



NASKAH PUBLIKASI

KARYA ILMIAH AKHIR

**EDUKASI *DIETARY APPROACH TO STOP HYPERTENSION* (DASH) PADA
PASIEN HIPERTENSI YANG MENJALANI HEMODIALISA:
CASE REPORT**

DISUSUN OLEH:

ANJELI APRILIA TAHIYA

NIM: 2204067

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

2023

EDUKASI *DIETARY APPROACH TO STOP HYPERTENSION* (DASH) PADA
PASIEN HIPERTENSI YANG MENJALANI HEMODIALISA:
CASE REPORT

Naskah Publikasi Karya Tulis Ilmiah

Diajukan Dalam Rangka Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Ners

OLEH:

ANJELI APRILIA TAHIYA

NIM: 2204067

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

2023

HALAMAN PENGESAHAN

NASKAH PUBLIKASI KARYA ILMIAH AKHIR

**EDUKASI *DIETARY APPROACH TO STOP HYPERTENSION* (DASH) PADA
PASIEH HIPERTENSI YANG MENJALANI HEMODIALISA:
CASE REPORT**

**OLEH:
ANJELI APRILIA TAHYA**

NIM: 2204067

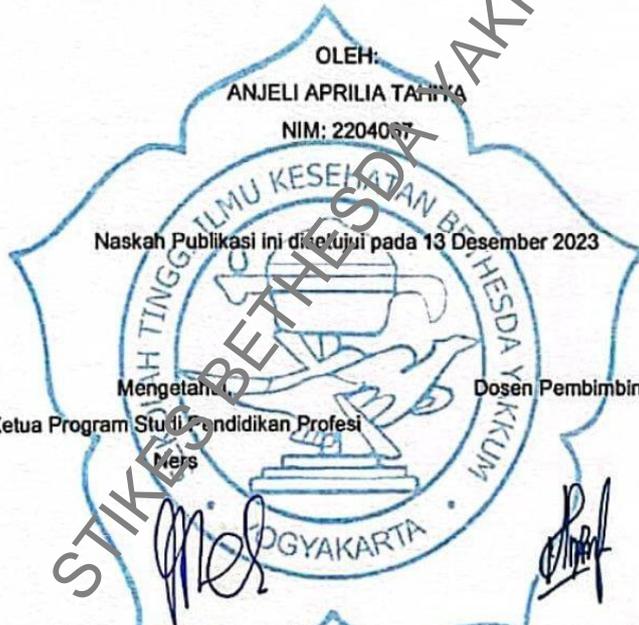
Naskah Publikasi ini disetujui pada 13 Desember 2023

**Mengetahui,
Ketua Program Studi Pendidikan Profesi
Ners**

Dosen Pembimbing

Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep.

Nimsi Melati, S.Kep., Ns., MAN



**EDUKASI *DIETARY APPROACH TO STOP HYPERTENSION* (DASH) PADA
PASIEN HIPERTENSI YANG MENJALANI HEMODIALISA: *CASE REPORT***

Anjeli Aprilia Tahiya¹, Nimsi Melati², Agustin Eka K.³

¹ Mahasiswa Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

anjelitaliya175@gmail.com

²Dosen Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

nimsi@stikesbethesda.ac.id

³ Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta agustineka19@gmail.com

ABSTRAK

Anjeli Aprilia Tahiya "Edukasi *Dietary Approach to Stop Hypertension* (DASH) Pada Pasien Hipertensi Yang Menjalani Hemodialisa: *Case Report*"

Latar Belakang: Gagal ginjal kronik dapat terjadi karena disebabkan oleh hipertensi, DM, penyakit jantung, kanker, dan batu ginjal. Hipertensi juga dapat menjadi komplikasi dari gagal ginjal. Hipertensi dapat diatasi salah satunya adalah dengan cara melakukan diet.

Gejala Utama: Pasien mengeluh sakit pinggang, pusing, mual dan muntah. Data pengkajian TD: 160/95 mmHg. Dari hasil pengkajian dan pemantauan sebelumnya tensi pasien tampak tinggi. Intervensi yang diberikan adalah edukasi diet DASH berfokus pada diet natrium, hasil yang didapatkan yaitu terjadi penurunan tekanan darah.

