

Pengaruh Edukasi *Self-Care Management* Berbasis Video terhadap Tingkat Pengetahuan pada Pasien Hipertensi

Karina Tariwoba^{1*}, Erwin Purwanto², Nanang Paramata³

^{1,2} Keperawatan, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo, Indonesia

³ Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Negeri Gorontalo, Indonesia

Open Access Freely
Available Online

Dikirim: 10 Juni 2026

Direvisi: 30 Juni 2026

Diterima: 30 Juni 2026

*Penulis Korespondensi:

E-mail:

karintrwb@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan utama di dunia dan memerlukan pengelolaan jangka panjang melalui penerapan *self-care management*. Tingkat pengetahuan yang rendah dapat memengaruhi kemampuan pasien dalam mengendalikan tekanan darah serta meningkatkan risiko komplikasi. Salah satu upaya meningkatkan pengetahuan pasien adalah melalui edukasi kesehatan berbasis video. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh edukasi *self-care management* berbasis video terhadap tingkat pengetahuan pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Limboto. Penelitian ini menggunakan desain *quasi experimental* dengan rancangan *non-equivalent control group design*. Sampel penelitian berjumlah 100 responden yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, kemudian dialokasikan ke dalam kelompok kontrol ($n=50$) dan kelompok intervensi ($n=50$) berdasarkan waktu dan tempat pelaksanaan penelitian untuk meminimalkan kontaminasi informasi antar kelompok. Kelompok kontrol diberikan edukasi kesehatan tanpa media video, sedangkan kelompok intervensi diberikan edukasi *self-care management* berbasis video. Pengumpulan data menggunakan kuesioner tingkat pengetahuan. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dan *Mann-Whitney U Test*. Hasil penelitian menunjukkan sebelum intervensi mayoritas responden pada kedua kelompok memiliki tingkat pengetahuan kategori kurang. Setelah intervensi, mayoritas kelompok intervensi berada pada kategori baik sebanyak 29 responden (58%), sedangkan kelompok kontrol mayoritas berada pada kategori cukup sebanyak 28 responden (56%). Hasil uji *Mann-Whitney* menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga edukasi *self-care management* berbasis video efektif meningkatkan tingkat pengetahuan pasien hipertensi.

Kata kunci: edukasi berbasis video, *self-care management*, tingkat pengetahuan, hipertensi

ABSTRACT

Hypertension is one of the non-communicable diseases that remains a major global health problem and requires long-term management through the implementation of *self-care management*. Low levels of knowledge may affect patients' ability to control blood pressure and increase the risk of complications. One approach to improving patients' knowledge is through video-based health education. This study aimed to determine the effect of video-based *self-care management* education on the knowledge level of patients with hypertension in the working area of Limboto Public Health Center. This study employed a *quasi-experimental, non-equivalent control group design*. The sample consisted of 100 respondents selected through *purposive sampling*, who were then allocated to a control group ($n = 50$) and an intervention group ($n = 50$) based on the study's time and location to minimize information contamination between groups. The control group received conventional health education without video media, while the intervention group received video-based *self-care management* education. Data were collected using a knowledge-level questionnaire. Data analysis was performed using the *Wilcoxon Signed Rank Test* and *Mann-Whitney U Test*. The results showed that, before the intervention, the majority of respondents in both groups had low levels of knowledge. After the intervention, the majority of respondents in the intervention group had good knowledge levels, accounting for 29 respondents (58%), while the majority of respondents in the control

group had moderate knowledge levels, accounting for 28 respondents (56%). The Mann–Whitney U test showed a *p*-value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating that video-based self-care management education was effective in improving the knowledge level of patients with hypertension.

Keywords: video-based education, self-care management, knowledge level, hypertension

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di dunia. Kondisi tekanan darah yang tidak terkontrol dapat meningkatkan risiko berbagai komplikasi, seperti stroke, penyakit jantung koroner, gagal ginjal, dan kematian. Selain itu, hipertensi juga berdampak terhadap kualitas hidup penderita dan meningkatkan beban biaya kesehatan (Pradono *et al.*, 2020). Menurut *World Health Organization* (WHO), sekitar 1,28 miliar orang dewasa di dunia hidup dengan hipertensi dan sebagian besar belum mampu mengendalikan tekanan darahnya secara optimal (WHO, 2023).

