

**SKRIPSI**

**PENGARUH PENGGUNAAN VIDEO DIET DASH DALAM  
KONSELING GIZI TERHADAP PENGETAHUAN DAN  
KEPATUHAN PASIEN PROLANIS HIPERTENSI  
DI PUSKESMAS SEYEGAN**



**SRI NIDHA WATY  
P07131323027**

**PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETIKA  
JURUSAN GIZI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA  
TAHUN 2024**

**SKRIPSI**

**PENGARUH PENGGUNAAN VIDEO DIET DASH DALAM  
KONSELING GIZI TERHADAP PENGETAHUAN DAN  
KEPATUHAN PASIEN PROLANIS HIPERTESI  
DI PUSKESMAS SEYEGAN**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Terapan Gizi dan Diethasil dan



**SRI NIDHA WATY  
P07131323027**

**PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETIKA  
JURUSAN GIZI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA  
TAHUN 2024**

**HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Skripsi

**“PENGARUH PENGGUNAAN VIDEO DIET DASH DALAM KONSELING  
GIZI TERHADAP PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN PASIEN  
PROLANIS HIPERTENSI DI PUSKESMAS SEYEGAN”**

Disusun oleh:

SRI NIDHA WATY  
P07131323027

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:

30 Mei 2024

Menyetujui,

Pembimbing Utama,



Nur Hidayat, SKM,M.Kes  
NIP. 196804021992031003

Pembimbing Pendamping,



Rini Wuri Astuti, S.Si.T, M.Gz  
NIP. 198004052008122002

Yogyakarta, 30 Mei 2024

Ketua Jurusan Gizi



Nur Hidayat, SKM,M.Kes ✓  
NIP. 196804021992031003

**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi

**“PENGARUH PENGGUNAAN VIDEO DIET DASH DALAM KONSELING GIZI  
TERHADAP PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN PASIEN PROLANIS  
HIPERTENSI DI PUSKESMAS SEYEGAN”**

Disusun oleh:

SRI NIDHA WATY  
P07131323027

Telah dipertahankan dalam sidang skripsi di dewan penguji  
Pada tanggal: 30 Mei 2024

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,  
Isti Suryani, DCN, M.Kes (.....)  
NIP. 196510031989022001

Anggota,  
Nur Hidayat, SKM, M.Kes (.....)  
NIP. 196804021992031003

Anggota,  
Rini Wuri Astuti, S.Si.T, M.Gz (.....)  
NIP. 198004052008122002

Yogyakarta, 30 Mei 2024  
Ketua Jurusan Gizi

  
Nur Hidayat, SKM, M.Kes  
NIP. 196804021992031003


### HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Sri Nidha Waty

NIM : P07131323027

Tanda Tangan :



Tanggal : 30 Mei 2024

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

---

Nama : Sri Nidha Waty  
NIM : P07131323027  
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika  
Jurusan : Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas Skripsi saya yang berjudul:

**PENGARUH PENGGUNAAN VIDEO DIET DASH DALAM KONSELING GIZI TERHADAP PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN PASIEN PROLANIS HIPERTENS DI PUSKESMAS SEYEGAN.**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta  
Pada tanggal: 30 Mei 2024

Yang menyatakan



Sri Nidha Waty

## KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji dan syukur kehadiran Tuhan yang Maha Esa, dimana atas pertolongan-Nya penulis telah dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “pengaruh penggunaan video diet dash dalam konseling gizi terhadap pengetahuan dan kepatuhan pasien prolans hipertens di Puskesmas Seyegan”

Skripsi ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Iswanto, S.Pd,M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
2. Bapak Nur Hidayat, SKM,M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi dan Pembimbing Utama
3. Bapak Dr. Waluyo, STP,M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
4. Ibu Rini Wuri Astuti, S.Si.T,M.Gz selaku Pembimbing pendamping dan Ibu Isti Suryani, DCN,M.Kes selaku Penguji
5. Kedua orang tua, Babah penulis Kimas Ependi dan Mamak penulis Salnawati, Terima kasih sebesar-besar kepada beliau atas segala bentuk rasa kasih sayang, dukungan serta tiada hentinya selalu mendoakan penulis di setiap langkah
6. Teruntuk adik kesayangan penulis, Desypa Dwi Andara, Triza Faulla Adha, Al-Hafiz Buway Iskandar dan Raden Istiqlal Ependi yang selalu menghibur dan memberi semangat, tumbuhlah menjadi versi yang lebih hebat.
7. Teruntuk Abang, Terima kasih selalu meluangkan waktunya untuk menemani setiap proses walaupun dari jarak yang jauh,

8. Teruntuk Nadila Brigita Riani dan Frisca Sefhia Lady, Terima kasih telah menjadi sosok teman bahkan keluarga yang menemani selama dirantauan.
9. Teruntuk teman-teman RPL Gizi 2023, Terima kasih atas pengalaman dan pembelajaran selama dibangku kuliah walau singkat, *see you on top*.
10. Special teruntuk diri sendiri Sri Nidha Waty, Terima kasih karena tidak menyerah sesulit apapun proses dan setiap langkah yang dilalui, kamu hebat.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini.