Kesimpulan: Penulis menarik kesimpulan ada pengaruh edukasi diet DASH pada pasien hipertensi yang menjalani hemodialisa di Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta tahun 2023. Hal diatas sesuai dengan tujuan karya ilmiah ini yaitu untuk mengetahui adanya pengaruh edukasi untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan menganjurkan jenis makanan yang sesuai dengan edukasi yang diajarkan yaitu diet DASH.

Kata Kunci: edukasi DASH, hipertensi, hemodialisa

**EDUCATION DIETARY APPROACH TO STOP HYPERTENSION (DASH) AT
HYPERTENSION PATIENTS UNDERGOING HEMODIALISA:CASE REPORT**

Anjeli Aprilia Tahiya¹, Nimsi Melati², Agustin Eka K.³

¹ Student of Bachelor of Nursing, Bethesda Yakkum Institute of Health Science
Yogyakarta anjelitaliya175@gmail.com

²Lecture of Nursing Program, Bethesda Yakkum Institute of Health Science
Yogyakarta nimsi@stikesbethesda.ac.id

³Bethesda Yogyakarta Hospital agustinekas@gmail.com

ABSTRACT

Anjeli Aprilia Tahiya "Education Dietary Approach to Stop Hypertension (DASH)
At Hypertension Patients Undergoing Hemodialisa:Case Report"

Background: Chronic kidney failure can occur due to hypertension, DM, heart disease, cancer and kidney stones. Hypertension can also be a complication of kidney failure. One way to treat hypertension is by going on a diet.

Main symptoms: Patients complain of back pain, dizziness, nausea and vomiting. BP assessment data: 160/95 mmHg. From the results of previous assessments and monitoring, the patient's blood pressure appeared to be high. The intervention provided was DASH diet education focusing on sodium diet, the results obtained were a decrease in blood pressure.

Conclusion: The author draws the conclusion that there is an effect of DASH diet education on hypertensive patients undergoing hemodialysis at Bethesda Hospital Yogyakarta in 2023. The above is in accordance with the aim of this scientific work, namely to determine the effect of education on lowering blood pressure in hypertensive patients by recommending the type of food that is appropriate for them. The education taught is the DASH diet.

Keywords: education DASH, hypertension, hemodialisa

A. Latar Belakang Masalah

Beberapa faktor yang dapat menyebabkan terjadinya penyakit gagal ginjal kronik adalah diabetes melitus, hipertensi, glomerulonephritis, penyakit jantung, kanker, batu ginjal. Selain itu, gaya hidup seperti merokok, konsumsi alkohol, dan rendahnya aktivitas fisik juga menjadi faktor dominan yang berhubungan dengan penyakit gagal ginjal kronik (Delima & Tjitra, 2017). Hipertensi dapat diatasi salah satunya adalah dengan cara melakukan diet.

Edukasi diet adalah mengajarkan jumlah, jenis dan jadwal asupan makanan yang diprogramkan (PPNI, 2018). Edukasi diet adalah suatu proses yang berkesinambungan untuk menambah pengetahuan tentang diet, membentuk sikap dan perilaku hidup sehat dengan memperhatikan pola makan sehari-hari dan faktor lain yang mempengaruhi makanan, serta meningkatkan derajat kesehatan dan gizi seseorang. Edukasi diet bertujuan meningkatkan pengetahuan subjek studi kasus tentang hipertensi dan perawatannya (diet) sehingga termotivasi untuk mencegah hipertensi. DASH (*Diet Approach to Stop Hipertension*) atau diet hipertensi merupakan Upaya penanggulangan hipertensi melalui pengaturan makanan yang pada dasarnya dengan mengurangi konsumsi lemak melalui diet rendah garam, diet rendah kolesterol dan diet tinggi serat (KEMENKES, 2015).

Berdasarkan latar belakang, penulis tertarik mengambil studi kasus pada Tn. H dengan judul "Edukasi Diet Hipertensi pada Pasien Gagal Ginjal Kronik yang menjalani Hemodialisa di Ruang Hemodialisa Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta". Tn. H merupakan salah satu dari 125 pasien yang menjalani Hemodialisa di Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta dan Tn. H memiliki hipertensi sejak usia muda serta kooperatif saat diajak berdiskusi. Pasien juga sering mengonsumsi keripik asin setiap kali sedang hemodialisa. Oleh karena itu, penulis tertarik mengambil Tn. H sebagai subjek dalam karya ilmiah akhir ini.

