

**KARYA TULIS ILMIAH**

**IMPLEMENTASI EDUKASI KESEHATAN *DIETARY*  
*APPROACHES TO STOP HYPERTENSION* PADA  
PASIEN DEFISIT PENGETAHUAN  
TENTANG MANAJEMEN  
HIPERTENSI**

Studi Kasus di Banjar Abiantimbul Wilayah Kerja Puskesmas II  
Denpasar Barat Kota Denpasar



**Kemenkes  
Poltekkes Denpasar**

**Oleh:**

**IKOMANG AGUS DHARMA PUTRA**  
**NIM. P07120121093**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR  
JURUSAN KEPERAWATAN  
PRODI DIPLOMA III  
DENPASAR  
2024**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**IMPLEMENTASI EDUKASI KESEHATAN *DIETARY APPROACHES TO STOP HYPERTENSION* PADA PASIEN DEFISIT PENGETAHUAN TENTANG MANAJEMEN HIPERTENSI**

Studi Kasus di Banjar Abiantimbul Wilayah Kerja Puskesmas II  
Denpasar Barat Kota Denpasar

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Ahli  
Madya Keperawatan pada Program Studi DIII Keperawatan  
Poltekkes Kemenkes Denpasar

Oleh:

**IKOMANG AGUS DHARMA PUTRA**  
**NIM. P07120121093**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR  
JURUSAN KEPERAWATAN  
PRODI DIPLOMA III  
DENPASAR  
2024**

**LEMBAR PERSETUJUAN  
KARYA TULIS ILMIAH**

**IMPLEMENTASI EDUKASI KESEHATAN *DIETARY  
APPROACHES TO STOP HYPERTENSION* PADA  
PASIEN DEFISIT PENGETAHUAN  
TENTANG MANAJEMEN  
HIPERTENSI**

Studi Kasus di Banjar Abiantimbul Wilayah Kerja Puskesmas II  
Denpasar Barat Kota Denpasar



**Diajukan Oleh:**

**I KOMANG AGUS DHARMA PUTRA**  
NIM. P07120121093

**TELAH MENDAPAT PERSETUJUAN**

Pembimbing Utama:

I Ketut Gama, SKM., M, Kes  
NIP. 196202221983091001

Pembimbing Pendamping:

I Gusti Ketut Gede Ngurah, S.Kep.,Ns.,M.Kes  
NIP. 196303241983091001

**MENGETAHUI:  
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN  
POLTEKES KEMENKES DENPASAR**



I Made Sukarja, S.Kep., Ners., M.Kep  
NIP. 196812311992031020

**LEMBAR PENGESAHAN  
KARYA TULIS ILMIAH**

**IMPLEMENTASI EDUKASI KESEHATAN *DIETARY*  
*APPROACHES TO STOP HYPERTENSION* PADA  
PASIEN DEFISIT PENGETAHUAN  
TENTANG MANAJEMEN  
HIPERTENSI**

Studi Kasus di Banjar Abiantimbul Wilayah Kerja Puskesmas II  
Denpasar Barat Kota Denpasar



**Diajukan Oleh:**  
**I KOMANG AGUS DHARMA PUTRA**  
**P07120121093**

**TELAH DIUJI DIHADAPAN TIM PENGUJI**  
**PADA HARI : KAMIS**  
**TANGGAL : 16 MEI 2024**

**TIM PENGUJI:**

1. Ketut Sudiantara, A. Per. Pen. S. Kep. Ns. M. Kes (Ketua)  
NIP. 196808031989031003
2. Dr. K.A. Henny Achjar, SKM., M. Kep, Sp. Kom. (Anggota)  
NIP. 196603211988032001
3. Dr. Agus Sri Lestari, S.ST, S. Kep., Ns., M. Erg. (Anggota)  
NIP. 19640813198503000

**MENGETAHUI,  
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN**

**I Made Sukarja, S. Kep., Ners., M. Kep.**  
**NIP. 196812311992031020**

## SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : I Komang Agus Dharma Putra  
NIM : P07120121093  
Program Studi : Diploma III  
Jurusan : Keperawatan  
Tahun Akademik : 2023/2024  
Alamat : Br. Dinas Kelodan, Desa Selumbung, Kec. Manggis,  
Kabupaten Karangasem

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Tugas Akhir dengan judul “Implementasi Edukasi Kesehatan *Dietary Approaches To Stop Hypertension* Pada Pasien Defisit Pengetahuan Tentang Manajemen Hipertensi Studi Kasus di Banjar Abiantimbul Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat Kota Denpasar” yang diambil melalui studi kasus adalah **benar karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir ini **bukan** karya saya sendiri atau hasil plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 5 Mei 2024

