns.,M.Kep

()

Anggota : 1. Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.,Ns.,M.Kes.,Ph.D

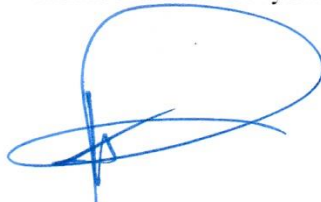
()

2. Anni Fithriyatul Masudah, S.Stat..M.KM

()

Mengetahui.

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Saiful Nurhidayat, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NIDN. 714127901

SURAT PERNYATAAN

Saya bersumpah bahwasanya skripsi ini ialah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk mendapatkan gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi Manapun

Ponorogo, 21 - 12 - 2025

Yang Mengungkap,



Shevia Vera Putri Ariani

NIM. 24632706

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena atas rahmat dan karunia-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "***Studi Komperatif Pendidikan Kesehatan Menggunakan Metode Ceramah dan Metode Demonstrasi Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Sukorejo Kabupaten Ponorogo***" dengan baik dan tepat waktu.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu prasyarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi S1 Keperawatan RPL, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Ponorogo. Pada kesempatan ini, saya menyampaikan apresiasi serta ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan, arahan, dan bimbingan selama proses penyusunan skripsi ini.

1. Dr. Rido Kurnianto, M.Ag., Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo, yang telah memberi dukungan penuh terhadap perkembangan pendidikan di kampus ini.
2. Saiful Nurhidayat, S.Kep.,Ns.,M.Kep., Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo, yang telah memberi kesempatan untuk menuntut ilmu di Fakultas Ilmu Kesehatan ini.
3. Siti Munawaroh, S.Kep.,Ns.,M.Kep., Ketua Program Studi S1 Keperawatan, yang telah memberi bimbingan, arahan, serta motivasi dalam proses penyusunan skripsi ini.
4. Sulisty Andarmoyo, S.Kep.,Ns.,M.Kes.,Ph.D sebagai Pembimbing 1 yang telah memberi bimbingan, arahan, serta masukan yang sangat berharga dalam penyusunan skripsi ini.
5. Anni Fithriyatul Masudah, S.Stat.,M.KM sebagai Pembimbing 2 yang telah memberi dukungan, bimbingan, dan pemikiran yang sangat berarti bagi saya dalam menyelesaikan studi ini.
6. Seluruh Dosen dan Staf Pengajar Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberi ilmu, pengetahuan, serta motivasi selama saya menempuh pendidikan di perguruan tinggi ini.

7. Keluarga tercinta yang selalu memberi dukungan moril dan materiil. Terutama pada orang tua saya, yang selalu memberi doa dan semangat yang tiada henti, serta memberi segala yang terbaik dalam hidup saya. Tanpa mereka, saya tidak akan mampu mencapai titik ini.

Saya menyadari bahwasanya dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan, baik dalam penyajian juga isi. Kendati demikian, saya sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk perbaikan skripsi ini di masa yang akan datang. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang keperawatan, serta memberi kontribusi positif terhadap masyarakat dan dunia kesehatan, terutama dalam meningkatkan kepatuhan diet hipertensi pada lansia.



Ponorogo, 20 Maret 2025

Shevia Vera Putri Ariani

NIM 24632706

ABSTRAK

Shevia Vera Putri Ariani. *Studi Komperatif Pendidikan Kesehatan Menggunakan Metode Ceramah dan Metode Demonstrasi Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia.*

Kepatuhan terhadap diet hipertensi menjadi kunci penting dalam pengendalian tekanan darah. Pendidikan kesehatan melalui metode ceramah dan demonstrasi dapat menjadi strategi untuk meningkatkan kepatuhan diet pada lansia hipertensi. Studi ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode ceramah dan metode demonstrasi terhadap kepatuhan diet hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Sukorejo Kabupaten Ponorogo. Jenis penelitian ini adalah *quasi experiment* dengan pendekatan *pre- test post-test two group design*. Sampel penelitian sebanyak 90 lansia hipertensi yang dibagi menjadi dua kelompok yakni 45 responden kelompok metode ceramah dan 45 responden kelompok metode demonstrasi. Teknik pengambilan sampel adalah *simple random sampling*. Instrumen penelitian yakni kuesioner kepatuhan diet hipertensi. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test untuk menilai perbedaan pre-test dan post-test pada masing-masing kelompok, serta uji Mann-Whitney untuk membandingkan efektivitas kedua metode. Hasil dari studi ini memperlihatkan bahwasanya pada kelompok demonstrasi, mayoritas responden (97,8%) berada dalam kategori kepatuhan positif dengan hasil uji Wilcoxon memperlihatkan nilai $p = 0,373$ ($p > 0,05$). Pada kelompok ceramah, sebanyak 93,3% responden berada dalam kategori positif dengan nilai $p = 0,486$ ($p > 0,05$). Hasil uji Mann-Whitney memperlihatkan nilai $p = 0,668$ ($p > 0,05$), yang berarti tidak terdapat perbedaan signifikan antara efektivitas metode ceramah dan demonstrasi terhadap kepatuhan diet hipertensi. Dari hasil penelitian bisa disimpulkan tidak terdapat perbedaan signifikan antara metode ceramah dan metode demonstrasi dalam meningkatkan kepatuhan diet hipertensi pada lansia. Kedua metode sama-sama efektif namun perlu dikombinasikan dengan media pendukung dan pendampingan berkelanjutan untuk hasil optimal.