B. Case Description

1. Informasi terkait pasien

a. Data Umum

Nama klien (inisial) : Tn. H

Umur : 48 tahun

Alamat : Wirogunan, Yogyakarta
Agama : Islam
No. RM : 0112xxxx
Diagnosa Medis : CKD stage v
Tanggal Pengkajian : 15 November 2023

b. Informasi Spesifik dari Pasien

Tn. H mengatakan sudah mengalami hipertensi sejak 10 tahun yang lalu. Tn. H memiliki riwayat stroke pada tahun 2018.

c. Keluhan Utama

Pasien mengatakan tahun 2022, pasien mengeluh sakit pada pinggang serta mual bahkan sampai muntah.

d. Riwayat Penyakit

Pasien mengatakan sudah hipertensi sejak 10 tahun belakangan ini dan post CVA Non Hemoragik pada tahun 2018.

2. Manifestasi Klinis

Tekanan darah: 164/95 mmHg, Nadi: 103x/menit, Suhu: 36,7°C, Respirasi Rate: 20x/menit, CRT: <2 detik, Akral teraba hangat.

3. Perjalanan Penyakit

Tahun 2022 pasien mengeluh sakit pada pinggang serta mual sampai muntah. Pasien kemudian dilarikan ke RS Bethesda dan dilakukan pemeriksaan laboratorium. Hasil pemeriksaan laboratorium didapati kadar ureum dan kreatinin meningkat.

4. Etiologi, Faktor Risiko Penyakit, Patofisiologi

Pasien mengalami gagal ginjal kronik dikarenakan tekanan darah tinggi yang mengakibatkan darah tidak dapat mengalir secara total ke ginjal karena faktor pembuluh darah yang menyempit. Ginjal akhirnya tidak dapat melakukan fungsinya karena suplai darah dan oksigen berkurang.

5. Pemeriksaan Diagnostik

Hasil pemeriksaan laboratorium:

Tgl	PEMERIKSAAN	HASIL	SATUAN	NILAI RUJUKAN
21/06/23	Ureum	148,1	mg/dL	10.0-44.0
21/06/23	Kreatinin	12,6	mg/dL	0,71-1,18
21/06/23	Natrium	139,7	mmol/L	136-146
28/10/23	Hemoglobin	8,9	g/dL	13.3-17,3

6. Intervensi Terapeutik

a. Tipe Intervensi Terapeutik: Pasien mendapatkan terapi Amlodipine 10mg, Acidum Folicum 1mg, CaCO₃ 500mg, Furosemide 40mg, Hemapo 1000 ui.

b. Asuhan Keperawatan

Berikut merupakan diagnosis keperawatan, tujuan dan kriteria hasil serta rencana keperawatan pada Tn. H.

- 1) Risiko perfusi perifer tidak efektif dibuktikan dengan hipertensi. Tekanan darah pasien: 164/95 mmHg dan Nadi: 103x/menit. Kriteria hasil yang diharapkan adalah perfusi perifer meningkat. Rencana keperawatan yang diberikan adalah edukasi diet hipertensi (diet DASH).
- 2) Hipervolemia berhubungan dengan gangguan mekanisme regulasi dibuktikan dengan pasien mengatakan sudah tidak BAK dan minum kurang lebih 1 liter/24 jam. Kriteria hasil yang diharapkan keseimbangan cairan meningkat. Rencana keperawatan yaitu manajemen hipervolemia.
- 3) Risiko Infeksi dibuktikan dengan penurunan hemoglobin. Kriteria hasil yang diharapkan yaitu tingkat infeksi menurun. Rencana keperawatan yang diberikan adalah pencegahan infeksi.

7. Tindak Lanjut/ Outcome

Intervensi edukasi diet DASH yang diberikan pada Tn. H dengan diagnosa utama CKD on Hipertensi dilakukan pada 15 November 2023. Setelah dilakukan edukasi dan pemantauan tekanan darah dalam 3 kali selama 2

minggu, terdapat adanya penurunan tekanan darah menjadi 140/95 mmHg.

