



**UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO**

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA HIPERTENSI DENGAN  
KETIDAKPATUHAN DIET MELALUI EDUKASI *Dietary Approaches to  
Stop Hypertension (DASH)***

**KARYA ILMAH AKHIR NERS**

**Anisa Dian Marlia**

**202503047**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS**

**UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO**

**TAHUN 2025/2026**



**UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO**

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA HIPERTENSI DENGAN  
KETIDAKPATUHAN DIET MELALUI EDUKASI *Dietary Approaches to  
Stop Hypertension (DASH)***

**KARYA ILMAH AKHIR NERS  
Diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Ners**

**Anisa Dian Marlia  
202503047**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO  
TAHUN 2025/2026**

## **SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Anisa Dian Marlia

NIM : 202503047

Prodi : PROFESI NERS

Fakultas : FIKES

Judul : Asuhan Keperawatan Pada Lansia Hipertensi Dengan Ketidakpatuhan Diet Melalui Edukasi Dietary Approaches To Stop Hypertension (DASH)

Saya menyatakan bahwa KIAN ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun, dan apabila terbukti ada unsur Plagiarisme saya siap untuk dibatalkan kelulusannya.

Mojokerto, 7/22/2026

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Anisa Dian Marlia', with a stylized flourish at the end.

**Anisa Dian Marlia**

202503047

## HALAMAN PERSETUJUAN

Karya Ilmiah Akhir Ners initelah diperiksa dan disetujui isi serta susunannya, sehingga dapat diajukan dalam sidang Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.

Judul : Asuhan Keperawatan Pada Lansia Hipertensi Dengan Ketidakpatuhan Diet Melalui Edukasi *Dietary Approaches To Stop Hypertension* (DASH)

Nama : Anisa Dian Marlia

Nim : 202503047

Pada Tanggal : 17 Junli 2026



Rina Nur H S.Kep.,Ns.M.Kep.,Sp.Kep.Kom  
NIK.162601027



Yayasan Kesejahteraan Warga Perawatan Perawat Nasional Indonesia

**UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI**

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

FAKULTAS EKONOMI BISNIS &amp; TEKNOLOGI DIGITAL

- <http://www.ubs-ppni.ac.id>
- [info@ubs-ppni.ac.id](mailto:info@ubs-ppni.ac.id)

- 0321-390203 (Fax) / Call Center : 08113281223
- Jln. Raya Jabon KM.06 Mojoanyar Mojokerto

**LEMBAR PENGESAHAN**

Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini diajukan oleh :

Nama : ANISA DIAN MARLIA  
NIM : 202503047  
Program Studi : Profesi Ners  
Pada Tanggal : 22 Juli 2026  
Judul Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) : "Asuhan Keperawatan Pada Lansia Hipertensi Dengan Ketidakpatuhan Diet Melalui Edukasi Dash"

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dosen Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto

**DOSEN PENGUJI**

Penguji Utama : Arief Andriyanto, M.Kep., Sp.Kep.Kom (.....)

Penguji 1 : Rina Nur Hidayati, M.Kep.Sp.Kep.Kom (.....)

Ditetapkan di : Mojokerto

Tanggal : 22 Juli 2026

Ka. Prodi Profesi Ners

**Dr. Faisal Ibnu, S.Kep.Ns., M.Kes**

NIK : 162.601.026

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT karena atas rahmat dan karunia-Nya, saya dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ners saya yang berjudul “Asuhan Keperawatan Pada Lansia Hipertensi Dengan Ketidakpatuhan Diet Melalui Edukasi Dash (*Dietary Approaches To Stop Hypertension*) ”. Penulisan karya ilmiah akhir ini merupakan salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Ners di Fakultas Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan KIAN ini selain dari bantuan Allah Yang Maha Kuasa, terdapat pihak – pihak yang sudah Allah kirimkan untuk memberikan dukungan dan bantuan yang tidak terkira kepada saya. Oleh karena itu, apresiasi tertinggi saya ucapkan kepada :

1. Dr. Indah Lestari, S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku Rektor Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menempuh pendidikan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
2. Dr. Lilik Ma’rifatul.,S.Kep.,Ns,M.Kes., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
3. Dr. Faisal Ibnu, S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku Ka. Prodi Profesi Ners Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto yang telah memberikan dorongan untuk menyelesaikan pendidikan di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
4. Rina Nur Hidayati., M.Kep., Sp.Kep.Kom selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk membimbing penulis dan memberikan masukan kepada penulis.
5. Arief Andriyanto S.Kep.,Ns.,M.Kep.,Sp.Kep.Kom selaku penguji yang telah meluangkan waktu dalam menguji penulis untuk menyelesaikan karya ilmiah akhir ners.
6. Staff, dosen dan karyawan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto yang telah membantu terselesaikannya pembelajaran di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto
7. Serta semua pihak lain yang turut membantu baik secara langsung maupun tidak

langsung dalam penyelesaian KIAN ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu  
Saya selalu berdo'a semoga Allah SWT membalas kebaikan seluruh pihak yang turut  
serta dalam penyusunan KIAN ini. Semoga KIAN ini dapat berguna dalam  
pengembangan riset dan keilmuan keperawatan