Pengendalian hipertensi tidak hanya bergantung pada terapi farmakologis, tetapi juga memerlukan keterlibatan aktif pasien melalui *self-care management*. *Self-care management* meliputi kepatuhan minum obat, pengaturan pola makan, aktivitas fisik, pengendalian stres, dan pemantauan tekanan darah secara rutin. Keberhasilan penerapan *self-care management* sangat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan pasien mengenai hipertensi dan cara pengelolaannya (Widayanti *et al.*, 2023).

Apabila pengetahuan pasien masih rendah, pengendalian penyakit cenderung tidak optimal sehingga meningkatkan risiko komplikasi dan kebutuhan perawatan jangka panjang. Kondisi tersebut tidak hanya berdampak pada kesehatan pasien, tetapi juga dapat menambah beban fisik, emosional, dan finansial keluarga sebagai pengasuh, sehingga peningkatan pengetahuan melalui edukasi menjadi salah satu upaya penting dalam mendukung keberhasilan pengelolaan hipertensi (Yusuf *et al.*, 2025). Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan pasien menjadi salah satu aspek penting dalam mendukung keberhasilan pengelolaan hipertensi. Melalui edukasi kesehatan dan penerapan *self-care management*, pasien diharapkan mampu memahami cara mengendalikan penyakit, meningkatkan kepatuhan terhadap terapi, serta menerapkan gaya hidup sehat sehingga risiko komplikasi dapat diminimalkan (Rajab & Purwanto, 2023).

Pada tingkat regional, hipertensi masih menjadi masalah kesehatan yang cukup tinggi di Provinsi Gorontalo. Data Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo menunjukkan bahwa jumlah penderita hipertensi pada tahun 2024 mencapai 92.230 jiwa. Pada wilayah Kabupaten Gorontalo, Puskesmas Limboto termasuk salah satu puskesmas dengan jumlah penderita hipertensi tertinggi. Hasil observasi awal menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan masih didominasi oleh media leaflet dan penyuluhan lisan, sementara tingkat pengetahuan pasien mengenai pengelolaan hipertensi masih belum optimal.

Salah satu strategi yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan pasien adalah edukasi *self-care management* berbasis video. Media video memiliki keunggulan karena menggabungkan unsur visual dan audio sehingga informasi lebih mudah dipahami dan diingat. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa edukasi berbasis audiovisual efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kemampuan perawatan diri pasien hipertensi. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh edukasi *self-care management* berbasis video terhadap tingkat pengetahuan pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Limboto.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan *Quasi-Experimental* dan pendekatan *two group pretest-posttest*. Sebelum penelitian dilaksanakan, peneliti memperoleh izin penelitian dari Puskesmas Limboto. Seluruh responden diberikan penjelasan mengenai tujuan, manfaat, prosedur, serta hak responden selama penelitian berlangsung. Partisipasi responden bersifat sukarela, dan responden yang bersedia mengikuti penelitian diminta menandatangani lembar *informed consent* sebelum pengambilan data. Peneliti juga menjamin kerahasiaan identitas serta data responden. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Limboto yang berjumlah 10.670 jiwa. Ukuran sampel dihitung menggunakan rumus slovin, dengan mempertimbangkan ukuran

dengan populasi yang diketahui, serta memperhitungkan responden drop out 10%, sehingga menghasilkan ukuran sampel berjumlah 100 responden dengan pembagian kelompok, 50 sampel kelompok intervensi dan 50 sampel kelompok kontrol. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling*. Penelitian ini dilakukan dari 05 Maret hingga 07 Maret 2026. Kriteria inklusi meliputi pasien yang didiagnosis hipertensi maupun yang terdaftar berdasarkan rekam medis di Puskesmas Limboto, berusia ≥ 18 tahun, dapat membaca dan memahami Bahasa Indonesia dan bersedia menjadi responden penelitian. Kriteria eksklusi mencakup pasien yang memiliki gangguan kognitif. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *Hypertension Fact Questionnaire* (HFQ) yang terdiri dari 15 item untuk mengukur tingkat pengetahuan *self-care*

