

ABSTRAK

Tingginya kasus penderita hipertensi salah satunya disebabkan karena pola hidup yang tidak sehat, hal ini dikarenakan kurangnya pengetahuan yang dapat mempengaruhi perilaku. Tujuan penelitian ini memberikan pendidikan Kesehatan dengan menggunakan media *Booklet* diet DASH dalam meningkatkan pola hidup sehat khususnya pola makan pada Tn.A dengan masalah manajemen Kesehatan tidak efektif di Desa Berbek RT 08 RW 03.

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus, penelitian ini dilakukan 3 hari kunjungan dengan durasi 15-20 menit, Metode pengumpulan data yang dilakukan dengan wawancara, observasi, edukasi diet DASH, dan dokumentasi menggunakan format asuhan keperawatan keluarga, intervensi dan implementasi asuhan keperawatan menggunakan SDKI, SLKI dan SIKI.

Hasil penelitian didapatkan pengkajian pada penderita hipertensi di keluarga Tn A dengan masalah manajemen Kesehatan tidak efektif. Setelah dilakukan implementasi selama 3 hari dengan durasi 15-20 menit didapatkan hasil adanya peningkatan pengetahuan penyakit hipertensi dan perilaku pola hidup sehat pada keluarga Tn.A.

Pendidikan Kesehatan menggunakan media *Booklet* diet DASH terbukti dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku pada seseorang, diharapkan bagi tenaga Kesehatan untuk mengaplikasikan pendidikan kesehatan menggunakan media *Booklet* secara maksimal kepada pasien.

Kata kunci : Hipertensi, Manajemen Kesehatan tidak efektif, *Booklet*, diet DASH