Yang membuat pernyataan



I Komang Agus Dharma Putra

NIM. P07120121093

**IMPLEMENTATION OF HEALTH EDUCATION DIETARY APPROACHES  
TO STOP HYPERTENSION IN PATIENTS WITH KNOWLEDGE DEFICITS  
ABOUT HYPERTENSION MANAGEMENT**

*Case Study in Banjar Abiantimbul Working Area of Puskesmas II  
West Denpasar, Denpasar City*

**ABSTRACT**

*Knowledge deficits about hypertension management can affect people with hypertension who can further worsen their condition. This study aims to determine how the implementation of dietary approaches to stop hypertension (DASH) health education includes assessment to nursing evaluation. This study used a descriptive research design with an in-depth case study conducted on April 28-30, 2024 with 1 research subject. The results of the assessment showed that the patient said he did not know the foods that could be consumed by hypertensive patients and did not routinely control blood pressure, the subject's blood pressure was 150/90 mmHg and the results of the knowledge level questionnaire were 37.5%. The nursing diagnosis is a knowledge deficit about hypertension management. Nursing interventions to be provided are health education and DASH diet education with the aim and outcome criteria of increasing knowledge levels. Nursing implementation of health education and DASH diet education, namely dietary patterns to prevent / control blood pressure, is carried out for 1 x 30 minutes. Nursing evaluation was carried out on the 3rd day obtained the level of knowledge increased to 100%. The conclusion of this study is that health education is able to increase the knowledge of hypertensive patients about hypertension management, especially related to diet for hypertensive patients, it is recommended that this education can be applied so as to increase knowledge about hypertension management.*

**Keywords: Hypertension; Health education; DASH diet**

**IMPLEMENTASI EDUKASI KESEHATAN *DIETARY APPROACHES TO STOP HYPERTENSION* PADA PASIEN DEFISIT PENGETAHUAN TENTANG MANAJEMEN HIPERTENSI**

Studi Kasus Di Banjar Abiantimbul Wilayah Kerja Puskesmas II  
Denpasar Barat Kota Denpasar

**I Komang Agus Dharma Putra**

Program Studi D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar

Email: [dharmaagus2003@gmail.com](mailto:dharmaagus2003@gmail.com)

**ABSTRAK**

Defisit pengetahuan tentang manajemen hipertensi dapat mempengaruhi penderita hipertensi yang dapat semakin memperburuk keadaannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana implementasi edukasi kesehatan *dietary approaches to stop hypertension* (DASH) meliputi pengkajian sampai evaluasi keperawatan. Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif dengan studi kasus mendalam yang dilaksanakan tanggal 28 – 30 April 2024 dengan 1 orang subjek penelitian. Hasil pengkajian menunjukkan pasien mengatakan tidak mengetahui makanan yang dapat dikonsumsi pasien hipertensi dan tidak rutin kontrol tekanan darah, tekanan darah subjek 150/90 mmHg dan hasil kuesioner tingkat pengetahuan 37,5%. Diagnosis keperawatannya adalah defisit pengetahuan tentang manajemen hipertensi. Intervensi keperawatan yang akan diberikan adalah edukasi kesehatan dan edukasi diet DASH dengan tujuan dan kriteria hasil tingkat pengetahuan meningkat. Implementasi keperawatan edukasi kesehatan dan edukasi diet DASH yaitu pola diet untuk mencegah/mengendalikan tekanan darah dilakukan selama 1 x 30 menit. Evaluasi keperawatan dilakukan pada hari ke-3 diperoleh tingkat pengetahuan meningkat menjadi 100%. Simpulan dari penelitian ini, edukasi kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan pasien hipertensi tentang manajemen hipertensi terutama terkait dengan pola makan untuk pasien hipertensi, disarankan edukasi ini dapat diterapkan sehingga dapat meningkatkan pengetahuan tentang manajemen hipertensi.

***Kata kunci: Hipertensi; Edukasi kesehatan; Diet DASH***

## RINGKASAN PENELITIAN

Implementasi Edukasi Kesehatan *Dietary Approaches To Stop Hypertension*  
Pada Pasien Defisit Pengetahuan Tentang Manajemen Hipertensi  
Studi Kasus Di Banjar Abiantimbul Wilayah Kerja Puskesmas II  
Denpasar Barat Kota Denpasar

Oleh: I Komang Agus Dharma Putra (P07120121093)

Defisit pengetahuan tentang manajemen hipertensi dapat mempengaruhi penderita hipertensi yang dapat semakin memperburuk keadaannya. Intervensi keperawatan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan tentang manajemen hipertensi adalah edukasi kesehatan dan edukasi diet salah satunya *dietary approaches to stop hypertension (DASH)*. Edukasi *dietary approaches to stop hypertension (DASH)* pada pasien hipertensi adalah proses perubahan perilaku secara terencana pada individu, kelompok, atau masyarakat untuk mencegah atau mengendalikan hipertensi dengan kombinasi beberapa diet yaitu diet rendah buah-buahan, sayuran, kacang-kacangan, tinggi camilan, permen, daging, lemak jenuh; diet tinggi buah-buahan, sayuran, kacang-kacangan, rendah camilan dan permen; dan pola makan kombinasi tinggi buah-buahan, sayuran, polong-polongan, produk susu rendah lemak, rendah camilan, permen, daging, lemak jenuh dan lemak total.

