

pendengaran (telinga) dan indera penglihatan (mata). Pengetahuan seseorang terhadap objek mempunyai intensitas atau tingkat yang berbeda – beda (Notoatmodjo, 2010)

3.5.2. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah uraian tentang batasan variabel yang dimaksud, atau tentang apa yang diukur oleh variabel yang bersangkutan (Notoatmodjo, 2018).

Tabel 3.2 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
Variabel Independen					
1.	pendidikan kesehatan	kegiatan memberikan dan meningkatkan pengetahuan lansia tentang pencegahan penyakit hipertensi dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan mereka sendiri.	Lembar skor (observasi ketepatan intervensi saat pelaksanaan)	- tepat - kurang tepat	Ordinal
Variabel Dependens					
2.	Pengetahuan	hasil dari penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang tentang cara mencegah penyakit hipertensi dengan obat non farmakologis.	Kuesioner	1 – 100%	Interval

3.6. Populasi dan Sampel

3.6.1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk di pelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2016). Populasi pada penelitian ini sebanyak 40 lansia hipertensi yang ada di RW 06 dan RW 05 Desa Cipanjalu wilayah kerja Puskesmas Cilengkrang Kabupaten Bandung.

3.6.2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang di ambil dari populasi itu (Sugiyono, 2016). Sampel dalam penelitian ini sebanyak 40 lansia yang mempunyai penyakit hipertensi di RW 06 dan RW 05 Desa Cipanjalu. Untuk mengurangi resiko terjadinya dropout pada saat pelaksanaan maka sampel ditambah 10% maka jumlah lansia sebagai kelompok intervensi sebanyak 22 orang dan lansia sebagai kelompok control sebanyak 22 orang.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu *Total sampling*, pengambilan sampel secara *Total sampling* adalah teknik