

## ABSTRAK

### **FAKTOR KEPATUHAN *DIETARY APPROACHES TO STOP HYPERTENSION* (DASH) PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS TUBAN**

Oleh :

**LUTFATUL KHOIRIYAH**  
**NIM.P27820522030**

Hipertensi menjadi masalah global dunia yang sering dikatakan sebagai *silent killer*, yang terjadi tanpa tanda dan gejala. Tindakan non farmakologi yang dapat dilakukan, salah satunya yaitu pengaturan pola makan yang dapat dilakukan dengan menggunakan metode diet DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*). Kepatuhan pasien hipertensi pada diet ini masih kurang dan data di puskesmas Tuban, penyakit Hipertensi menempati urutan nomor 2 dari 33 Puskesmas yang ada di Kabupaten Tuban. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor kepatuhan diet DASH pada pasien hipertensi di puskesmas Tuban.

Desain pada penelitian ini deskriptif, populasi penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi yang menjadi anggota prolanis dan sudah diberikan sosialisasi tentang diet DASH di Puskesmas Tuban berjumlah 37 orang. Besar sampel 37 orang. Menggunakan teknik *Total Sampling*. Variabel penelitiannya adalah faktor kepatuhan diet DASH pada pasien hipertensi. Data yang dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner. Data dianalisis deskriptif dengan tabel frekuensi.

Hasil penelitian didapatkan dari beberapa faktor kepatuhan diet DASH yang paling berpengaruh adalah faktor pengetahuan, faktor dukungan keluarga, faktor motivasi pasien, dan faktor pola makan dengan karakteristik pasien hipertensi hampir seluruhnya berumur 56-65 tahun, sebagian besar berjenis kelamin laki-laki, seluruhnya berpendidikan sekolah dasar, dan sebagian besar tidak bekerja.

Kepatuhan diet DASH pada pasien hipertensi dapat dilakukan dengan melibatkan dukungan keluarga, karena keluarga dapat memberikan dukungan sehingga pasien hipertensi termotivasi dan terdorong untuk menjalankan diet DASH secara tertib.

**Kata Kunci : Faktor kepatuhan, diet DASH, Hipertensi**

## **ABSTRACT**

### **FACTOR OF COMPLIANCE DIETARY APPROACHES TO STOP HYPERTENSION (DASH) IN HYPERTENSION PATIENTS AT TUBAN HEALTH CENTER**

**By :**

**LUTFATUL KHOIRIYAH**  
**NIM.P27820522030**

*Hypertension is a global problem that is often said to be a silent killer, which occurs without signs and symptoms. Non-pharmacological actions that can be taken, one of which is dietary regulation that can be done using the DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension) diet method. Hypertension patients' compliance with this diet is still lacking and data at the Tuban Health Center, hypertension disease ranks number 2 out of 33 health centers in Tuban Regency. The purpose of this study was to determine the factors of DASH diet adherence in hypertensive patients at Tuban health center.*

*The design of this study is descriptive, the population of this study is all hypertension patients who are members of prolanis and have been given socialization about the DASH diet at the Tuban Health Center totaling 37 people. The sample size is 37 people. Using the Total Sampling technique. The study variable was the DASH diet adherence factor in hypertensive patients. Data collected through the dissemination of questionnaires. The data was analyzed descriptively with a frequency table.*

*The results of the study were obtained from some of the most influential factors of DASH diet adherence, namely knowledge factors, family support factors, patient motivation factors, and dietary factors with the characteristics of hypertension patients almost all aged 56-65 years, most of whom are male, all of them have an elementary school education, and most of them do not work.*

*Compliance with the DASH diet in hypertensive patients can be done by involving family support, as families can provide support so that hypertensive patients are motivated and encouraged to follow the DASH diet in an orderly manner*

**Keywords : Compliance factor, DASH diet, Hypertension**