

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN PENDIDIKAN KESEHATAN DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) TERHADAP KEPATUHAN POLA DIET PENDERITA HIPERTENSI PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KEPUTIH KOTA SURABAYA



Oleh:

Aisyah Dia Maulida S.Kep

Nim. 20174663077

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

2018

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN PENDIDIKAN KESEHATAN DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) TERHADAP KEPATUHAN POLA DIET PENDERITA HIPERTENSI PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KEPUTIH KOTA SURABAYA

Untuk memperoleh Gelar Profesi Ners (Ns)

Pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surabaya



Oleh:

Aisyah Dia Maulida S.Kep

Nim. 20174663077

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

2018

PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIAT

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Aisyah Dia Maulida., S.Kep

NIM : 20174663077

Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners

Menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini benar-benar tulisan karya sendiri bukan hasil plagiasi, baik sebagian maupun keseluruhan. Bila dikemudian hari terbukti hasil plagiasi, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya, 21 Desember 2018

Yang Membuat Pernyataan,



Aisyah Dia Maulida., S.Kep

NIM. 20174663077

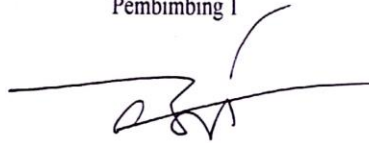
PERSETUJUAN

Karya tulis ilmiah ini telah diperiksa dan disetujui isi serta susunannya, sehingga dapat di ajukan dalam ujian sidang KTI pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surabaya

Surabaya, 21 Desember 2018

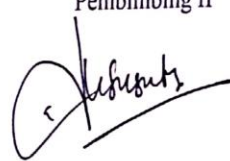
Menyetujui

Pembimbing I



Asri, S.Kep.,Ns.,MNS

Pembimbing II



Ade Susanty, S.Kep.,Ns., M.Kep

Mengetahui,

Ketua Program Studi



Reliani, S.Kep.,Ns.,M..Kes

PENGESAHAN

Karya tulis ilmiah ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Ujian Karya Tulis Ilmiah pada tanggal 21 Desember 2018 oleh mahasiswa atas nama Aisyah Dia Maulida NIM 20174663077 Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.

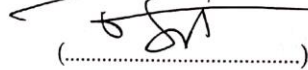
Tim Penguji

Tanda Tangan

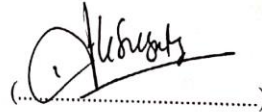
Ketua : Anis Rosyiatul Husna, S.Kep.Ns., M.Kes



Anggota 1 : Asri, S.Kep.,Ns.,MNS



Anggota 2 : Ade Susanty, S.Kep.,Ns.,M.Kep



Mengesahkan,

Dekan FIK UM Surabaya



Dr. Mundakir, S.Kep.,Ns., M.Kep

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga dapat menyusun karya tulis ilmiah ini. Dalam proses penyusunan skripsi ini tentunya tidak luput dari bantuan semua pihak yang telah bersedia membimbing dan membantu dengan tulus ikhlas.

Karya tulis ilmiah ini bertujuan untuk mengetahui penerapan pendidikan kesehatan DASH (*Dietary Approache to Stop Hypertension*) terhadap kepatuhan pola diet penderita hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Keputih Kota Surabaya, Ketidakepatuhan merupakan penyebab terjadinya kegagalan dalam terapi, hal ini berdampak pada memburuknya keadaan pasien karena akan terjadinya komplikasi dan kerusakan pada organ tubuh.. Proses penyembuhan pasien tidak terlepas dari kepatuhan diet, ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pasien untuk mematuhi pola diet yang sehat, terutama pengobatan dalam waktu yang lama. Dari situ peneliti tertarik untuk mengambil judul KTI **“Penerapan Pendidikan Kesehatan DASH (*Dietary Approache to Stop Hypertension*) Terhadap Kepatuhan Pola Diet Penderita Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Keputih Kota Surabaya”**

Demikian sebuah pengantar sederhana dari penulis, semoga Karya Tulis ini bermanfaat dan menambah pengetahuan bagi seluruh masyarakat khususnya di bidang kesehatan.

