

IMPLEMENTASI PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG DIET PADA  
PASIEN HIPERTENSI DALAM PEMENUHAN KEBUTUHAN NUTRISI  
DI RS TK II PELAMONIA MAKASSAR

Nadiyah Khaerunnisa

Tahun 2024

Program Studi Diploma III Keperawatan  
Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Makassar

Nurlina, S.Kep., Ns., M.Kep

Harmawati, S.Kep., Ns., M.Kep

ABSTRAK

**Latar belakang :** Tekanan darah tinggi dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit jantung hingga menyebabkan kematian, jika tidak dikontrol dan tidak ditangani dengan pola makan yang baik. Dengan diberikannya, pendidikan kesehatan mengenai diet pada pasien hipertensi bisa membantu mereka menyadari pentingnya mengatur pola makan agar tekanan darahnya menjadi normal dan terkontrol. **Tujuan :** Mendapatkan hasil pelaksanaan pendidikan kesehatan tentang diet pada pasien hipertensi dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi. **Metode :** Penelitian ini menggunakan rancangan kasus deksriptif dengan pendekatan studi kasus. **Hasil :** Edukasi diet DASH terbukti meningkatkan pemahaman pada kedua responden, dimana terjadi perbaikan skor jawaban benar dari 12 dan 13 menjadi 22. Dan menunjukkan hasil tekanan darah menurun pada Tn.U dari *grade 2* menjadi *grade 1*, meskipun ada peningkatan pada hari kedua akibat ketidakpatuhan diet dan lupa minum obat. Sedangkan pada Tn.S tekanan darah tetap pada *grade* yang sama, namun nilai tekanan darah sistolik menurun. **Kesimpulan :** Edukasi diet DASH dapat meningkatkan pemahaman tentang diet hipertensi dan dapat meningkatkan kepatuhan diet sehingga terjadi perbaikan tekanan darah. **Saran :** Disarankan agar pasien tetap patuh terhadap diet yang dianjurkan saat dirumah dan rutin mengontrol tekanan darahnya.

**Kata kunci :** Diet, Edukasi, Hipertensi.