

SKRIPSI

**PENGARUH PENGEMBANGAN INFOGRAFIS PADA PENYULUHAN
DIET DASH TERHADAP PERUBAHAN PENGETAHUAN, SIKAP,
ASUPAN NATRIUM, DAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN RAWAT
JALAN HIPERTENSI
DI PUSKESMAS MLATI II**



**AYU HENY YULIANTI
P71312325145**

**PRODI GIZI DAN DIETETIKA PROGRAM SARJANA TERAPAN
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2026**

**PENGARUH PENGEMBANGAN INFOGRAFIS PADA PENYULUHAN
DIET DASH TERHADAP PERUBAHAN PENGETAHUAN, SIKAP,
ASUPAN NATRIUM, DAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN RAWAT
JALAN HIPERTENSI
DI PUSKESMAS MLATI II**

Diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Terapan Gizi



**AYU HENY YULIANTI
P71312325145**

**PRODI GIZI DAN DIETETIKA PROGRAM SARJANA TERAPAN
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2026**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi

Pengaruh Pengembangan Infografis Pada Penyuluhan Diet Dash Terhadap
Perubahan Pengetahuan, Sikap, Asupan Natrium, dan Tekanan Darah pada Pasien
Rawat Jalan Hipertensi di Puskesmas Mlati II

*The Effect of Infographic Development on Dash Diet Counseling on Changes in
Knowledge, Attitude, Sodium Intake, and Blood Pressure in Hypertension
Outpatients at Mlati II Community Health Center*

Disusun Oleh:

AYU HENY YULIANTI
P71312325145

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:

30 Juni 2026

Menyetujui,

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,


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


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

Yogyakarta, 30 Juni 2026

Ketua Jurusan Gizi


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

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi

Pengaruh Pengembangan Infografis Pada Penyuluhan Diet Dash Terhadap
Perubahan Pengetahuan, Sikap, Asupan Natrium, Dan Tekanan Darah Pada Pasien
Rawat Jalan Hipertensi Di Puskesmas Mlati II

*The Effect of Infographic Development on Dash Diet Counseling on Changes in
Knowledge, Attitude, Sodium Intake, and Blood Pressure in Hypertension
Outpatients at Mlati II Community Health Center*

Disusun Oleh

AYU HENY YULIANTI
NIM.P71312325145

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji
Pada Tanggal.....30 Juni 2024.....2024

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,

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

(.....)

Anggota,

Esthy Rahman Asih, M.Sc
NIP. 198504152014022004

(.....)

Anggota,

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

(.....)

Yogyakarta, 30 Juni 2024
Ketua Jurusan Gizi



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

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Ayu Heny Yulianti

NIM : P71312325145

Tanda Tangan:



Tanggal : 30 Juni 2024

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

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

Nama : Ayu Heny Yulianti
NIM : P71312325145
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 Royalti – Free Right*)** atas Skripsi saya yang berjudul :

Pengaruh Pengembangan Infografis Pada Penyuluhan Diet Dash Terhadap Perubahan Pengetahuan, Sikap, Asupan Natrium, dan Tekanan Darah pada Pasien Rawat Jalan Hipertensi di Puskesmas Mlati II

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif 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 pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta

Pada tanggal : 20 Juni 2026

Yang Menyatakan



(Ayu Heny Yulianti)

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Gizi pada Prodi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan 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 terimakasih kepada:

1. Dr. Iswanto., S.Pd. M.Kes, Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Nur Hidayat, SKM. M. Kes, selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
3. Ibu Lastmi Wayansari, S.Gz, MPH selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika.
4. Isti Suryani.,DCN.M Kes. Dietisien selaku pembimbing utama.
5. Rini Wuri Astuti., S.Si.T. M.Gizi selaku pembimbing pendamping.
6. Esthy Rahman Asih., M.Sc selaku dosen penguji.
7. Dr. Raditya Kusuma Tejamurti selaku Kepala Puskesmas Mlati II.
8. Para responden yang telah meluangkan waktu dan membantu proses penelitian sehingga dapat berjalan lancar.
9. Kedua orang tua dan keluarga yang selalu memberikan kasih sayang, doa, dan dukungan menjadi sumber semangat dalam penulis menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
10. Sahabat – sahabat saya yang selalu memberikan motivasi, dan semangat dalam setiap langkah penyusunan skripsi ini.