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan pasien hipertensi terkait dengan diet DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) untuk menurunkan tekanan darah dan mencegah komplikasi.

Jenis penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif dengan desain studi kasus mendalam. Pendekatan yang digunakan yaitu asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian keperawatan, diagnosis keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan, dan evaluasi keperawatan. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah 1 orang pasien hipertensi dengan masalah defisit pengetahuan tentang manajemen hipertensi di Banjar Abiantimbul wilayah kerja Puskesmas II Denpasar Barat Kota Denpasar. Penelitian ini berlangsung dari tanggal 28 – 30 April 2024.

Hasil pengkajian diperoleh data subjek menanyakan masalah yang dihadapi (menanyakan makanan apa saja yang boleh dikonsumsi pasien hipertensi), menunjukkan perilaku tidak sesuai anjuran (mengkonsumsi makanan yang berlemak dan menggunakan penyedap rasa untuk membuat makanan), dan menunjukkan persepsi yang keliru terhadap masalah (tidak mengonsumsi obat antihipertensi dan tidak rutin kontrol hipertensi). Hasil kuesioner tingkat pengetahuan pasien tentang *dietary approaches to stop hypertension*, subjek benar 6 dari 16 soal dengan persentase 37,5%.

Diagnosis keperawatan yang ditegakkan yaitu defisit pengetahuan berhubungan dengan kurang terpapar informasi dibuktikan dengan menanyakan masalah yang dihadapi (menanyakan makanan apa saja yang boleh dikonsumsi pasien hipertensi), menunjukkan perilaku tidak sesuai anjuran (mengkonsumsi makanan yang berlemak dan menggunakan penyedap rasa untuk membuat makanan), dan menunjukkan persepsi yang keliru terhadap masalah (tidak mengonsumsi obat antihipertensi dan tidak rutin kontrol hipertensi).

Rencana keperawatan yang diberikan yaitu pemberian edukasi kesehatan dan edukasi diet *dietary approaches to stop hypertension* (DASH) dengan media *booklet* selama 1 x 30 menit dengan tujuan dan kriteria hasil yaitu tingkat pengetahuan meningkat.

Implementasi keperawatan edukasi kesehatan dan edukasi diet DASH dilakukan selama 1 x 30 menit menggunakan media *booklet*. Edukasi dilakukan di rumah subjek. Implementasi yang dilakukan meliputi mengidentifikasi kesiapan menerima informasi, identifikasi tingkat pengetahuan saat ini, identifikasi persepsi pasien tentang diet yang diprogramkan, identifikasi keterbatasan finansial untuk menyediakan makanan, jadwalkan pendidikan kesehatan sesuai kesepakatan, menjelaskan kepatuhan diet terhadap kesehatan, menjelaskan pengertian, tujuan, pedoman, kontraindikasi, dan perencanaan *dietary approaches to stop hypertension* (DASH), serta mengobservasi kepatuhan penerapan diet DASH.

Evaluasi keperawatan diperoleh data bahwa tingkat pengetahuan subjek meningkat dimana persentase tingkat pengetahuan sebelum edukasi yaitu 37,5% menjadi 100% setelah edukasi dilakukan.

Berdasarkan hasil penelitian diatas, dapat disimpulkan bahwa edukasi kesehatan *dietary approaches to stop hypertension* efektif untuk meningkatkan pengetahuan pasien hipertensi tentang manajemen hipertensi. Disarankan diet ini dapat diaplikasikan oleh pasien hipertensi untuk mengendalikan hipertensi dan bagi pelayanan kesehatan terkhusus pemegang program PT2PTM hipertensi, diet ini edukasi ini dapat diterapkan di Puskesmas II Denpasar Barat sebagai alternatif edukasi diet rendah garam.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul “Implementasi Edukasi Kesehatan *Dietary Approaches to Stop Hypertension* Pada Pasien Defisit Pengetahuan Tentang Manajemen Hipertensi” tepat pada waktunya.

