

SKRIPSI

**HUBUNGAN KEPATUHAN DIET *DASH* DENGAN TEKANAN DARAH PADA
PASIEN HIPERTENSI ETNIS MINANGKABAU
DI KOTA PADANG**

Penelitian Keperawatan Medikal Bedah



**FEBRIAN RIZKIANI
NIM. 2011312013**

**Pembimbing Utama :
Prof. Hema Malini, S.Kp.M.N., Ph.D.**

**Pembimbing Pendamping :
Ns. Randy Refnandes, S.Kep., M.Kep.**

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
2024**

FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
JULI, 2024

Nama : Febrian Rizkiani
NIM : 2011312013

Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Etnis
Minangkabau di Kota Padang

ABSTRAK

Kebiasaan masyarakat Minangkabau mengkonsumsi makanan yang kaya akan lemak dan bersantan serta rendah serat berisiko meningkatkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Diet *DASH* merupakan diet sayuran dan buah yang membantu mengontrol tekanan darah pada pasien hipertensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kepatuhan diet *DASH* dengan tekanan darah pada pasien hipertensi etnis Minangkabau di Kota Padang. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah sampel dalam penelitian 140 orang penderita hipertensi di tiga Puskesmas Kota Padang dengan teknik *accidental sampling*. Instrumen yang digunakan *Hypertension Self-Care Activity Level Effect (H-Scale)* dengan teknik wawancara terpimpin. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa responden memiliki kepatuhan diet *DASH* yang tidak patuh (median 53.00) dan tekanan darah (median 155 mmHg). Berdasarkan uji *spearman* didapatkan bahwa terdapat hubungan kepatuhan diet *DASH* dengan tekanan darah dengan $p=0,000$ ($<0,05$) dan $r=-0,109$. Kesimpulan penelitian masih banyak pasien hipertensi etnis Minangkabau di Kota Padang yang tidak melakukan kepatuhan terhadap dietnya karena dengan melakukan kepatuhan diet *DASH* yang tinggi dapat menurunkan tingkat tekanan darah seseorang. Penderita hipertensi dapat diberikan edukasi seperti brosur yang sebaiknya disesuaikan dengan budaya dan kebiasaan makan Minangkabau, bantu pasien memodifikasi resep makanan tradisional Minangkabau agar lebih sesuai dengan prinsip diet *DASH* tanpa menghilangkan rasa khas.

Kata Kunci : Kepatuhan Diet *DASH*, Tekanan Darah, Hipertensi

Daftar Pustaka : 90 (2008-2023)

FACULTY OF NURSING
ANDALAS UNIVERSITY
JULY, 2024

Name : Febrian Rizkiani
NIM : 2011312013

*Relationship between Diet Compliance and Blood Pressure in Ethnic Hypertension Sufferers
Minangkabau in Padang City*

ABSTRACT

The Minangkabau people's habit of consuming foods that are rich in fat and coconut milk and low in fiber risks increasing blood pressure in hypertensive patients. The DASH diet is a vegetable and fruit diet that helps control blood pressure in hypertensive patients. This study aims to determine the relationship of DASH diet compliance with blood pressure in Minangkabau ethnic hypertensive patients in Padang City. This type of research is quantitative research with a cross sectional approach. The number of samples in the study was 140 people with hypertension in three Puskesmas in Padang City with accidental sampling technique. Instruments used Hypertension Self-Care Activity Level Effect (H-Scale) with guided interview techniques. Based on the results showed that respondents had non-compliant DASH diet compliance (median 53.00) and blood pressure (median 155 mmHg). Based on the Spearman test, it was found that there was a relationship between DASH diet compliance and blood pressure with $p=0.000$ (<0.05) and $r=-0.109$. The conclusion of the study is that there are still many Minangkabau ethnic hypertensive patients in Padang City who do not comply with their diet because high DASH diet compliance can reduce a person's blood pressure level. Hypertensive patients can be given education such as brochures that should be adapted to Minangkabau culture and eating habits, help patients modify traditional Minangkabau food recipes to be more in line with the principles of the DASH diet without losing the distinctive taste.

Keywords: *Diet Compliance DASH, Blood Pressure, Hypertension*

Bibliography: 90 (2008-2023)