management pada pasien hipertensi. Instrumen ini pertama kali dikembangkan dan diuji validitas serta reliabilitasnya oleh Saleem (2011) di Pakistan. Kuesioner HFQ kemudian diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Hardiyani (2017) dan telah melalui uji validitas serta reliabilitas dengan nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,707. Nilai tersebut menunjukkan bahwa instrumen memiliki konsistensi internal yang baik dan layak digunakan sebagai alat ukur tingkat pengetahuan dalam penelitian ini. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$ untuk mengetahui perbedaan skor sebelum dan sesudah intervensi

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden							
Variabel	Kategori	Kelompok				Total	
		Intervensi		Kontrol			
		n	%	n	%	n	%
Usia	Dewasa awal (26-35 tahun)	0	0	6	12	6	6
	Dewasa akhir (36-45 tahun)	12	24	8	16	20	20
	Lansia awal (46-55 tahun)	15	30	15	30	30	30
	Lansia akhir (56-65 tahun)	20	40	19	38	39	39
	Manula (> 65 tahun)	3	6	2	4	5	5
Jenis Kelamin	Laki-laki	19	38	18	36	37	37
	Perempuan	31	62	32	64	63	63
Tingkat Pendidikan	SD	22	44	21	42	43	43
	SMP	21	42	19	38	40	40
	SMA/SMK	5	10	8	16	13	13
	DIII/S1/S2	2	4	2	4	4	4
Pekerjaan	Tidak bekerja/IRT	23	46	22	44	45	45
	PNS	10	20	15	30	25	25
	Wiraswasta	6	12	7	14	13	13
	Petani/Nelayan	11	22	6	12	17	17
Lama Menderita	< 1 Tahun	26	52	17	34	43	43
	1-5 Tahun	20	40	28	56	48	48
	>5 Tahun	4	8	5	10	9	9
Total		50	100	50	100	50	100

Berdasarkan tabel 1, karakteristik responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia lansia akhir (56–65 tahun) sebanyak 39%, diikuti lansia awal (46–55 tahun) sebesar 30%. Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan (63%), sedangkan laki-laki sebanyak 37%. Tingkat pendidikan responden didominasi oleh lulusan sekolah dasar (43%), diikuti sekolah menengah pertama (40%). Berdasarkan pekerjaan, sebagian besar responden tidak bekerja atau berstatus ibu rumah tangga (45%), sedangkan sisanya bekerja sebagai PNS, petani/nelayan, dan

wiraswasta. Lama menderita hipertensi paling banyak berada pada rentang 1–5 tahun (48%), diikuti kurang dari 1 tahun (43%) dan lebih dari 5 tahun (9%). Distribusi karakteristik pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol menunjukkan pola yang relatif serupa, di mana mayoritas responden pada kedua kelompok merupakan perempuan, berusia 56–65 tahun, berpendidikan sekolah dasar, tidak bekerja/ibu rumah tangga, serta telah menderita hipertensi selama kurang dari lima tahun.

Hasil Analisis Univariat

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Pasien Hipertensi Pada Kelompok Intervensi

No	Pengetahuan	Waktu Uji				Total	
		Pre-test		Post-test			
		<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
1	Kurang	36	72	4	8	40	40
2	Cukup	10	20	17	34	27	27
3	Baik	4	8	29	58	33	33
	Total	50	100	50	100	100	100

Berdasarkan tabel 2, distribusi tingkat pengetahuan pasien hipertensi pada kelompok intervensi sebelum diberikan edukasi *self care management* berbasis video menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori kurang, yaitu sebanyak 36 responden (72%). Responden dengan kategori pengetahuan cukup sebanyak 10 responden (20%), sedangkan kategori

pengetahuan baik hanya sebanyak 4 responden (8%). Setelah diberikan edukasi *self care management* berbasis video, terjadi perubahan distribusi tingkat pengetahuan responden. Mayoritas responden berada pada kategori pengetahuan baik, yaitu sebanyak 29 responden (58%), diikuti kategori cukup sebanyak 17 responden (34%), dan kategori kurang menurun menjadi 4 responden (8%).

