

SKRIPSI

HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN PERAN KELUARGA DALAM

PENERAPAN DIET DASH (*DIETARY APPROACH TO STOP*

***HYPERTENSION*)**

Di Desa Jiwan Wilayah Kerja Puskesmas Jiwan



SALSABILA RISE SUTARMANTO

NIM 21632044

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2025

SKRIPSI
HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN PERAN KELUARGA DALAM
PENERAPAN DIET DASH (*DIETARY APPROACH TO STOP*
***HYPERTENSION*)**

Di Desa Jiwan Wilayah Kerja Puskesmas Jiwan

SKRIPSI
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Dalam Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Oleh:

SALSABILA RISE SUTARMANTO

NIM 21632044

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2025

SURAT PERNYATAAN

Saya bersumpah bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun.

Madiun, 26 Juli 2025

Yang menyatakan,



Salsabila Rise Sutarmanto

NIM. 21632044

LEMBAR PENGESAHAN
HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN PERAN KELUARGA DALAM
PENERAPAN DIET DASH (*DIETARY APPROACH TO STOP*
***HYPERTENSION*)**

Di Desa Jiwan Wilayah Kerja Puskesmas Jiwan

Salsabila Rise Sutarmanto

SKIRPSI INI TELAH DISETUJUI TANGGAL 30 JULI 2025

Oleh:

Pembimbing I



Laily Isro'in, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0704057002

Dosen Pembimbing 2



Dr. Hery Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0720058001

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep

NIK. 1979121420030212

SURAT PENETAPAN PANITIA PENGUJI

SKRIPSI

Skripsi ini telah diuji dan dinilai oleh panitia penguji Skripsi pada program studi
S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Pada tanggal 4 Agustus 2025

PANITIA PENGUJI

Ketua : Nurul Sri Wahyuni, S.Kep., Ns., M.Kes

()

Anggota : 1. Laily Isro'in, S.Kep., Ns., M.Kep

()

2. Dr. Hery Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep

()

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep

NIK. 1979121420030212

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kami panjatkan kehadiran Allah SWT, berkat rahmat dan hidayahNya saya dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “Hubungan Pengetahuan Dengan Peran Keluarga Dalam Penerapan Diet DASH Di Desa Jiwan Wilayah Kerja Puskesmas Jiwan”. Penyusunan Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan (S.Kep) pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Bersamaan ini perkenankanlah saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada:

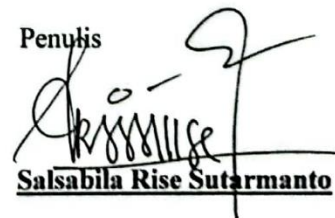
1. Dr. Rido Kurnianto., M.Ag, sebagai Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
2. Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep sebagai Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
3. Siti Munawaroh, S. Kep., Ns., M. Kep sebagai Kepala Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
4. Laily Isro'in, S.Kep., Ns., M.Kep sebagai pembimbing pertama yang sangat baik, selalu sabar memberikan bantuan, bimbingan, saran, arahan, dan motivasi selama proses penyusunan skripsi.
5. Dr. Hery Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep sebagai pembimbing pertama yang sangat baik, selalu sabar memberikan bantuan, bimbingan, saran, arahan, dan motivasi selama proses penyusunan skripsi.

6. Seluruh Bapak Ibu dosen pengajar S1 Keperawatan yang telah memberikan banyak sekali ilmu dan dukungan kepada penulis dalam mengerjakan skripsi.
7. Teruntuk kedua orang tua tercinta yang senantiasa memberikan semangat, motivasi, do'a, dukungan materil/non materil, kasih sayang dan cinta demi keberhasilan penulis dalam mengerjakan skripsi.
8. Teruntuk diri sendiri terima kasih karena telah berusaha serta bertahan dalam menyelesaikan tanggung jawab dan mampu mengejar keterlambatan.
9. Sahabat-sahabat tecinta dan juga orang terkasih yang selalu memberikan bantuan,selalu memberikan semangat, selalu menjadi tempat keluh kesah, dan memberikan motivasi.
10. Serta semua pihak yang tidak dapat disebutkan namanya satu per satu, tetapi yang secara langsung maupun tidak langsung telah memberikan doa dan kontribusi dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan dan belum mencapai kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik serta saran yang membangun guna menyempurnakan proposal ini.

Madiun, 26 Juli 2025

Penulis



Salsabila Rise Sutarmanto

NIM. 21632044

MOTTO

“Rezeki telah dibagi sesuai ketentuan Allah, agar manusia saling membutuhkan dan melengkapi. Maka syukuri bagian yang diberikan, karena rahmat Allah lebih mulia dari segala yang dikumpulkan.”



