

SKRIPSI

**KONSELING GIZI DENGAN MEDIA *TELEHEALTH* BERKSIAT
(BERSAMA KITA SEHAT) UNTUK MENINGKATKAN
PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN DIET DASH
PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS GAMPING I**



**HASNA AFIFAH
NIM. P07131221008**

**PRODI GIZI DAN DIETETIKA PROGRAM SARJANA TERAPAN
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2025**

SKRIPSI

**KONSELING GIZI DENGAN MEDIA *TELEHEALTH* BERKSIAT
(BERSAMA KITA SEHAT) UNTUK MENINGKATKAN
PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN DIET DASH
PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS GAMPING I**

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



**HASNA AFIFAH
NIM. P07131221008**

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

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi

"Konseling Gizi Dengan Media *Telehealth* Berkinerja (Bersama Kita Sehat) Untuk Meningkatkan Pengetahuan Dan Kepatuhan Diet Dash Pasien Hipertensi Di Puskesmas Gamping I"

Disusun oleh :

Hasna Afifah

P0713121008

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :
15 Maret 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama,



Nurhidayat, SKM, M.Kes
NIP. 196804021992031003

Pembimbing Pendamping,



Rini Wuri Astuti, S.SIT, M.GZ
NIP. 198004052008122002

Yogyakarta, 15 Maret 2025

Ketua Jurusan Gizi
Poltekkes Kemenkes Yogyakarta



Nurhidayat, SKM, M.Kes
NIP. 196804021992031003

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

"KONSELING GIZI DENGAN MEDIA *TELEHEALTH* BERKAIT (BERSAMA KITA SEHAT) UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN DIET DASH PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS GAMPING I"

Disusun oleh :
HASNA AFIFAH
NIM. P0713121008

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji Pada tanggal
16 Maret 2025

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Dr. Slamet Iskandar, SKM, M.Kes
NIP. 197001051994031003

()

Anggota,
Nurhidayat, SKM, M.Kes
NIP. 196804021992031003

()

Anggota,
Rini Wuri Astuti, S.SIT, M.GZ
NIP. 198004052008122002

()

Yogyakarta, 16 Maret 2025
Ketua Jurusan Gizi
Poltekkes Kemenkes Yogyakarta



Nurhidayat, 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 : Hasna Afifah

NIM : P07131221008

Tanda Tangan :



Tanggal : 16 Maret 2025

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

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

Nama : Hasna Afifah
NIM : P07131221008
Program Studi : Sarjana Terapan
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 :

Konseling Gizi Dengan Media *Telehealth Berkiat* (Bersama Kita Sehat) Untuk Meningkatkan Pengetahuan Dan Kepatuhan Diet Dash Pasien Hipertensi Di Puskesmas Gamping I

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 : 28 Juli 2025

Yang menyatakan



(Hasna Afifah)

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Proposal Skripsi. Penulisan Proposal Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika pada Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Skripsi ini terwujud atas bimbingan, dari Bapak Nurhidayat SKM, M. Kes selaku pembimbing utama dan Ibu Rini Wuri Astuti, S.SiT, M.Gz selaku pembimbing pendamping.

Pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Dr. Iswanto, S.Pd, M.Kes, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Nur Hidayat, SKM, M.Kes, selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
3. Dr. Waluyo, STP, M.Kes, selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika.
4. Dr. Slamet Iskandar, SKM. M. Kes, selaku Ketua Dewan Penguji
5. Nur Hidayat, SKM, M.Kes, selaku Anggota Dewan Penguji
6. Rini Wuri Astuti, S.SiT, M.Gz, selaku Anggota Dewan Penguji
7. Orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral; dan
8. Sahabat yang telah banyak membantu saya dalam menyelesaikan Tugas akhir ini.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Yogyakarta, 10 Juni 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
ABSTRAK	xi
ABSTRACT	xii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	2
C. Tujuan Penelitian	2
D. Ruang Lingkup Penelitian	3
E. Manfaat Penelitian	3
F. Keaslian Penelitian	4
G. Karakteristik Produk	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Telaah Pustaka	9
B. Kerangka Teori	29
C. Kerangka Konsep	29
D. Hipotesis Penelitian	30
BAB III METODE PENELITIAN	33
A. Jenis Penelitian	33
C. Populasi dan Sampel	34
D. Tempat dan Waktu Penelitian	36
E. Variabel Penelitian	36
F. Definisi Operasional Penelitian	36
G. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	39
H. Instrumen dan Bahan Penelitian	39
I. Uji Validitas dan Reliabilitas	41
J. Prosedur Penelitian	42
K. Manajemen Data	44
L. Etika Penelitian	48
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	50
A. Hasil Penelitian	50
B. Pembahasan	65
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	71
A. Kesimpulan	71
B. Saran	72
DAFTAR PUSTAKA	73
LAMPIRAN	81

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	4
Tabel 2. Klasifikasi tekanan darah	10
Tabel 3. Kriteria Asupan Diet DASH.....	17
Tabel 4. Daftar Anjuran Porsi Diet DASH (2000 kkal/hari)	17
Tabel 5. Makanan yang dianjurkan dan tidak dianjurkan untuk diet DASH	18
Tabel 6. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	39
Tabel 7. Kisi-kisi Kuesioner Pengetahuan	40
Tabel 8. Normalitas Data Pengetahuan	46
Tabel 9. Normalitas Data Kepatuhan Diet DASH.....	47
Tabel 10. Wilayah Kerja Puskesmas Gamping I Tahun 2024	51
Tabel 11. 10 Besar Penyakit di Puskesmas Gamping I	51
Tabel 12. Karakteristik Responden	52
Tabel 13. Persentase responden yang menjawab benar berdasarkan kuesioner pengetahuan kelompok Leaflet	55
Tabel 14. Persentase responden yang menjawab benar berdasarkan kuesioner pengetahuan kelompok Telehealth BERKIAT	56
Tabel 16. Hasil Uji <i>Paired Sample T Test</i> dan <i>Wilcoxon</i> Skor Pengetahuan	57
Tabel 15. Hasil Uji <i>Mann Whitney</i> dan <i>Independent Sample T Test</i> Skor Pengetahuan ...	58
Tabel 17. Persentase kepatuhan responden berdasarkan pemenuhan SQFFQ diet DASH kelompok Leaflet	61
Tabel 18. Persentase kepatuhan responden berdasarkan pemenuhan SQFFQ diet DASH kelompok Telehealth BERKIAT	62
Tabel 20. Hasil Uji <i>Wilcoxon</i> Skor Kepatuhan Diet DASH	63
Tabel 19. Hasil Uji <i>Mann Whitney</i> Skor Kepatuhan Diet DASH	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Teori Operant Conditioning.....	22
Gambar 2. Teori The transtheoretical model (TTM)	23
Gambar 3. Kerangka Teori.....	29
Gambar 4. Kerangka Konsep	29
Gambar 5. Rancangan Penelitian	33
Gambar 6. Jalannya Penelitian	43
Gambar 7. Peta Wilayah Kerja Puskesmas Gamping I.....	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Penelitian	82
Lampiran 2. Penjelasan Untuk Mengikuti Penelitian (PSP)	83
Lampiran 3. Informed Consent	84
Lampiran 4. Formulir Data Diri/Identitas Responden	85
Lampiran 5. Lembar SQFFQ	87
Lampiran 6. Satuan Pelajaran Konseling	90
Lampiran 7. Uji Kelayakan Materi.....	99
Lampiran 8. Kuesioner Pengetahuan.....	101
Lampiran 9. Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner	103