C. Pembahasan

1. Hasil

Pada 15 November 2023, sebelum edukasi penulis melakukan pengukuran tekanan darah didapatkan TD: 164/95 mmHg. Setelah itu, penulis menyampaikan edukasi selama 15 menit yang berisi tentang apa itu diet DASH, tujuan, makanan yang boleh dan tidak boleh dikonsumsi, kemudian pasien diajarkan cara memasak hanya menggunakan garam sejumput dalam sekali masak dan dihibau agar makanan pasien setelah diberi garam sejumput tadi, diangkat dahulu lalu setelah itu baru boleh diolah untuk anak dan istrinya jika ingin menggunakan Monosodium Glutamat (MSG), serta contoh jenis makanan diet DASH yang dianjurkan oleh. Penulis kemudian melakukan pemantauan tekanan darah setelah dilakukannya edukasi pada 18, 22 dan 25 November 2023 didapati tekanan darah pasien 149/101 mmHg, 140/95 mmHg dan 140/100 mmHg. Saat dilakukan pemantauan, penulis mendapati pasien masih mengonsumsi keripik asin saat HD serta pasien mengatakan setelah diedukasi pasien masih mengonsumsi garam berlebihan dan belum memisahkan masakan seperti yang dianjurkan namun, 3 hari setelah dilakukan edukasi tepatnya dihari sebelum HD pasien tiba-tiba teringat akan edukasi yang dianjurkan sehingga pasien memberitahu istrinya untuk memasak sesuai dengan cara yang diajarkan yaitu memisahkan makanan milik pasien yang tidak menggunakan MSG. Hasil implementasi yang dilakukan oleh penulis tertera dalam tabel dibawah ini:

Tabel 1 Perkembangan Tekanan Darah

No.	Hari/Tanggal	Tekanan darah
Pre Edukasi DASH		
1.	Rabu, 15 November 2023	164/95 mmHg
Post Edukasi DASH		
2.	Sabtu, 18 November 2023	149/101 mmHg
3.	Rabu, 22 November 2023	140/95 mmHg
4.	Sabtu, 25 November 2023	140/100 mmHg

2. Pembahasan

Terapi hipertensi bertujuan untuk menurunkan tekanan darah dan mengendalikan faktor-faktor risiko serta penyakit penyerta lainnya. Terapi dapat berupa terapi farmakologis dengan mengonsumsi obat-obatan seperti Diuretic, *Beta Blocker* (BB), *Calcium Channel Blocker* (CCB), *Angiotensin Converting Enzyme Inhibitor* (ACEI), *Angiotensin Receptor Blocker* (ARB). Namun, pemberian obat antihipertensi untuk jangka waktu yang lama pada lansia yang telah mengalami penurunan fungsi organ dapat mengakibatkan kerusakan fungsi organ, seperti organ ginjal. *Seventh report of the joint national committee on prevention, detection, evaluation, and treatment of high blood pressure* (JNC 7) merekomendasikan modifikasi gaya hidup terapi nonfarmakologi berupa diet makan DASH (*Dietary Approach to Stop Hypertension*) dimana menerapkan pola makan yang kaya akan sayuran, produk susu tanpa lemak atau rendah lemak, biji-bijian, ikan, kacang-kacangan dan sedikit natrium, makanan manis, gula, lemak, dan daging merah. Penulis melakukan implementasi selama 15 menit yaitu edukasi diet DASH yang dikolaborasikan dengan sumber dari Kementerian Kesehatan yang mana disesuaikan dengan kondisi pasien yang menjalani hemodialisa. Penulis menjelaskan mengenai makanan dan minuman yang boleh dan tidak boleh dikonsumsi, contoh jenis makanan diet DASH yang tentunya disesuaikan dengan pasien hemodialisa serta yang terpentingnya pasien diajarkan cara memasak untuk mengurangi konsumsi natrium atau garam yang berlebihan. Edukasi yang dianjurkan yaitu mengajarkan pasien memberitahu istrinya pada saat memasak makanan dirumah baik itu sayur maupun lauk dapat memisahkan makanan milik pasien terlebih dahulu yang hanya menggunakan sejumput garam serta tidak menggunakan MSG setelah itu baru diberikan MSG jika ingin menggunakan untuk istri dan anaknya.