ABSTRAK
HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN PERAN
KELUARGA DALAM PENERAPAN DIET DASH DI DESA JIWAN
WILAYAH KERJA PUSKESMAS JIWAN

OLEH: SALSABILA RISE SUTARMANTO

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering tidak terdeteksi sejak dini dan dapat menimbulkan komplikasi serius. Penerapan diet *Dietary Approaches to Stop Hypertension* (DASH) dapat membantu mengendalikan tekanan darah, namun keberhasilannya sangat dipengaruhi oleh pengetahuan dan peran keluarga. Penelitian ini bertujuan menganalisis antara pengetahuan dengan peran keluarga dalam penerapan diet DASH di Desa Jiwan Wilayah Kerja Puskesmas Jiwan.

Desain penelitian ini menggunakan deskriptif korelasi dengan menggunakan pendekatan kuantitatif, yang melibatkan 35 KK di desa Jiwan dipilih dengan menggunakan *Simple Random Sampling*. Instrumen penelitian berupa kuesioner terstruktur telah diuji validitas dan reliabilitasnya, mencakup aspek pengetahuan serta peran keluarga. Analisis data menggunakan uji *Fisher's Exact Test* karena lebih dari 20% sel tidak memenuhi asumsi uji *Chi-Square*.

Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 19 responden (54,3%) memiliki pengetahuan kurang baik, dan responden yang memiliki peran keluarga yang kurang sebanyak 25 responden (71,4%). Uji statistik menunjukkan nilai $\rho (0,027) < \alpha (0,05)$ yang berarti terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan dengan peran keluarga dalam penerapan diet DASH di Desa Jiwan, Wilayah Kerja Puskesmas Jiwan.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk meningkatkan pengetahuan serta peran keluarga dalam mendukung penerapan diet pasien hipertensi, sekaligus menegaskan pentingnya edukasi berkelanjutan dan keterlibatan keluarga untuk keberhasilan penerapan diet DASH.

Kata Kunci: Pengetahuan, Peran Keluarga, Hipertensi, Diet DASH

ABSTRACT
**THE RELATIONSHIP BETWEEN KNOWLEDGE LEVEL AND FAMILY
ROLE IN THE IMPLEMENTATION OF THE DASH DIET IN JIWAN
VILLAGE, WORKING AREA OF JIWAN PUBLIC HEALTH CENTER**

BY: SALSABILA RISE SUTARMANTO

Hypertension is a health issue that is often undetected early on and can lead to serious complications. The implementation of the Dietary Approaches to Stop Hypertension (DASH) diet can help control blood pressure, but its success is heavily influenced by knowledge and family support. This study aims to analyze the relationship between knowledge and family support in the implementation of the DASH diet in Jiwan Village, in the working area of the Jiwan Community Health Center.

The research design used a descriptive correlational approach with a quantitative method, involving 35 households in Jiwan village selected using simple random sampling. The research instrument was a structured questionnaire that had been tested for validity and reliability, covering aspects of knowledge and family support. Data analysis was conducted using the Fisher's Exact Test because more than 20% of the cells did not meet the assumptions of the Chi-Square test.

The results showed that 19 respondents (54.3%) had poor knowledge, and 25 respondents (71.4%) had poor family support. The statistical test showed a p -value of $0.027 < \alpha$ (0.05), which means there is a significant relationship between knowledge and family support in the implementation of the DASH diet in Jiwan Village, in the working area of the Jiwan Community Health Center. The findings of this study are expected to serve as a basis for increasing knowledge and family support in implementing diets for hypertensive patients, while also highlighting the importance of continuous education and family involvement for the successful implementation of the DASH diet.

Keywords: Knowledge, Family Role, Hypertension, DASH Diet

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN	i
SAMPUL BELAKANG	ii
SURAT PERNYATAAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PENETAPAN PANITIA PENGUJI	iv
KATA PENGANTAR	v
MOTTO	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1 Tujuan Umum.....	6
1.3.2 Tujuan Khusus.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
1.5 Keaslian Penelitian	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	11
2.1 Konsep Hipertensi	11
2.1.1 Definisi Hipertensi.....	11
2.1.2 Tanda dan Gejala Hipertensi.....	12
2.1.3 Klasifikasi Hipertensi	12
2.1.4 Faktor Resiko Hipertensi	15
2.1.5 Penatalaksanaan Hipertensi	21
2.2 Konsep Pengetahuan	23

