

**PENGARUH *HEALTH EDUCATION* BERBASIS  
AUDIOVISUAL TERHADAP MOTIVASI DALAM  
MELAKUKAN *BRISK WALKING EXERCISE*  
PADA PENDERITA HIPERTENSI**

**SKRIPSI**



**Oleh:  
Nabila Imaniar Firdausi  
NIM.20010093**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI  
JEMBER  
2024**

**PENGARUH *HEALTH EDUCATION* BERBASIS  
AUDIOVISUAL TERHADAP MOTIVASI DALAM  
MELAKUKAN *BRISK WALKING EXERCISE*  
PADA PENDERITA HIPERTENSI**

**SKRIPSI**

Untuk Memenuhi Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan



Oleh:  
Nabila Imaniar Firdausi  
NIM.20010093

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI  
JEMBER  
2024**

**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi yang berjudul Pengaruh *Health Education* Berbasis Audiovisual Terhadap Motivasi Dalam Melakukan *Brisk Walking Exercise* Pada Penderita Hipertensi yang telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada:

Nama : Nabila Imaniar Firdausi

NIM : 20010093

Hari, Tanggal : 3 Juli 2024

Program Studi : Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi Ilmu Keperawatan  
Universitas dr.Soebandi Jember

Tim Penguji  
Ketua Penguji,



**Feri Ekaprasetya, S.Kep.,Ns.,M.Kep**  
**NIDN.0722019201**

Penguji II,



**Achmad Sya'id, S.Kp.,Ns.,M.Kep**  
**NIDN.0701068103**

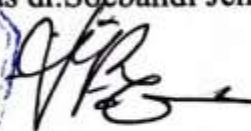
Penguji III,



**Ns. Umi Sukowati, S.Kep.,M.Kep**  
**NIDN.8894401019**

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas dr.Soebandi Jember



**Ai Nur Zannah, S.ST., M.Keb**  
**NIK.198912192013092038**

## **Abstrak**

**Latar Belakang:** Hipertensi bisa normal bahkan bisa stabil tekanan darahnya dengan salah satu latihan *brisk walking exercise* akan tetapi rata-rata penderita hipertensi di Desa Banjarsengon memiliki motivasi lemah untuk melakukan *brisk walking exercise* maka dari itu dilakukan *health education* berbasis audiovisual untuk meningkatkan motivasi penderita hipertensi. **Tujuan:** untuk mengetahui pengaruh *health education* berbasis audiovisual terhadap motivasi dalam melakukan *brisk walking exercise* pada penderita hipertensi. **Metode:** Penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif dengan *pre-eksperimental design*. Sampel sebanyak 34 diambil dengan tehnik sampling *proportioned stratified random sampling*. Analisis yang digunakan yakni univariat dan bivariat uji *wilcoxon signed rank test*. **Hasil:** Dari hasil uji statistik menggunakan uji *wilcoxon* menunjukkan hasil terdapat perbedaan signifikan motivasi melakukan *brisk walking exercise* sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan nilai sig (2-tailed) 0.00. **Diskusi:** Audiovisual dapat meningkatkan motivasi penderita hipertensi karena audiovisual mengandung unsur suara serta mengandung unsur gambar, video yang dapat dilihat oleh indra penglihatan, maka dari itu dapat menangkap sebuah informasi menjadi lebih mudah dipahami dan diingat. Sehingga memiliki ketertarikan minat dalam diri individu.

**Kata Kunci:** *Brisk Walking Exercise, Hipertensi, Health Education, Motivasi*