

ABSTRAK
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA HUSADA PALEMBANG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
Skripsi, Agustus 2024

ANISYAH

Pengaruh Terapi Diet *DASH* (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) terhadap Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Seri Tanjung (XII + 60 Halaman + 10 Tabel + 2 Bagan + 8 Lampiran)

Hipertensi, penyakit yang sering terjadi seiring bertambahnya usia, dapat menyebabkan kematian. Data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menunjukkan bahwa sekitar 1,13 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi, yang berarti 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis penyakit tersebut. Jumlah ini diperkirakan akan meningkat setiap tahun, dengan perkiraan bahwa pada tahun 2025, jumlah penderita hipertensi akan mencapai 1,5 miliar orang, dan diperkirakan 9,4 juta orang meninggal setiap tahun karena komplikasi hipertensi dan penyakit lainnya.

Peneliti bertujuan Untuk mengetahui Pengaruh terapi diet *DASH* (*Dietary Approaches To Stop Hypertension*) terhadap Tekanan Darah pada penderita Hipertensi pada Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Seri Tanjung.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian Kuantitatif, desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian *Pre Eksperimen* dengan *Pre Test and Post Test*. Desain penelitian ini digunakan untuk membandingkan sebelum dan sesudah di berikan terapi diet *DASH* (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) terhadap Tekanan darah pada Lansia Hipertensi.

Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* untuk pengaruh tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah terapi diet *DASH*, pada didapat p value 0,000 α (0,05), ini menunjukkan terapi diet *DASH* berpengaruh secara signifikan terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

Disimpulkan ada pengaruh terapi diet *DASH* (*Dietary Approaches To Stop Hypertension*) terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Seri Tanjung Tahun 2024 (p value 0,000).

Kata Kunci : **Diet *Dash*, Hipertensi**
Daftar Pustaka : **23 (2021-2024)**

ABSTRACT
INSTITUTE OF HEALTH SCIENCE
BINA HUSADA PALEMBANG
NURSING STUDIES PROGRAM
Thesis, August 2024

ANISYAH

The Effect of DASH Diet Therapy (Dietary Approaches to Stop Hypertension) on Blood Pressure in Hypertensive Elderly in the UPTD Work Area of Seri Tanjung Community Health Center

(XII + 60 Pages + 10 Tables + 2 Charts + 8 Attachments)

Hypertension, a disease that often occurs with age, can cause death. Data from the World Health Organization (WHO) shows that around 1.13 billion people worldwide suffer from hypertension, which means 1 in 3 people in the world are diagnosed with this disease. This number is expected to increase every year, with estimates that in 2025, the number of people suffering from hypertension will reach 1.5 billion people, and an estimated 9.4 million people die every year due to complications of hypertension and other diseases.

Researchers aim to determine the effect of diet therapy DASH (Dietary Approaches To Stop Hypertension) on Blood Pressure in Hypertension sufferers in the UPTD Puskesmas Seri Tanjung Working Area. This research is a type of

Quantitative research, the design used in this research is Pre-Experimental research with Pre Test and Post Test. This research design was used to compare before and after being given DASH diet therapy (Dietary Approaches to Stop Hypertension) on blood pressure in elderly people with hypertension. Based on statistical tests using the Wilcoxon Signed Ranks Test for the effect of systolic blood pressure before and after DASH diet therapy, If the p value is $0.000 < \alpha (0.05)$, this shows that DASH diet therapy has a significant effect on blood pressure in elderly people with hypertension.

It can be concluded that there is an effect of DASH (Dietary Approaches To Stop Hypertension) diet therapy on blood pressure in hypertensive elderly in the UPTD Work Area of the Seri Tanjung Community Health Center in 2024 (p value 0.000).

Keywords: Dash Diet, Hypertension

Bibliography: 23 (2021-2024)