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

Yogyakarta, 30 Juni 2026

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN ORISINALITAS	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI....	vi
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Ruang Lingkup	5
E. Manfaat Penelitian.....	5
F. Keaslian Penelitian	6
BAB II.....	10
TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Telaah Pustaka	10
B. Kerangka Teori	36
C. Kerangka Konsep	37
D. Hipotesis.....	37
BAB III	38
METODELOGI PENELITIAN	38
A. Jenis dan Desain Penelitian	38
B. Populasi dan Sampel	39
C. Waktu dan Tempat.....	40
D. Variabel Penelitian.....	41
E. Definisi Operasional Variasi Penelitian.....	41
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	43
G. Alat Ukur/Instrumen dan Bahan Penelitian.....	44
H. Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner	46
I. Uji Kelayakan Materi	48
J. Prosedur Penelitian.....	49
K. Manajemen Data	51
L. Etika Penelitian	55
M. Hambatan Penelitian	56
BAB IV	57
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	57
A. Gambaran Umum Lokasi	57
B. Hasil Penelitian	58

C. Pembahasan.....	66
BAB V.....	76
PENUTUP	76
A. Kesimpulan.....	76
B. Saran.....	77
DAFTAR PUSTAKA.....	78
LAMPIRAN	78

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Keaslian Penelitian	6
Tabel 2. Klasifikasi Tekanan Darah	16
Tabel 3. Karakteristik Diet DASH	24
Tabel 4. Daftar Anjuran Porsi Diet DASH (2000kkal/hari)	26
Tabel 5. Makanan Yang Dianjurkan dan Tidak Dianjurkan Untuk Diet DASH	27
Tabel 6. Definisi Operasional	41
Tabel 7. Kisi - kisi Pengetahuan Tentang Diet DASH	45
Tabel 8. Kisi – kisi Sikap Tentang Diet DASH	46
Tabel 9. Interpretasi Kelayakan Media Infografis	49
Tabel 10. Klasifikasi Skala Likert	53
Tabel 11. Gambaran Umum Subjek Penelitian	59
Tabel 12. Hasil Uji Normalitas	60
Tabel 13. Pengetahuan Pre Test dan Post Test	60
Tabel 14. Sikap <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i>	61
Tabel 15. Asupan Natrium Pre Test dan Post Test	61
Tabel 16. Tekanan Darah Sistolik Pre Test dan Post Test	62
Tabel 17. Tekanan Darah Sistolik Pre Test dan Post Test	62
Tabel 18. Hasil Analisis Pengetahuan Dengan Uji <i>Paired Sample T-Test</i>	63
Tabel 19. Hasil Analisis Sikap Dengan Uji <i>Paired Sample T-Test</i>	63
Tabel 20. Hasil Analisis Asupan Natrium Uji <i>Paired Sample T-Test</i>	64
Tabel 21. Hasil Analisis Tekanan Darah Sistolik Dengan Uji <i>Wilcoxon</i>	65
Tabel 22. Hasil Analisis Tekanan Darah Diastolik Uji <i>Wilcoxon</i>	66

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori	36
Gambar 2. Kerangka Konsep	37
Gambar 3. Rancangan Penelitian	38

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Form Penjelasan Sebelum Penelitian (PSP)	86
Lampiran 2. informed consent form.....	87
Lampiran 3. Materi.....	88
Lampiran 4. Kuesioner Pengetahuan.....	91
Lampiran 5. Kuesioner Sikap	93
Lampiran 6. Media Infografis.....	94
Lampiran 7. Uji kelayakan Media.....	95
Lampiran 8. Keterangan Layak Etik.....	100
Lampiran 9. Uji Validitas Kuesioner.....	101
Lampiran. 10. Uji Reliabilitas.....	102
Lampiran 11. Form SQFFQ.....	103
Lampiran 12. Master Tabel Penelitian.....	104
Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian.....	105
Lampiran 14. Uji Statistik.....	107