Yogyakarta, 21 Mei 2024

Sri Nidha Waty



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS .....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN .....</b>	<b>xiii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xiv</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Ruang Lingkup .....	6
E. Manfaat Penelitian .....	6
F. Keaslian Penelitian .....	7
G. Deskripsi Produk .....	9
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>11</b>
A. Telaah Pustaka .....	11
B. Kerangka Teori .....	35
C. Kerangka Konsep.....	36
D. Hipotesis Penelitian .....	36
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>37</b>
A. Jenis dan Desain Penelitian .....	37
B. Populasi dan Sampel.....	38
C. Waktu dan Tempat.....	39
D. Variabel Penelitian.....	40
E. Definisi Operasional .....	40
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	42
G. Instrumen dan Bahan Penelitian .....	43
H. Uji Validitas dan Relibilitas.....	44
I. Uji Kelayakan Media .....	46
J. Prosedur Penelitian .....	47
K. Manajemen Data .....	48
L. Etika Penelitian .....	50
<b>BAB IV.....</b>	<b>52</b>
<b>HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>52</b>
A. Hasil.....	52
B. Pembahasan .....	62
<b>BAB V .....</b>	<b>69</b>
<b>PENUTUP .....</b>	<b>69</b>
A. Kesimpulan .....	69

B. Saran .....	69
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>70</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>74</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Deskripsi Produk .....	9
Tabel 2. Klasifikasi Hipertensi menurut JNC-7 .....	13
Tabel 3. Derajat Hipertensi Berdasarkan Klasifikasi hipertensi menurut WHO /ISH13	
Tabel 4. Anjuran Diet DASH (2000 kalori/hari) .....	17
Tabel 5. Sumber bahan makanan.....	17
Tabel 6. Kisi-kisi kuisioner pengetahuan tentang diet DASH .....	44
Tabel 7. Hasil Uji Normalitas Pengetahuan dan Kepatuhan Diet .....	49
Tabel 8. Jumlah Penduduk Wilayah Kerja Puskesmas Seyegan .....	54
Tabel 9. Karakteristik Responden .....	55
Tabel 10. Deskripsi Pengetahuan dan Kepatuhan Menurut Karakteristik Responden Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Gizi Menggunakan video diet DASH....	56
Tabel 11. Perbedaan Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Pemberian Konseling Gizi Menggunakan video diet DASH. ....	58
Tabel 12. Perbedaan Kepatuhan Responden Sebelum dan Sesudah Pemberian Konseling Gizi Menggunakan video diet DASH.....	60

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Konsep Perubahan Perilaku .....	35
Gambar 2. Kerangka Konsep .....	36
Gambar 3. Peta wilayah kerja Puskesmas Seyegan.....	53

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Penelitian.....	75
Lampiran 2. Form Identitas Responden .....	81
Lampiran 3. Informed Consent.....	82
Lampiran 4. SAP Konseling Gizi.....	83
Lampiran 5. Penjelasan Sebelum Persetujuan.....	86
Lampiran 6. Leaflet yang digunakan.....	88
Lampiran 7. Hasil Kuisisioner .....	89
Lampiran 8. Analisis data SPSS.....	90
Lampiran 9. Media.....	97
Lampiran 10. Uji Materi untuk Video diet DASH .....	100
Lampiran 11. Uji Media Video Diet DASH.....	103
Lampiran 12. Ethical Cleareance .....	106
Lampiran 13. Surat Izin Penelitian .....	107
Lampiran 14. Surat Izin Penelitian Dinkes Sleman .....	108
Lampiran 15. Surat izin Pendahuluan.....	109
Lampiran 16. Surat Izin Penelitian.....	110
Lampiran 17. Dokumentasi kegiatan.....	111
Lampiran 18. Barcode Video Akses.....	112

## DAFTAR SINGKATAN

BPJS	: Badan Penyelenggara Jaminan Sosial
DASH	: <i>Dietary Approaches to Stop Hypertension</i>
IRT	: Ibu Rumah Tangga
JNC	: Joint National Commite
PC	: Personal Computer
PSP	: Persetujuan Sebelum Penjelasan
RT	: Rukun Tangga
RW	: Rukun Warga
SQ-FFQ	: <i>Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire</i>
UPT	: Unit Pelaksana Teknis
URT	: Ukuran Rumah Tangga
WHO	: <i>World Health Organization</i>