2.2.1 Definisi Pengetahuan	23
2.2.2 Jenis-jenis Pengetahuan	24
2.2.3 Tingkat Pengetahuan dalam Ranah Kognitif	25
2.2.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan.....	27
2.2.5 Pengukuran Pengetahuan	31
2.3 Konsep Diet DASH	32
2.3.1 Definisi Diet DASH.....	32
2.3.2 Tujuan Diet DASH	33
2.3.3 Anjuran Diet DASH.....	34
2.3.4 Peran Keluarga Dalam Penerapan Diet DASH.....	36
2.4 Kerangka Teori Penelitian.....	39
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN	40
3.1 Kerangka Konseptual Penelitian	40
3.2 Hipotesis.....	41
BAB 4 METODOLOGI PENELITIAN.....	42
4.1 Desain Penelitian.....	42
4.2 Kerangka Operasional	42
4.3 Populasi, Sampel, Besar Sampel, Sampling.....	44
4.3.1 Populasi.....	44
4.3.2 Sampel	44
4.3.3 Besar Sampel	45
4.3.4 Sampling.....	45
4.4 Variabel Penelitian	45
4.4.1 Variabel Independen (Variabel Bebas).....	45
4.4.2 Variabel Dependen (Variabel Terikat)	46
4.5 Definisi Operasional.....	46
4.6 Instrumen Penelitian.....	47
4.7 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	50
4.7.1 Lokasi.....	50
4.7.2 Waktu Penelitian.....	50
4.8 Prosedur Pengumpulan Data dan Analisa Data.....	50
4.8.1 Prosedur Pengumpulan Data.....	50
4.8.2 Pengelolaan Data	52
4.8.3 Analisa Data.....	54

4.9 Etika Penelitian.....	55
4.10 Keterbatasan Penelitian	57
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	60
5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	60
5.1.1 Data Umum.....	62
5.1.2 Data Khusus.....	66
5.2 Pembahasan	68
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	85
6.1 Kesimpulan.....	85
6.2 Saran.....	85
DAFTAR PUSTAKA	87



DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Definisi Operasional	42
Tabel 5. 1 Distribusi Frekuensi Respondne Berdasarkan Usia Di Desa Jiwan Wilayah Kerja Puskesmas Jiwan	62
Tabel 5. 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Di Desa Jiwan Wilayah Kerja Puskesmas Jiwan	62
Tabel 5. 3 Distribusi Frekuensi Respondne Berdasarkan Pendidikan Di Desa Jiwan Wilayah Kerja Puskesmas Jiwan	63
Tabel 5. 4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan Di Desa Jiwan Wilayah Kerja Puskesmas Jiwan	63
Tabel 5. 5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Informasi Diet Hipertensi Di Desa Jiwan Wilayah Kerja Puskesmas Jiwan	64
Tabel 5. 6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Lama Menderita Hipertensi Di Desa Jiwan Wilayah Kerja Puskesmas Jiwan	64
Tabel 5. 7 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Yang Bertanggung Jawab Dalam Menyiapkan Makanan Di Desa Jiwan Wilayah Kerja Puskesmas Jiwan..	65
Tabel 5. 8 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Rutin Kontrol Di Desa Jiwan Wilayah Kerja Puskesmas Jiwan	65
Tabel 5. 9 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Keluarga Tentang Diet DASH Di Desa Jiwan Wilayah Kerja Puskesmas Jiwan	66
Tabel 5. 10 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Peran Keluarga Dalam Penerapan Diet DASH Di Desa Jiwan Wilayah Kerja Puskesmas Jiwan.....	66
Tabel 5. 11 Distribusi Frekuensi Hubungan Pengetahuan Dengan Peran Keluarga Dalam Penerapan Diet DASH Di Desa Jiwan Wilayah Kerja Puskesmas Jiwan .	67

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....	39
Gambar 3. 1 Kerangka Konseptual	40
Gambar 4. 1 Kerangka Operasional	43



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan.....	90
Lampiran 2 Surat Keterangan Ethical Clearance	91
Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian	92
Lampiran 4 Lembar Penjelasan Penelitian.....	93
Lampiran 5 Surat Keterangan Plagiasi.....	94
Lampiran 6 <i>Informed Consent</i>	95
Lampiran 7 Instrumen Penelitian	100
Lampiran 8 Tabulasi Data Umum Hasil Penelitian	104
Lampiran 9 Tabulasi Data Khusus Hasil Penelitian	107
Lampiran 10 Tabulasi Frekuensi Data Hasil Penelitian.....	111
Lampiran 11 Tabulasi Data Silang Hasil Penelitian	113
Lampiran 12 Dokumentasi Penelitian.....	122
Lampiran 13 Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas	123
Lampiran 14 Hasil Uji Statistik.....	124
Lampiran 15 Lembar Bimbingan.....	126