Kata Kunci: Pendidikan Kesehatan, Metode Ceramah, Metode Demonstrasi, Kepatuhan Diet, Hipertensi, Lansia

ABSTRACT

Shevia Vera Putri Ariani. *Comparative Study of Health Education Using Lecture and Demonstration Methods on Hypertension Diet Compliance in the Elderly.*

Compliance with a hypertension diet is key to controlling blood pressure. Health education through lectures and demonstrations can be a strategy to improve dietary compliance in elderly with hypertension. This study aims to analyze the differences in the effects of health education using lectures and demonstrations on adherence to a hypertension diet in the elderly in the Sukorejo Community Health Center, Ponorogo Regency. This study was a quasi-experimental study using a pre-test post-test two-group design. The sample consisted of 90 elderly with hypertension, divided into two groups: 45 respondents in the lecture group and 45 respondents in the demonstration group. The sampling technique was simple random sampling. The research instrument was a hypertension diet compliance questionnaire. Data analysis used the Wilcoxon Signed Rank Test to assess differences in pre-test and post-test in each group, and the Mann-Whitney test to compare the effectiveness of the two methods. The results of this study showed that in the demonstration group, the majority of respondents (97.8%) were in the positive compliance category, with the Wilcoxon test showing a p -value of 0.373 ($p > 0.05$). In the lecture group, 93.3% of respondents were in the positive category with a p value of 0.486 ($p > 0.05$). The Mann-Whitney test showed a p value of 0.668 ($p > 0.05$), indicating no significant difference between the effectiveness of the lecture and demonstration methods on adherence to the hypertension diet. The study concluded that there was no significant difference between the lecture and demonstration methods in improving adherence to the hypertension diet in the elderly. Both methods are equally effective but need to be combined with supporting media and ongoing support for optimal results.

Keywords: Health Education, Lecture Method, Demonstration Method, Dietary Adherence, Hypertension, Elderly

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	iii
HALAMAN PENETAPAN PANITIA PENGUJI SKRIPSI	iv
SURAT PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
1.5 Keaslian Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
2.1 Hipertensi.....	11
2.1.1 Definisi Hipertensi	11
2.1.2 Faktor — Faktor Penyebab Hipertensi.....	12
2.1.3. Klasifikasi Hipertensi	14
2.1.4 Tanda dan Gejala Hipertensi	16
2.1.5 Diet Hipertensi	17
2.1.6. Kepatuhan Terhadap Diet Hipertensi	20
2.2 Pendidikan Kesehatan.....	29
2.2.1. Definisi Pendidikan Kesehatan	29

2.2.2. Metode Pendidikan Kesehatan.....	32
2.2.3. Media Pendidikan Kesehatan.....	35
2.3 Kerangka Teori	40
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN.....	41
3.1. Kerangka Konseptual.....	41
3.2. Hipotesis Penelitian	42
BAB IV METODE PENELITIAN	43
4.1. Desain Penelitian	43
4.2 Kerangka Operasional.....	45
4.3 Populasi, Sampel, Besar Sampel, Sampling	46
4.4 Variabel Penelitian	50
4.5. Definisi Operasional	51
4.6. Instrumen Penelitian	53
4.7 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	54
4.8 Prosedur Pengumpulan Data dan Analisa Data	55
4.9 Etika penelitian	61
4.10 Keterbatasan Penelitian.....	62
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	64
5.1 Ilustrasi Umum Lokasi Penelitian.....	64
5.2 Hasil Penelitian	65
5.3 Pembahasan	71
BAB VI PENUTUP.....	79
6.1 Kesimpulan	79
5.2 Saran	80
DAFTAR PUSTAKA.....	81
LAMPIRAN	86

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1. Kerangka Teori Penelitian Pengaruh Pendidikan Kesehatan Memanfaatkan Metode Ceramah Dengan Metode Demonstrasi Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukorejo Kabupaten Ponorogo	40
Gambar 3. 1. Kerangka Konseptual Penelitian Pengaruh Pendidikan Kesehatan Memanfaatkan Metode Ceramah Dengan Metode Demonstrasi Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukorejo Kabupaten Ponorogo	41
Gambar 4. 1. Kerangka Operasional	45



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi Menurut JNC-VII 2003.....	15
Tabel 4.1 Desain Penelitian	444
Tabel 4.2 Definisi Operasional	53
Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sukorejo Kabupaten Ponorogo (Agustus, 2025)	65
Tabel 5.2 Karakteristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sukorejo Kabupaten Ponorogo (Agustus, 2025)	66
Tabel 5.3 Karakteristik Responden berdasarkan Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sukorejo Kabupaten Ponorogo (Agustus, 2025).....	67
Tabel 5.4 Deskriptif Statistik Pre Test & Post Test Metode Demonstrasi & Ceramah Kepatuhan Diet Hipertensi Lansia	68
Tabel 5.5 Uji Wilcoxon Kepatuhan Diet Hipertensi Lansia Metode Demonstrasi & Ceramah.....	70
Tabel 5.6 Uji Mann-Whitney Test Kepatuhan Diet Hepiartensi Lansia Metode Demonstrasi & Ceramah.....	70

