

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

“Konseling Gizi Menggunakan Media *Telehealth* Berkiat (Bersama Kita Sehat)
Untuk Menurunkan Asupan Natrium Dan Meningkatkan Asupan Serat Pasien
Hipertensi Di Puskesmas Gamping I”

Disusun oleh :

DEVI DWI YOLANI
NIM. P07131221017

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:

13 Maret 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama,



Nur Hidayat, SKM, M.Kes
NIP.196804021992031003

Pembimbing Pendamping,



M. Primiaji Rialihanto, S.ST, M.Kes
NIP.196606181989021001

Yogyakarta, 13 Maret 2025
Ketua Jurusan Gizi



Nur Hidayat, SKM, M.Kes
NIP.196804021992031003

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**“Konseling Gizi Menggunakan Media *Telehealth* BERKIAT (Bersama Kita Sehat)
Untuk Menurunkan Asupan Natrium Dan Meningkatkan Asupan Serat Pasien
Hipertensi Di Puskesmas Gamping I”**

Disusun oleh:

DEVI DWI YOLANI

NIM. P07131221017

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji

Pada Tanggal : 14 Maret 2025

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

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

(.....)


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


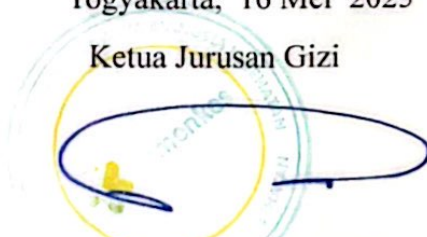
(.....)

Anggota,
M. Primiaji Rialihanto, S.ST, M.Kes
NIP.196606181989021001

(.....)


Yogyakarta, 16 Mei 2025

Ketua Jurusan Gizi

Nur Hidayat, SKM, M.Kes
NIP. 196804021992031003

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat – Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan 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, 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 Poltekkes Kemenkes Yogyakarta sekaligus Dosen Pembimbing Utama yang telah meluangkan waktu untuk memberikan pengarahan, bimbingan dan masukan kepada penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
3. Bapak Dr. Waluyo, STP, M.Kes selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
4. Bapak M. Primiaji Rialihanto, S.ST, M.Kes selaku Dosen Pembimbing Pendamping yang telah meluangkan waktu untuk memberikan pengarahan, bimbingan dan masukan kepada penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Ibu Isti Suryani, DCN, M.Kes selaku Dosen Penguji pada penelitian ini yang telah memberikan masukan dan saran terhadap skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Jurusan Gizi yang telah memberikan banyak ilmunya.
7. Keluarga saya khususnya Bapak Masudi, Ibu Erna Saridewi dan Fabian Giovano yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral.
8. Sahabat dan orang-orang terdekat yang telah banyak membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Subyek Penelitian dan pihak yang membantu penelitian yang tidak bisa saya sebutkan satu-persatu.

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, 13 Maret 2025

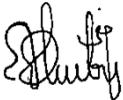
Devi Dwi Yolani

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan sumber baik yang dikutip maupun
drujuk telah saya nyatakan benar

Nama : Devi Dwi Yolani

NIM : P07131221017

Tanda Tangan : 

Tanggal : 30 Juli 2025

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda
tangan dibawah ini :

Nama : Devi Dwi Yolani

NIM : P07131221017

Program Studi : Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan

Jurusan : Gizi

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

“Konseling Gizi Menggunakan Media *Telehealth* Berkiat (Bersama Kita Sehat)
Untuk Menurunkan Asupan Natrium Dan Meningkatkan Asupan Serat Pasien
Hipertensi Di Puskesmas Gamping I”

Berserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti
Noneklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalih
media/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 Juli 2025

Yang menyatakan

A handwritten signature in black ink is written over a portion of a yellow 10,000 Indonesian Rupiah banknote. The signature is cursive and appears to read 'Devi Dwi Yolani'. The banknote features the number '10000' and the serial number '1D321AMX426385346'.

(Devi Dwi Yolani)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Ruang Lingkup.....	6
E. Manfaat Penelitian	7
F. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II.....	13
TINJAUAN PUSTAKA.....	13
A. Telaah Pustaka.....	13
B. Kerangka Teori.....	39
C. Kerangka Konsep.....	40
D. Hipotesis.....	40
BAB III	41
METODE PENELITIAN.....	41
A. Jenis Penelitian.....	41
B. Rancangan Penelitian	41
C. Populasi dan Sampel	42
D. Waktu dan Tempat.....	44
E. Variabel Penelitian	45
F. Definisi Operasional Variabel Penelitian	46
G. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	47
H. Instrumen	48
I. Uji Kelayakan.....	49

J. Prosedur Penelitian.....	50
K. Manajemen Data	58
L. Etika Penelitian	63
BAB IV	64
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	64
A. Hasil	64
B. Pembahasan.....	76
BAB V.....	85
PENUTUP.....	85
A. Kesimpulan	85
B. Saran.....	86
DAFTAR PUSTAKA	87
LAMPIRAN.....	94

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian	9
Tabel 2. Keaslian Penelitian	10
Tabel 3. Keaslian Penelitian	11
Tabel 4. Keaslian Penelitian	12
Tabel 5. Kategori Hipertensi	14
Tabel 6. Kriteria Asupan Diet DASH.....	25
Tabel 7. Definisi Operasional Prosedur	46
Tabel 8. Kategori Kelayakan Media.....	50
Tabel 9. Kategori Kelayakan Materi	50
Tabel 10. Hasil Usebility Testing	53
Tabel 11. Uji Normalitas Asupan Natrium.....	60
Tabel 12. Uji Normalitas Asupan Serat.....	61
Tabel 13. Wilayah Kerja Puskesmas Gamping 1	64
Tabel 14. Pola Persebaran Penyakit	65
Tabel 15. Homogenitas Katakteristik Responden	67
Tabel 16. Uji Homogenitas Asupan Awal Responden.....	69
Tabel 17. Asupan Natrium Sebelum dan Sesudah Konseling Gizi	70
Tabel 18. Asupan Serat Sebelum dan Sesudah Konseling Gizi	72
Tabel 19. Perbedaan Asupan Natrium Setelah Konseling Gizi.....	74
Tabel 20. Perbedaan Asupan Serat Setelah Konseling Gizi.....	75

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerucut Pengalaman Edgar Dale	32
Gambar 2. Kerangka Teori Faktor Faktor Pendorong Perilaku Kesehatan.....	39
Gambar 3. Kerangka Konsep	40
Gambar 4. Rancangan Penelitian	41
Gambar 5. Bagan Proses Penyusunan Media.....	52
Gambar 6. Bagan Pelaksanaan Eksperimen.....	55
Gambar 7. Peta Wilayah Puskesmas Gamping I.....	65

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Formulir Identitas Responden	95
Lampiran 2. Penjelasan Untuk Mengikuti Penelitian	96
Lampiran 3. Formulir recall 24 jam	97
Lampiran 4. Uji Kelayakan Media	98
Lampiran 5. Uji Kelayakan Materi	100
Lampiran 6. Design Media Telehealth	106
Lampiran 7. Design Media Leaflet	111
Lampiran 8. Anggaran	112
Lampiran 9. Jadwal Penelitian	113
Lampiran 10. Langkah Konseling	114
Lampiran 11. Satuan Pelajaran Konseling	116
Lampiran 12. Perhitungan Recall	126
Lampiran 13. Rekap Data	127
Lampiran 14. Analisis Data SPSS	133
Lampiran 15. Dokumentasi Kegiatan	156