Surabaya, 21 Desember 2018

Aisyah Dia Maulida S.Kep

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT segala rahmat dan karunia-Nya yang telah dilimpahkan kepada penulis sehingga karya tulis ilmiah ini dapat diselesaikan. Dalam KTI ini penulis membahas tentang ***“Penerapan Pendidikan Kesehatan DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension) Terhadap Kepatuhan Pola Diet Penderita Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Keputih”***. KTI ini di buat sebagai sebagai syarat untuk meraih gelar Ners di Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Dalam Penyusunan KTI ini tentunya penulis membutuhkan banyak bimbingan, pengetahuan dan dukungan dari semua pihak yang selama ini dengan tulus ikhlas membantu penulis dalam menyelesaikan KTI ini. Dengan hati yang tulus pula penulis ucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. dr. Sukadiono. MM selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surabaya.
2. Bapak Dr. Mundzakir, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan Program Studi Ners.
3. Ibu Reliani, S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan dan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.
4. Bapak Asri Kacung, S.,Kep., MNS selaku pembimbing I yang telah memberikan waktu untuk menuntun dan membimbing dengan penuh kesabaran sehingga KTI ini dapat terselesaikan.
5. Ibu Ade Susanty S.Kep., M.Kep selaku pembimbing II yang telah memberikan waktu untuk menuntun dan membimbing dengan penuh kesabaran sehingga KTI ini dapat terselesaikan.
6. Ibu Anis Rosyiatul Husna, S.Kep., M.Kes.,selaku dosen penguji yang telah membimbing dengan cermat dan memberi masukan-masukan demi sempurnanya karya tulis ilmiah ini.

7. Para dosen dan seluruh staf pengajar di program Studi Ners yang telah memberikan ilmu, bimbingan dan nasehat selama menempuh pendidikan.
8. Keluarga tercinta Alm. Ayahanda dan Ibunda yang telah banyak berkorban serta memberikan doa dan supportnya selama ini sehingga saya dapat menjadi seperti sekarang ini. Dan adik-adikku yang sudah berperan untuk mendukung selama ini.
9. Kakak Irfan yang sudah banyak membantu juga mendukung dari awal sampai saat ini.
10. Semua teman-teman seangkatan, yang selalu menghiasi hari hari saya.

Semoga amal kebbaikannya mendapat diterima disisi Allah SWT dan mendapat imbalan pahala dari Allah SWT.

Akhir kata semoga karya tulis yang sederhana ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya ilmu keperawatan.

Surabaya, 21 Desember 2018

Aisyah Dia Maulida

DAFTAR ISI

Halaman Sampul Depan	i
Halaman Sampul Dalam	ii
Halaman Pernyataan	iii
Halaman Pernyataan Tidak Melakukan Plagiat	iv
Halaman Publikasi	v
Halaman Persetujuan	vi
Halaman Pengesahan	vii
Kata Pengantar	viii
Ucapan Terima Kasih	ix
Daftar Isi	xi
Daftar Tabel	xiii
Daftar Gambar	xiv
Daftar Lampiran	xv
Daftar Singkatan	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat	4
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Pendidikan Kesehatan	6
2.1.1 Pengertian Pendidikan Kesehatan	6
2.1.2 Tujuan Pendidikan Kesehatan	6
2.1.3 Misi Pendidikan Kesehatan	7
2.1.4 Ruang Lingkup Pendidikan Kesehatan	8
2.1.5 Materi atau Pesan.....	9
2.1.6 Metode-metode Pendidikan Kesehatan.....	9
2.1.7 Alat Bantu Pendidikan Kesehatan	11
2.2 Konsep Hipertensi	14
2.2.1 Pengertian Hipertensi.....	14
2.2.2 Gejala Klinis Hipertensi.....	15
2.2.3 Faktor Penyebab Hipertensi	16
2.2.4 Penatalaksanaan Hipertensi	19
2.2.5 Komplikasi Hipertensi	22
2.3 Konsep Diet Hipertensi	24
2.3.1 Tujuan Terapi Diet.....	24
2.3.2 Prinsip Diet Hipertensi.....	24
2.3.3 Pengaturan Menu Makanan	25
2.4 Konsep Lanjut Usia	27
2.4.1 Definisi Lanjut Usia	26
2.4.2 Batasa Lanjut Usia	26
2.4.3 Kriteria Lanjut Usia	27