# PENGARUH PENGGUNAAN VIDEO DIET DASH DALAM KONSELING GIZI TERHADAP PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN PASIEN PROLANIS HIPERTENSI DI PUSKESMAS SEYEGAN

Sri Nidha Waty<sup>1</sup>, Nur Hidayat<sup>2</sup>, Rini Wuri Astuti<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup>Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta,  
Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman  
email : [srinidhawati02@gmail.com](mailto:srinidhawati02@gmail.com)

## ABSTRAK

**Latar Belakang:** Angka kejadian hipertensi di dunia sangat tinggi. Angka kejadian hipertensi sejak tahun 1990 hingga tahun 2019 pada penderita usia 30-79 tahun meningkat dari jumlah 650 juta jiwa menjadi 1,28 miliar jiwa. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018), Prevalensi hipertensi di Daerah Istimewa Yogyakarta sebesar 11.01% atau lebih tinggi jika dibandingkan dengan angka nasional (8,8%). Video merupakan media konseling gizi yang menarik, tidak monoton sehingga pesan yang disampaikan mudah dipahami karena penggunaan audiovisual melibatkan semua perangkat sensorik.

**Tujuan:** Mengetahui pengaruh konseling gizi menggunakan media video terhadap pengetahuan dan kepatuhan tentang diet DASH pada pasien prolans di Puskesmas Seyegan.

**Metode:** Jenis penelitian eksperimen semu (quasi experimental) dengan design penelitian one group *pretest-posttest*. Analisis data dengan menggunakan komputersasi uji statistik *Paired T-Test* menggunakan taraf signifikan *Paired T-Test* menggunakan taraf signifikan  $p < 0.05$  dan uji *Wilcoxon* jika data distribusi tidak normal.

**Hasil:** Skor rata-rata pengetahuan responden sebelum diberikan konseling gizi adalah 16.32, sedangkan setelah diberikan konseling gizi menggunakan media video didapatkan skor rata-rata responden 18.69, dan Persentase rata-rata kepatuhan konsumsi natrium sebelum diberikan konseling gizi adalah 2339 mg/hari, sedangkan setelah diberikan konseling gizi menggunakan media video di dapatkan skor rata-rata kepatuhan diet responden 2051 mg/hari.

**Kesimpulan:** Ada pengaruh pemberian video diet DASH dalam konseling gizi terhadap pengetahuan dan kepatuhan pasien prolans hipertensi di Puskesmas Seyegan.

**Kata Kunci :** Video animasi, Hipertensi, Pengetahuan, Kepatuhan

# THE EFFECT OF USING DIET DASH VIDEOS IN NUTRITIONAL COUNSELING ON THE KNOWLEDGE AND COMPLIANCE OF PROLANIS HYPERTENSION PATIENTS IN HEALTH CENTER SEYEGAN

Sri Nidha Waty, Nur Hidayat<sup>2</sup>, Rini Wuri Astuti<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Nutrition Department, Health Polytechnic, Ministry of Health, Yogyakarta,  
Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman  
email: [srinidhawati02@gmail.com](mailto:srinidhawati02@gmail.com)

## ABSTRACT

**Background:** *The incidence of hypertension in the world is very high. The incidence of hypertension from 1990 to 2019 in sufferers aged 30-79 years increased from 650 million people to 1.28 billion people. Based on Basic Health Research data (Riskesdas, 2018), the prevalence of hypertension in the Special Region of Yogyakarta is 11.01% or higher when compared to the national figure (8.8%). Video is an interesting, non-monotonous nutritional counseling medium so that the message conveyed is easy to understand because the use of audiovisuals involves all sensory devices.*

**Objective:** *To determine the effect of nutritional counseling using video media on knowledge and adherence to the DASH diet in prolanis patients at the Seyegan Community Health Center*

**Method:** *This type of quasi-experimental research (quasi experimental) with a one group pretest-posttest research design. Data analysis using a computerized Paired T-Test statistical test using a significance level. Paired T-Test using a significance level of  $p < 0.05$  and the Wilcoxon test if the data distribution is not normal.*

**Results:** *The average knowledge score of respondents before being given nutritional counseling was 16.32, whereas after being given nutritional counseling using video media, the average score of respondents was 18.69, and the average percentage of compliance with sodium consumption before being given nutritional counseling was 2339 mg/day, whereas after being given Nutrition counseling using video media obtained an average score of respondents' dietary compliance of 2051 mg/day.*

**Conclusion:** *There is an effect of providing the DASH diet video in nutritional counseling on the knowledge and compliance of hypertensive prolanis patients at the Seyegan Health Center.*

**Keywords:** *Animated video, Hypertension, knowledge, obedience*