D. Pasien Perspective

Pasien mengatakan senang diberikan edukasi seperti ini dan termotivasi untuk menerapkan dirumah karena selalu diingatkan setiap bertemu saat HD.

E. Kesimpulan

Berdasarkan implementasi dan observasi yang dilakukan penulis selama 4x dalam 2 minggu, terdapat adanya penurunan tekanan darah sistolik mencapai 9-15 mmHg dan belum ada penurunan pada tekanan darah diastolik. Penulis menarik kesimpulan ada pengaruh edukasi diet DASH pada pasien hipertensi yang menjalani hemodialisa di Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta tahun 2023. Hal diatas sesuai dengan tujuan karya ilmiah ini yaitu untuk mengetahui adanya pengaruh edukasi untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan menganjurkan jenis makanan yang sesuai dengan edukasi yang diajarkan yaitu diet DASH.

F. *Informed Consent*

Informed Consent telah diberikan kepada pasien pada 15 November 2023 sebelum dilakukannya intervensi. *Informed Consent* diberikan dalam bentuk kertas yang didalamnya berisi pernyataan kesediaan pasien untuk menjadi subjek dalam karya ilmiah ini. Penulis telah menyampaikan terkait implementasi dan asuhan keperawatan yang akan diberikan kepada pasien. Pasien menyetujui dan bersama penulis kemudian menanda tangani *informed consent* tersebut sebagai bukti persetujuan antara kedua belah pihak.

DAFTAR PUSTAKA

- Angga et. al. 2020. "Hubungan Lamanya Perawatan Hemodialisa Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis." 13 (243): 337–43.
- Brunner & Suddarth. 2016. *Asuhan Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta: EGC.
- C. P. Kovesdy. 2022. "Epidemiology of Chronic Kidney Disease: An Update 2022." 12 (1): 7–11.
- DR.SARDJITO, KEMENKES RI DIREKTORAT JENDERAL BINA UPAYA KESEHATAN RSUP. 2015. "Diet-Hipertensi.Pdf." : 3.
- Harmilah. 2020. *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Sistem Perkemihan*. Yogyakarta: PT Pustaka Baru Press.
- Muttaqin, A. 2015. *Asuhan Keperawatan Gangguan Sistem Perkemihan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nuari, N & Widayati, D. 2017. *Gangguan Pada Sistem Perkemihan Dan Penatalaksanaan Keperawatan*. Yogyakarta: Deepublisher.
- Putri, E, Alini, & Indrawati. 2020 "Hubungan Dukungan Keluarga Dan Kebutuhan Spiritual Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik Dalam Menjalani Terapi Hemodialisis Di RSUD Bangkinang." *NERS Research & Learning in Nursing Science* 4 (23): 47–55.
- Rachmawati, Diah, Retno Sintowati, Nining Lestari, and Tri Agustina. 2021. "Pengaruh Diet Dash (Dietary Approach To Stop Hypertension) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi: Studi Literatur." *Proceeding of The URECOL*: 150–57.
- Ramadhani, et. al. 2020. "Proses Asuhan Gizi Terstandar Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Dengan Hemodialisis Di RSUD Dr. Tjitrowardjojo Purwerjo." RI, Depkes. 2012. "Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Departemen

Kesehatan RI." *Riset Kesehatan Dasar Tahun.*

Rihiantoro, T. & Widodo, M. 2018. "Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Di Kabupaten Tulang Bawang." *Ilmiah Keperawatan Sai Betik* 13 (2): 159–67.

Sabarudin et al. 2020. "Efektivitas Pemberian Edukasi Secara Online Melalui Media Video Dan Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Pencegahan Covid-19 Di Kota Baubau." *Jurnal Farmasi Galenika (Galenika Journal of Pharmacy) (e-Journal)* 6(2): 309–18.

Tim Pokja SDKI DPP PPNI. 2016. *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia*. 1st ed. Jakarta: Persatuan Perawat Indonesia.

Tim Pokja SIKI DPP PPNI. 2018. *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia*. 1st ed. Jakarta: Persatuan Perawat Indonesia.

STIKES BETHESDAYAKKUM

STIKES BETHESDA YAKKUM