2.4.4 Faktor Yang Mempengaruhi Penuaan.....	28
2.4.5 Perubahan yang dialami Lansia	29
2.5 Konsep Kepatuhan.....	31
2.5.1 Definisi Kepatuhan	31
2.5.2 Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan.....	31
2.5.3 Faktor yang mempengaruhi Ketidakpatuhan	32
2.5.4 Strategi Untuk Meningkatkan Kepatuhan	33
2.6 Konsep DASH.....	34
2.6.1 Definisi DASH.....	34
2.6.2 Tujuan DASH.....	35
2.6.3 Anjuran DASH	35
2.6 Kerangka Teori	39
BAB III ANALISA KASUS	
3.1 Deskripsi Kasus	40
3.2 Desain Penelitian.....	40
3.3 Waktu dan Tempat Penelitian	41
3.4 Sampel Penelitian	41
3.5 Unit Analisa dan Kriteria Interpretasi.....	41
3.5.1 Unit Analisis	41
3.5.2 Kriteria Interpretasi	41
3.5.3 Prosedur Pengambilan data	42
3.6 Etika Penelitian	44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil Penelitian	46
4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian	46
4.1.2 Karakteristik Responden.....	47
4.1.3 Kepatuhan Diet sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan	48
4.1.3 Respon Pasien Saat Pendidikan Kesehatan.....	49
4.1.5 Kepatuhan Diet setelah diberikan Pendidikan Kesehatan	50
4.2 Pembahasan.....	51
4.1.3 Kepatuhan Diet sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan	51
4.1.3 Respon Pasien Saat Pendidikan Kesehatan.....	53
4.1.5 Kepatuhan Diet setelah diberikan Pendidikan Kesehatan	55
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Simpulan	58
5.2 Saran	59
Daftar Pustaka	
Lampiran	

DAFTAR TABEL

Judul Tabel	Halaman
Tabel 2.1 : Tabel Klasifikasi Tekanan Darah	22
Tabel 2.2 :Tabel Anjuran Diet DASH.....	24
Tabel 4.1 :Kepatuhan Diet Sebelum dilakukan Pendidikan Kesehatan	37
Tabel 4.2 :Tabel Respon Pasien saat Pendidikan Kesehatan.....	46
Tabel 4.3 :Kepatuhan Diet Sesudah dilakukan Pendidikan Kesehatan.....	47

DAFTAR GAMBAR

Judul Gambar

Halaman

Gambar 2.1 Gambar Kerangka Konseptual	29
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran I : Lembar Kuisioner
- Lampiran II : Satuan Acara Penyuluhan
- Lampiran III : Satuan Acara Kegiatan
- Lampiran IV : Materi Penyuluhan
- Lampiran V : Leaflet
- Lampiran VI : Dokumentasi Penelitian
- Lampiran VII : Surat Izin Melakukan Penelitian

DAFTAR SINGKATAN

DASH : Dietary Approaches to Stop Hypertension.

DAFTAR PUSTAKA

- Aaronson, P.I., & Ward, J.P.T.. 2010. *At Glance Cardiovascular System*. Jakarta: Erlangga
- Andrea, Gilang Yudhisti. 2013. *Korelasi Derajat Hipertensi dengan Stadium Penyakit Ginjal Kronik di RSUP DR. Kariadi Semarang Periode 2008-2012*. Semarang: Universitas Diponegoro
- Azizah, M. L (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Graha Ilmu. Yogyakarta.
- Budjianto, Didik. 2017. *Hipertensi The Silent Killer*. Kemenkes RI: Pusat Data dan Informasi.
- Bulechek, G. (2013). *Nursing Intervention Classification (NIC)*. Edisi Keenam. Edisi Bahasa Indonesia. Elsevier Global Rights. United Kingdom.
- Corwin, E.J. (2000). *Buku Saku Patofisiologi*. (Brahm U. Pandit & Endah P, Penerjemah). EGC. Jakarta .
- Dalimarta, S dkk. 2008. *Care Yourself Hipertention*. Jakarta: Penebar Plus + Depkes RI. (2010). *Profil Kesehatan Indonesia 2010*. Jakarta : Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Dinas Kesehatan Kota Surabaya. 2013. *Statistik 10 Penyakit Terbanyak tahun 2013*. Surabaya: diakses 20 Januari 2017 <http://dinkes.surabaya.go.id/portal/profil/dkk-dalam-angka/statistik-10-penyakit-terbanyak/>
- Desmita. (2006). *Psikologi Perkembangan*. Bandung : Penerbit PT Remaja Rosdakarya.
- Departemen Kesehatan. 2013. *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Departemen Kesehatan RI.
- Departemen Kesehatan. 2014. *Hipertensi, Mencegah dan mengontrol Hipertensi agar terhindar dari kerusakan Organ Jantung dan Ginjal*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi.
- Departemen kesehatan. 2014. *Situasi Kesehatan Jantung*. Jakarta: Pusat data dan Informasi.
- Departemen Kesehatan. 2012. *Buletin Jendela, Penyakit tidak Menular*. Jakarta: Pusat data dan Informasi Kesehatan..

