

ABSTRAK

Tingginya kasus hipertensi yang meningkat disebabkan oleh satunya karena pengetahuan masyarakat yang kurang dalam pelatalaksanaan pola makan, hal ini disebabkan faktor budaya, lingkungan, dan pendidikan yang dapat mempengaruhi pengetahuan dan sikap pada penderita hipertensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian pendidikan kesehatan terhadap pengaruh pengetahuan dan sikap penderita hipertensi tentang diet DASH di Desa Berbek RW 03 Waru Sidoarjo

Desain penelitian ini adalah *pra- experimental* dengan pendekatan *one group pre-test post-test design* design. Populasi adalah semua warga yang mempunyai hipertensi di Desa Berbek RW 03 Waru Sidoarjo sebanyak 62 responden, jumlah sampel 56 responden Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Variable independen dalam penelitian ini adalah Pendidikan Kesehatan diet DASH dan variabel dependent dalam penelitian ini adalah pengetahuan dan sikap terhadap penderita hipertensi. Instrumen yang digunakan adalah kuisioner. Analisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan tingkat signifikan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan diet DASH sebanyak 31 responden (55,4%) memiliki pengetahuan dalam kategori kurang, dan sebanyak 36 responden (63,3%) memiliki sikap dalam kategori negative. Setelah diberikan pendidikan kesehatan diet DASH sebagian besar 41 responden (73,2%) memiliki pengetahuan dalam kategori baik, dan sebagian besar 44 responden (77,6%) memiliki dalam kategori sikap *positive*. Hasil uji *wilcoxon sign rank test* dengan nilai kemaknaan $\alpha = 0,05$. Di dapatkan hasil analisis data pengetahuan dengan nilai $\rho = value$ 0,000, dan hasil analisis data sikap dengan nilai $\rho = value$ 0,000. Yang berarti $\rho - value < \alpha$ jadi ada pengaruh pendidikan kesehatan diet DASH terhadap pengetahuan dan sikap penderita hipertensi Di Desa Berbek RW 03 Waru Sidoarjo.

Kesimpulan penelitian bahwa pemberian pendidikan kesehatan berpengaruh terhadap pengetahuan dan sikap pada penderita hipertensi. Pendidikan kesehatan tentang diet DASH disarankan menjadi program kader posbindu di Desa Berbek RW 03 untuk menjadi program pada saat pemberian edukasi bagi orang yang mempunyai hipertensi, guna menunjang pengetahuan dan sikap penderita hipertensi tentang penatalaksanaan diet DASH dengan baik dan benar.

Kata Kunci : Pendidikan kesehatan, Pengetahuan, Sikap, diet DASH