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Pasien Hipertensi pada Kelompok Kontrol

Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Pasien Hipertensi pada Kelompok Kontrol							
No	Pengetahuan	Waktu Uji				Total	
		Pre-test		Post-test			
		n	%	n	%	n	%
1	Kurang	30	60	19	38	49	49
2	Cukup	17	34	28	56	45	45
3	Baik	3	6	3	6	6	6
	Total	50	100	50	100	100	100

Berdasarkan tabel 3. Distribusi tingkat pengetahuan pasien hipertensi pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi, sebagian besar responden berada pada kategori pengetahuan kurang yaitu sebanyak 30 responden (60%), diikuti kategori cukup sebanyak 17 responden (34%) dan kategori baik sebanyak 3 responden (6%). Setelah diberikan edukasi tanpa media video, mayoritas responden berada pada kategori pengetahuan cukup yaitu sebanyak 28 responden (56%), sedangkan kategori pengetahuan kurang menurun menjadi 19 responden (38%) dan kategori baik tetap sebanyak 3 responden (6%).

Hasil Analisis Bivariat

Uji normalitas menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov karena jumlah sampel penelitian lebih dari 50 responden ($n=100$). Hasil uji normalitas terhadap data selisih skor pengetahuan pada kelompok intervensi

menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,004 ($p<0,05$), sedangkan pada kelompok kontrol sebesar 0,000 ($p<0,05$). Nilai tersebut menunjukkan bahwa data selisih pada kedua kelompok tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, analisis perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi pada masing-masing kelompok dilakukan menggunakan uji nonparametrik, yaitu *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Selanjutnya, hasil uji normalitas skor *pre-test* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,001 pada kelompok intervensi dan 0,016 pada kelompok kontrol, sedangkan skor *post-test* masing-masing sebesar 0,000 dan 0,001. Karena terdapat data yang tidak memenuhi asumsi distribusi normal ($p<0,05$), maka analisis untuk membandingkan tingkat pengetahuan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dilakukan menggunakan uji nonparametrik *Mann-Whitney U Test*.

Tabel 4

Analisis Pengaruh edukasi *self care management* berbasis video terhadap tingkat pengetahuan pada pasien hipertensi

Kelompok	Waktu Uji	n	Median (Min-Max)	P-Value
Intervensi	Pre-test	50	7,00 (4-13)	0,000
	Post-test	50	12,00 (7-15)	
Kontrol	Pre-test	50	8,00 (4-12)	
	Post-test	50	9,00 (4-12)	

Berdasarkan tabel 4, median tingkat pengetahuan pada kelompok intervensi meningkat dari 7,00 (4–13) sebelum intervensi menjadi 12,00 (7–15) setelah diberikan edukasi *self care management* berbasis video. Pada kelompok kontrol, median pengetahuan juga meningkat dari 8,00 (4–12) menjadi 9,00 (4–12), namun

peningkatannya lebih kecil. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga edukasi *self care management* berbasis video berpengaruh signifikan terhadap tingkat pengetahuan pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto.

Tabel 5

Analisis perbedaan tingkat pengetahuan *self care management* pada pasien hipertensi setelah diberikan edukasi berbasis video pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Kelompok	(n)	Median (Min-Max)	P-Value
Intervensi	50	11.58 (7-15)	.000
Kontrol	50	9.00 (4-12)	

Berdasarkan tabel 5. Kelompok intervensi memiliki nilai median (min–max) sebesar 11,58 (7–15), sedangkan kelompok kontrol sebesar 9,00 (4–12). Hal ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan pada kelompok intervensi lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Hasil uji *Mann–Whitney* diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan tingkat pengetahuan *self care management* pada pasien hipertensi antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah diberikan edukasi berbasis video.