- Dewi dan Familia. 2010. *Hidup Bahagia Bersama Hipertensi*. Jakarta: A Plus Books.
- Faktul.(2009). *Faktor Kepatuhan Pasien*. Buku Kedokteran EGC. Jakarta.
- Fitriani, S. 2011. *Promosi Kesehatan*. Edisi Pertama. Graha Ilmu. Yogyakarta
- Guyton AC, Hall JE. (2006).*Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Edisi 11. Penerbit Buku Kedokteran EGC. Jakarta.
- Juwita, Lindadkk. (2016). Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Terhadap Kadar Gula Darah Pada Lansia Dengan Diabetes. *Jurnal Ners Lentera*, Vol. 4, No. 1, Maret 2016.
- KemenKes RI. (2014). *Infodatin Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Diabetes*. Jakarta
- Lewis, Dirksen, et. al. 2011. *Medical Surgical Nursing Assessment And Management Of Clinical Poblems Volume 2*. Elsevier Mosby. United State America.
- Mahardika, Sandy, Dani Hasan. (2015). *Pengembangan Media Miniatur Bekisting Pada Kompetensi Dasar Melaksanakan Pekerjaan Acuan/Bekisting*. *Jurnal Kajian Pendidikan Teknik Bangunan*. Vol. 3, No. 3/JKPTB/15(2015) : 28 – 36.
- Morisky, D. & Munter, P, 2009, *New medication adherence scale versus pharmacy fill rates in senior with hipertention*, *American Jurnal Of Managed Care*, Vol.15 No. (1): Hal 59-66
- Morisky, D.E., Ang, A., Krousel-Wood, M., Ward, H.J., 2008. *Predictive validity of medication adherence measure in an outpatient setting*, *Journal of Clinical Hypertension*, Vol. 10, No. 5, p 348-354
- Munadi, Yudhi. 2013. *Media Pembelajaran (Sebuah Pendekatan Baru)*. Cetakan Pertama. REFERENSI (GP Press Group).Jakarta.
- Niven, Neil. 2004. *Psikologi Kesehatan Edisi Kedua*. EGC. Jakarta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2007. *Promosi Kesehatan dan ilmu Perilaku*.Rineka Cipta. Jakarta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. *Promosi kesehatan dan ilmu prilaku*. Jakarta. PT. Rineka Cipta
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta.

- Novitasari R. (2015). *Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kepatuhan Diet Diabetes Mellitus (Dm) Pada Lanjut Usia (Lansia) Di Kelurahan Gayam Kecamatan Sukoharjo*. Surakarta.
- Nugroho, W. 2012. *Keperawatan Gerontik Dan Getriatrik*. EGC. Jakarta.
- Palmer, Anna dan William, Bryan. 2007. *Simple Guides: Tekanan Darah Tinggi*. Jakarta: Erlangga
- Potter, Anne Griffin & Perry, Patricia A. 2005. *Fundamental Keperawatan dan Praktek Buku I Edisi 4*. Jakarta: EGC
- Rakhmawati, Sari. 2013. *Karya Tulis Ilmiah, Hubungan antara derajat hipertensi pada pasien usia lanjut dengan komplikasi organ target di RSUP dokter Kariadi Semarang Periode 2008-2012*. Semarang: Universitas Diponegoro
- Perkumpulan Endokrin Indonesi (PERKENI). (2011). *Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia*. Jakarta.
- Price, S.A dan Wilson.(2006). *Patofisiologi Konsep Klinis Proses-proses Penyakit*. Penerbit Buku Kedokteran EGC. Jakarta.
- Darmojo. B. 2015. *Getriatri (Ilmu Kesehatan Lanjut Usia)*. Edisi 5. Badan Penerbit FKUI. Jakarta.
- Raharjo AS. 2015.*Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kepatuhan Diet Diabetes Melitus Pada Penderita Diabetes Melitus Di Desa Gonilan*. Surakarta.
- Riskesdas. (2013). *Riset kesehatan dasar (Riskesdas)*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Rochmah W. (2007) *Diabetes Mellitus pada Usia Lanjut*. Pusat Penerbitan IPD FKUI. Jakarta.
- Stanley. (2007). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik (Gerontological Nursing: A Health Promotion/Protection approach)*. Edisi 2. Rineka Cipta. Jakarta.
- Tandra, Hans. (2013). *Life Healthy With Diabetes Diabetes Mengapa Dan Bagaimana*. Rapha Publishing. Yogyakarta.
- Udjianti, Wajan Juni. 2010. *Keperawatan Kardiovaskuler*. Jakarta: Salemba Medika.
- Wawan, A dan Dewi, M. 2011. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*. Nuha Medika. Yogyakarta.
- Wulandari, Retno. (2013). *Buletin TUMBUH (Teduh Untuk Sembuh) : Pola Makan 3J bagi Penderita Diabetes Melitus*. Surakarta : Media Komunikasi RS. Dr. Oen Surakarta.