

ABSTRAK

PENERAPAN EDUKASI TENTANG DIET DASH UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN PASIEN HIPERTENSI DI RS. ROEMANI MUHAMMADIYAH SEMARANG

Tyas Putri Maharani ¹ Wijanarko Heru Pramono, S.Kep., Ns., M.H ²

¹ Mahasiswa Prodi DIII Keperawatan Universitas Widya Husada Semarang

² Dosen Prodi DIII Keperawatan Universitas Widya Husada Semarang

Email : tyasputrimaharani5@gmail.com

12 lampiran depan + 169 halaman + 2 tabel + 8 lampiran belakang

Nama Mahasiswa : Tyas Putri Maharani

Penerapan Edukasi Diet Dash Untuk Meningkatkan Pengetahuan Pasien Hipertensi di RS Roemani Muhammadiyah Semarang.

Hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah tinggi yang menetap, dimana tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg, ketika diukur paling tidak pada dua kali pengukuran dan pada dua kondisi yang berbeda dengan jarak dua minggu, Upaya penanganan penyakit hipertensi perlu dilakukan secara bersinergi antara petugas pelayanan kesehatan dengan masyarakat. Sebagian besar masyarakat masih belum mengetahui terkait dengan upaya-upaya untuk mencegah hipertensi, salah satu faktornya adalah kurang terpapar informasi. Edukasi kesehatan yang dapat diberikan pada pasien hipertensi yaitu memodifikasi pola makanan yang dikonsumsi agar dapat mengontrol tekanan darahnya. Dengan menerapkan *dietary approaches to stop hypertension* (DASH) ke dalam kebiasaan diet, pasien yang menderita hipertensi dapat mengatur asupan garam, makanan berlemak, dan serat dengan cara yang sesuai dengan anjuran diet DASH.

Menyusun resume asuhan keperawatan (pengkajian, diagnosa keperawatan, perencanaan, intervensi, evaluasi) dalam Penerapan Edukasi Tentang Diet DASH Untuk Meningkatkan Pengetahuan Pasien Hipertensi di Rs. Roemani Muhammadiyah Semarang.

Studi kasus ini dilakukan menggunakan metode deskriptif dengan menggunakan metode ceramah, wawancara, *pretest-posttest*. Sebelum pasien diberikan edukasi kesehatan Diet DASH, pasien dikaji terlebih dahulu pengetahuannya dengan *pre test* apakah klien memiliki masalah defisit pengetahuan tentang diet DASH hipertensi. Dengan adanya penelitian ini yang dilakukan selama 2 hari dengan waktu kurang lebih 20 – 25 menit didapatkan hasil penurunan hipertensi pada pasien didapatkan data tekanan darah Tn.H 199/122 turun menjadi 193/117 dan Tn.A didapatkan hasil tekanan darah 166/93 dan turun menjadi 165/85 serta tingkat pengetahuan kedua responden berhasil meningkat dengan hasil rata rata 80% peningkatan pengetahuan tentang hipertensi dan diet DASH.

Penerapan edukasi diet dash ini sangat bermanfaat dalam membantu meningkatkan informasi dan pengetahuan pada pasien hipertensi serta membantu menurunkan tingkat hipertensi.

Kata Kunci : Hipertensi, Defisit Pengetahuan, Diet Dash

Referensi : 2017 - 2024

ABSTRACT

THE APPLICATION OF EDUCATION ABOUT THE DASH DIET TO INCREASE THE KNOWLEDGE OF HYPERTENSION PATIENTS IN HOSPITALS. ROEMANI MUHAMMADIYAH SEMARANG

Tyas Putri Maharani ¹ Wijanarko Heru Pramono, S.Kep., Ns., M.H ²

¹ Student of the DIII Nursing Study Program, Widya Husada University Semarang

² Lecturers of the DIII Nursing Study Program, Widya Husada University Semarang

Email : tyasputrimaharani5@gmail.com

12 front attachments + 169 pages + 2 tables + 8 back attachments

Student Name : Tyas Putri Maharani

Application of Dash Diet Education to Increase Knowledge of Hypertension Patients at Roemani Muhammadiyah Hospital Semarang.

Hypertension is defined as persistent high blood pressure, where systolic blood pressure ≥ 140 mmHg and diastolic blood pressure ≥ 90 mmHg, when measured at least twice and at two different conditions with a two-week interval. Efforts to treat hypertension need to be carried out in synergy between health care workers and the community. Most people still do not know about efforts to prevent hypertension, one of the factors is lack of exposure to information. Health education that can be provided to hypertensive patients is to modify the diet consumed in order to control their blood pressure. By applying *dietary approaches to stop hypertension* (DASH) into dietary habits, patients suffering from hypertension can regulate their intake of salt, fatty foods, and fiber in an appropriate way with DASH's recommendation.

To prepare a resume of nursing care (assessment, nursing diagnosis, planning, intervention, evaluation) in the Application of Education on the DASH Diet to Improve the Knowledge of Hypertension Patients at Rs. Roemani Muhammadiyah Semarang.

This case study was conducted using a descriptive method using lecture, interview, *pretest-posttest methods*. Before the patient is given health education on the DASH Diet, the patient is first assessed on his knowledge with *a pre-test* whether the client has a problem with knowledge deficit about the hypertensive DASH diet.

With this study which was conducted for 2 days with a time of approximately 20 – 25 minutes, the results of reducing hypertension in patients were obtained, blood pressure data of Mr. H 199/122 decreased to 193/117 and Mr. A obtained blood pressure results of 166/93 and decreased to 165/85 and the level of knowledge of the two respondents succeeded in increasing with an average result of 80% increase in knowledge about hypertension and the DASH diet.

The application of the dash diet education is very useful in helping to increase information and knowledge in hypertension patients and help reduce hypertension levels.

Keywords : Hypertension, Knowledge Deficit, Dash Diet

Reference: 2017 – 2024