PEMBAHASAN

Tingkat Pengetahuan Pasien Hipertensi Sebelum dan Sesudah di Berikan Edukasi *Self care management* Berbasis Video Pada Kelompok Intervensi

Pengetahuan merupakan faktor penting dalam keberhasilan penerapan *self care management* pada pasien hipertensi karena memengaruhi perilaku dalam mengendalikan penyakit, seperti kepatuhan minum obat, pengaturan pola makan, aktivitas fisik, serta pencegahan komplikasi (Setiyana, 2025). Berdasarkan Tabel 2, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi *self care management* berbasis video, sebagian besar responden pada kelompok intervensi memiliki tingkat pengetahuan kategori kurang, yaitu 36 responden (72%). Setelah intervensi,

mayoritas responden berada pada kategori pengetahuan baik sebanyak 29 responden (58%), disertai peningkatan nilai median dari 7 menjadi 12. Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi berbasis video mampu meningkatkan tingkat pengetahuan pasien hipertensi mengenai pengelolaan penyakitnya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Jumaiyah et al., 2019) yang menyatakan bahwa media video lebih efektif dibandingkan edukasi konvensional dalam meningkatkan pengetahuan pasien karena menggabungkan unsur visual dan auditori. Peningkatan tersebut dapat dijelaskan melalui *Cognitive Theory of Multimedia Learning* yang dikemukakan oleh Mayer, di mana informasi yang disampaikan melalui kombinasi gambar, teks, animasi, dan suara lebih mudah dipahami serta disimpan dalam memori jangka panjang. Materi yang disampaikan dalam video meliputi pengertian hipertensi, faktor risiko, pengaturan pola makan, aktivitas fisik, kepatuhan pengobatan, dan pencegahan komplikasi sehingga membantu responden memahami penerapan *self care management* secara lebih komprehensif.

Peningkatan pengetahuan juga diduga dipengaruhi oleh karakteristik responden, di mana mayoritas berusia 56–65 tahun, berjenis kelamin perempuan, berpendidikan sekolah dasar, tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga, serta menderita hipertensi kurang dari satu tahun. Karakteristik tersebut menunjukkan bahwa

sebagian besar responden masih membutuhkan informasi yang memadai mengenai pengelolaan hipertensi. Meskipun demikian, masih terdapat responden yang berada pada kategori pengetahuan cukup dan kurang setelah intervensi, yang diduga dipengaruhi oleh perbedaan perhatian, konsentrasi, kondisi lingkungan saat edukasi berlangsung, serta keterbatasan durasi pemberian edukasi. Secara keseluruhan, edukasi *self care management* berbasis video terbukti efektif dalam meningkatkan tingkat pengetahuan pasien hipertensi.

Tingkat Pengetahuan Pasien Hipertensi Sebelum dan Sesudah di Berikan Edukasi *Self care management* Berbasis Video Pada Kelompok Kontrol

Berdasarkan tabel 3, hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah diberikan edukasi tanpa media video, mayoritas responden pada kelompok kontrol berada pada kategori pengetahuan cukup yaitu sebanyak 28 responden (56%), meningkat dibandingkan sebelum intervensi dimana responden dengan kategori pengetahuan cukup berjumlah 17 responden (34%). Meskipun demikian, peningkatan tersebut tidak sebesar yang terjadi pada kelompok intervensi yang memperoleh edukasi berbasis video. Selain itu, jumlah responden dengan kategori pengetahuan baik tetap sebanyak 3 responden (6%) sebelum maupun sesudah intervensi, sehingga menunjukkan bahwa metode edukasi tanpa media video hanya memberikan peningkatan pengetahuan yang terbatas.

Peningkatan pengetahuan pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa edukasi kesehatan secara konvensional tetap mampu memberikan tambahan informasi kepada responden. Namun, penyampaian materi yang hanya mengandalkan komunikasi verbal memiliki keterbatasan dalam membantu responden memahami materi *self care management* hipertensi yang cukup kompleks. Metode edukasi konvensional berperan dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat, tetapi efektivitasnya lebih rendah karena peserta cenderung mudah kehilangan perhatian dan sulit mengingat informasi yang disampaikan. Sebagian besar responden yang menerima edukasi konvensional hanya mencapai tingkat pengetahuan kategori cukup setelah intervensi (Pratama *et al.*, 2024).