Karya tulis ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Ahli Madya Keperawatan di Poltekkes Kemenkes Denpasar. Peneliti menyadari isi dari karya tulis ilmiah ini tidak lepas dari adanya sentuhan tangan-tangan kreatif pembimbing dan teman-teman peneliti. Melalui kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Sri Rahayu, S.Tr. Keb.,S.Kep.Ners.,M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menempuh program studi D-III Keperawatan.
2. Bapak I Made Sukarja, S. Kep., Ners., M.Kep., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar karena telah memberikan kesempatan untuk menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
3. Bapak Dr. I Wayan Suardana, S. Kep., Ns., M. Kep., selaku Kaprodi D-III Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan untuk menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
4. Bapak I Ketut Gama, SKM., M.Kes selaku pembimbing utama yang telah meluangkan banyak waktu untuk membimbing, membagi pengetahuan, dan memberikan masukan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
5. Bapak I Gusti Ketut Gede Ngurah, S.Kep., Ns., M. Kes selaku pembimbing pendamping yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
6. Ny. K selaku subjek penelitian yang telah meluangkan waktunya untuk membantu kelancaran proses penelitian.
7. Orangtua serta seluruh keluarga yang selalu memberikan doa, dukungan, dan semangat untuk menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

8. Teman-teman Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang berkontribusi dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
9. Semua pihak yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu yang telah membantu kelancaran proses penyusunan karya tulis ilmiah ini.

Peneliti mengharapkan kritik dan saran yang objektif bersifat membangun untuk tercapainya kesempurnaan dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.

Denpasar, 05 Mei 2024

Peneliti,

## DAFTAR ISI

SAMPUL	
KARYA TULIS ILMIAH.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
KARYA TULIS ILMIAH.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	v
<i>ABSTRACT</i> .....	vi
ABSTRAK .....	vii
RINGKASAN PENELITIAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI .....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Studi Kasus .....	9
D. Manfaat Studi Kasus.....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	12
A. Konsep Edukasi Kesehatan <i>Dietary Approaches to Stop Hypertension</i> (DASH) Pada Pasien Hipertensi.....	12
B. Konsep Dasar Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi.....	23
BAB III METODE STUDI KASUS .....	30
A. Jenis/Desain/Rancangan Studi Kasus .....	30
B. Subjek Studi Kasus .....	30
C. Fokus Studi Kasus .....	31
D. Definisi Operasional .....	31
E. Instrumen Studi Kasus.....	33
F. Metode Pengumpulan Data .....	33
G. Langkah-Langkah Pelaksanaan Studi Kasus .....	33
H. Lokasi dan Waktu Studi Kasus .....	36
I. Analisis Dan Penyajian Data .....	36

J. Etik Studi Kasus .....	37
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	39
A. Hasil Studi Kasus.....	39
B. Pembahasan .....	49
C. Keterbatasan .....	57
BAB V SIMPULAN DAN SARAN .....	58
A. Simpulan.....	58
B. Saran .....	59
DAFTAR RUJUKAN .....	61

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Bahan makanan yang mengandung kalium.....	16
Tabel 2 Intervensi keperawatan.....	26
Tabel 3 Definisi operasional.....	31
Tabel 4 Analisis masalah keperawatan Ny. K .....	41
Tabel 5 Intervensi keperawatan pada Ny. K.....	45

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Kegiatan Penelitian.....	65
Lampiran 2. Realisasi Biaya .....	66
Lampiran 3. Lembar Persetujuan Menjadi Subjek Penelitian.....	67
Lampiran 4. Lembar Permohonan Menjadi Subjek Penelitian .....	68
Lampiran 5. Persetujuan Setelah Penjelasan ( <i>Informed Consent</i> ) Sebagai Subjek Penelitian .....	69
Lampiran 6. Format Asuhan Keperawatan.....	73
Lampiran 7. Kuesioner Tingkat Pengetahuan tentang <i>Dietary Approaches to Stop Hypertension</i> (DASH) Pada Pasien Hipertensi .....	91
Lampiran 8. Standar Operasional Prosedur (SOP) Edukasi Kesehatan.....	95
Lampiran 9. Satuan Acara Penyuluhan (SAP) Tentang <i>Dietary Approaches To Stop Hypertension</i> (DASH) Pada Pasien Hipertensi .....	97
Lampiran 10. Media Edukasi Kesehatan .....	119
Lampiran 11. Surat Izin Studi Pendahuluan.....	121
Lampiran 12. Bukti Bimbingan Karya Tulis Ilmiah .....	122
Lampiran 13. Hasil Cek Turnitin .....	123
Lampiran 14. Surat Izin Penelitian.....	127
Lampiran 15. Persetujuan Etik/ <i>Ethical Approval</i> .....	128
Lampiran 16. Dokumentasi Kegiatan .....	131
Lampiran 17. Bukti Penyelesaian Administrasi .....	132
Lampiran 18. Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi Repository .....	133