Perubahan tingkat pengetahuan pada kelompok kontrol juga diduga dipengaruhi oleh karakteristik responden. Mayoritas responden berusia lanjut, berpendidikan rendah, dan

sebagian besar baru menderita hipertensi kurang dari satu tahun, sehingga kemampuan menerima serta memahami informasi kesehatan masih terbatas. Penurunan fungsi kognitif pada usia lanjut dapat memperlambat proses penerimaan informasi. Penderita hipertensi dengan lama sakit yang relatif singkat umumnya belum memiliki pengalaman yang memadai dalam pengelolaan penyakit. Oleh karena itu, tanpa dukungan media edukasi yang lebih menarik dan interaktif seperti video, peningkatan pengetahuan pada kelompok kontrol cenderung tidak optimal dibandingkan kelompok intervensi (Farhan *et al.*, 2023).

Pengaruh Edukasi *Self Care Management* Berbasis Video terhadap Tingkat Pengetahuan Pada Pasien Hipertensi

Hasil analisis bivariat menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* pada tabel 4, menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga terdapat perubahan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian edukasi *self care management* berbasis video. Berdasarkan tabel 5, hasil uji *Mann-Whitney U Test* juga menunjukkan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* = 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan peningkatan tingkat pengetahuan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Selain signifikan secara statistik, peningkatan tersebut terlihat dari perubahan distribusi kategori pengetahuan pada kelompok intervensi, di mana mayoritas responden yang semula berada pada kategori kurang (72%) berubah menjadi kategori baik (58%) setelah diberikan edukasi berbasis video. Nilai rata-rata (*mean rank*) kelompok intervensi sebesar 68,91 lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol sebesar 32,09, yang menunjukkan bahwa edukasi berbasis video lebih efektif dibandingkan edukasi tanpa media video.

Peningkatan pengetahuan tersebut dapat dijelaskan oleh karakteristik media video yang menggabungkan unsur visual dan auditori melalui gambar, teks, animasi, dan narasi sehingga informasi lebih mudah dipahami dan diingat. Temuan ini sejalan dengan teori *Multimedia Learning* dari Richard Mayer yang menjelaskan bahwa pembelajaran akan lebih efektif apabila informasi disampaikan melalui saluran visual dan verbal secara bersamaan. Selain itu, media audiovisual mampu meningkatkan perhatian, minat, dan keterlibatan peserta sehingga proses penerimaan informasi menjadi lebih optimal. Oleh karena itu, penyampaian materi mengenai pengaturan pola makan, aktivitas fisik, kepatuhan pengobatan, dan pencegahan komplikasi

hipertensi melalui media video memberikan pengalaman belajar yang lebih efektif dibandingkan metode konvensional (Kafi *et al.*, 2023).

Meskipun demikian, tidak seluruh responden mengalami peningkatan pengetahuan hingga kategori baik. Hal ini diduga dipengaruhi oleh faktor usia lanjut, tingkat pendidikan yang rendah, motivasi belajar, kemampuan konsentrasi, serta keterbatasan durasi intervensi sehingga proses pemahaman informasi belum optimal pada sebagian responden (Widiati & Rahmawati, 2022). Hasil penelitian ini didukung oleh Widiati dan Rahmawati serta Upoyo yang menunjukkan bahwa edukasi berbasis video secara signifikan lebih efektif dibandingkan edukasi konvensional dalam meningkatkan pengetahuan pasien hipertensi (Upoyo *et al.*, 2024). Dengan demikian, edukasi *self care management* berbasis video dapat dijadikan sebagai media pendidikan kesehatan yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan pasien hipertensi dalam menerapkan pengelolaan penyakit dan mencegah terjadinya komplikasi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, tingkat pengetahuan pasien hipertensi sebelum diberikan edukasi *self care management* berbasis video pada umumnya masih berada pada kategori kurang. Pada kelompok intervensi, sebanyak 36 responden (72%) memiliki tingkat pengetahuan kategori kurang, sedangkan pada kelompok kontrol sebanyak 30 responden (60%) juga berada pada kategori yang sama. Setelah pelaksanaan intervensi, terjadi peningkatan tingkat pengetahuan pada kedua kelompok, namun peningkatan yang lebih besar terlihat pada kelompok intervensi. Mayoritas responden pada kelompok intervensi berada pada kategori pengetahuan baik, yaitu sebanyak 29 responden (58%), sedangkan pada kelompok kontrol, mayoritas berada pada kategori pengetahuan cukup, yaitu sebanyak 28 responden (56%). Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi *self care management* berbasis video memberikan hasil yang lebih efektif dibandingkan edukasi tanpa media video dalam meningkatkan tingkat pengetahuan pasien hipertensi. Oleh karena itu, edukasi berbasis video dapat menjadi alternatif media pendidikan kesehatan yang efektif di wilayah kerja Puskesmas Limboto.

REFERENSI

Farhan, M., Tanta, Y., & Septadina, I. S. (2023).

- Pengaruh Hipertensi Terhadap Gangguan Fungsi Kognitif Pada Lansia : Systematic Review. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 10(3).
<https://doi.org/10.32539/JKK.V10I3.22237>
- Hardiyani. (2017). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Hipertensi dengan Kepatuhan Menggunakan Antihipertensi di Puskesmas Gondosukman 1 dan Gedontengen Yogyakarta. *Development Studies Research*, 3(1), 43.
<http://doi.org/10.1080/16070658.2018.1448503%0Awww.udspace.uds.edu.gh%0Ahttps://doi.org/10.1080/20469047.2017.1409453%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.heliyon.2017.e00298%0Ahttp://www.gainhealth.org/wp-content/uploads/2018/03/Ghana-Development-of-Food-based>
- Jumaiyah, W., Busjra, & Fernalia. (2019). Efektivitas Metode Edukasi Audiovisual Terhadap Self Care Management Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(1), 221–233.
- Kafi, I. A., Prihatin, S., & Jaelani, M. (2023). Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Diet DASH dengan Media Audiovisual Terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Gizi pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Riset Gizi*, 11(1), 5–12.
- Pradono, J., Kusumawardani, N., & Rachmalina, R. (2020). Pembunuh Terselubung Di Indonesia. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI*.
<https://repository.kemkes.go.id/book/10>
- Pratama, D., Herlinah, L., & Astika, T. (2024). Effectiveness of Health Education Using Video and Poster Media on Elderly Knowledge About Hypertension. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 14(3).
<https://doi.org/10.33221/jiiki.v14i03.3497>
- Rajab, M. A. ., & Purwanto, E. (2023). Pengembangan Program Pengurangan Asupan Garam Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 14(3), 510–517.
<http://forikes-ejournal.com/index.php/SF>
- Saleem, F., Hassali, M., Shafie, A., & Bashir, S. (2011). Pcv102 Association Between Knowledge and Drug Adherence in Patients With Hypertension in Quetta, Pakistan. *Value in Health*, 13(7), A360.
[https://doi.org/10.1016/s1098-3015\(11\)72444-5](https://doi.org/10.1016/s1098-3015(11)72444-5)
- Setiyana, N. (2025). Hubungan Pengetahuan

- dengan Kepatuhan Minum Obat Antihipertensi. *Jurnal Medika Hutama*, 02(03), 940–943.
- Upoyo, A. S., Sari, Y., Taufik, A., Anam, A., & Kuswati, A. (2024). The Effect of Online Group Education on Promoting Knowledge , Motivation , Self-Ef fi cacy , Self-Care Behaviors and Preventing Uncontrolled Blood Pressure in Hypertensive Patients : A Quasi-Experiment Study. *Journal SAGE Open Nursing*, 10, 5. <https://doi.org/10.1177/23779608241299288>
- WHO. (2023). *Hypertension*. 16 March. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension?utm_source=
- Widayanti, R., Soleman, S. R., & Kesehatan, F. I. (2023). Gambaran Pengetahuan Tentang Self-Care Management. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 2(9), 349–367.
- Widiati, A., & Rahmawati, P. (2022). Health Education With Hypertension Treatment Video Media Increases Knowledge About Hypertension Treatment. *Jurnal SMART Keperawatan*, 9(2), 123–130.
- Yusuf, N. A. R., Purwanto, E., Fakultas, K., Universitas, K., & Gorontalo, N. (2025). Analisis Faktor Sosiodemografi yang Mempengaruhi Beban Pengasuhan Keluarga pada Lansia dengan Hipertensi Abstrak. *Mando Care Jurnal*, 4(2), 242–252.