Mojokerto, 29 Juni 2026

Anisa Dian Marlia  
202503047



## DAFTAR ISI

|                                                                                         |     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| HALAMAN PERSETUJUAN .....                                                               | i   |
| HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN TUGAS AKHIR.....                                             | i   |
| HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS .....                                                   | i   |
| KATA PENGANTAR .....                                                                    | i   |
| HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR<br>UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK..... | iii |
| ABSTRAK .....                                                                           | iv  |
| <i>ABSTRACT</i> .....                                                                   | v   |
| BAB 1 PENDAHULUAN .....                                                                 | 1   |
| 1.1 Latar Belakang .....                                                                | 1   |
| 1.2 Rumusan Masalah .....                                                               | 3   |
| 1.3 Tujuan Penelitian.....                                                              | 3   |
| 1.3.1 Tujuan Umum .....                                                                 | 3   |
| 1.3.2 Tujuan Khusus .....                                                               | 3   |
| 1.4 Manfaat Penelitian.....                                                             | 3   |
| BAB 2 TINJAUAN TEORI .....                                                              | 5   |
| 2.1 Konsep Lansia.....                                                                  | 5   |
| 2.1.1 Definisi Lansia .....                                                             | 5   |
| 2.1.2 Klasifikasi Lansia.....                                                           | 5   |
| 2.1.3 Tipe Lansia.....                                                                  | 6   |
| 2.1.4 Perubahan Yang Terjadi Pada Lanjut Usia.....                                      | 7   |
| 2.2 Konsep Hipertensi .....                                                             | 10  |
| 2.2.1 Definisi Hipertensi .....                                                         | 10  |
| 2.2.2 Klasifikasi Hipertensi .....                                                      | 10  |
| 2.2.3 Penyebab Hipertensi.....                                                          | 11  |
| 2.2.4 Gejala Hipertensi.....                                                            | 12  |
| 2.2.5 Pathway.....                                                                      | 13  |
| 2.2.6 Komplikasi Hipertensi.....                                                        | 13  |

|       |                                                                                                                   |    |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 2.2.7 | Penatalaksanaan Hipertensi .....                                                                                  | 14 |
| 2.3   | Konsep Diet Dietary approach to Stop Hypertension .....                                                           | 16 |
| 2.3.1 | Definisi Diet DASH .....                                                                                          | 16 |
| 2.3.2 | Klasifikasi Diet DASH .....                                                                                       | 17 |
| 2.3.3 | Daftar Kelompok Makanan Pada Diet DASH .....                                                                      | 18 |
| 2.3.4 | Daftar Makanan Yang Boleh Dikonsumsi Dan Tidak Boleh Dikonsumsi Pada Diet DASH .....                              | 20 |
| 2.3.5 | SOP Edukasi <i>Dietary Approaches to Stop Hypertension</i> (DASH)....                                             | 22 |
| 2.4   | Konsep Ketidakpatuhan.....                                                                                        | 25 |
| 2.4.1 | Definisi Ketidakpatuhan .....                                                                                     | 25 |
| 2.4.2 | Faktor Penyebab.....                                                                                              | 26 |
| 2.4.3 | Data Mayor dan Data Minor .....                                                                                   | 26 |
| 2.4.4 | SLKI Tingkat Kepatuhan.....                                                                                       | 27 |
| 2.4.5 | SIKI Dukungan Kepatuhan Program Pengobatan.....                                                                   | 27 |
| 2.5   | Konsep Dasar Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Pasien Hiper Tensi Dengan Diagnosa Ketidakpatuhan .....             | 28 |
| 2.5.1 | Pengkajian.....                                                                                                   | 28 |
| 2.5.2 | Diagnosa Keperawatan .....                                                                                        | 35 |
| 2.5.3 | Intervensi Keperawatan .....                                                                                      | 35 |
| 2.5.4 | Implementasi Keperawatan.....                                                                                     | 38 |
| 2.5.5 | Evaluasi Keperawatan .....                                                                                        | 38 |
| BAB 3 | GAMBARAN KASUS .....                                                                                              | 52 |
| 3.1   | Asuhan Keperawatan .....                                                                                          | 52 |
| 3.2   | Penerapan Diet DASH ( <i>Dietary Approaches to Stop Hypertension</i> ). .....                                     | 55 |
| 3.2.1 | Intervensi Keperawatan .....                                                                                      | 55 |
| BAB 4 | PEMBAHASAN .....                                                                                                  | 71 |
| 4.1   | Analisis Asuhan Keperawatan dengan Kasus Terkait.....                                                             | 71 |
| 4.2   | Analisa Penerapan Intervensi Keperawatan Edukasi Diet <i>Dietary Approaches to Stop Hypertension</i> (DASH) ..... | 73 |
| BAB 5 | PENUTUP .....                                                                                                     | 76 |
| 5.1   | Kesimpulan .....                                                                                                  | 76 |
| 5.2   | Saran .....                                                                                                       | 77 |
| 5.2.1 | Bagi Praktisi.....                                                                                                | 77 |
| 5.2.2 | Bagi akademik.....                                                                                                | 77 |

|                     |    |
|---------------------|----|
| DAFTAR PUSTAKA..... | 79 |
|---------------------|----|



## DAFTAR LAMPIRAN

|                  |     |
|------------------|-----|
| Lampiran 1 ..... | 82  |
| Lampiran 2 ..... | 83  |
| Lampiran 3 ..... | 84  |
| Lampiran 4 ..... | 97  |
| Lampiran 5 ..... | 99  |
| Lampiran 6 ..... | 103 |
| Lampiran 7 ..... | 107 |
| Lampiran 8 ..... | 108 |



## DAFTAR PUSTAKA

- Adinda, A. A., & Rahmawati, A. Y. (2024). *Laporan Kasus Manajemen Pemberian Diet DASH ( Dietary Approach to Stop Hypertension ) dengan penambahan buah Kurma ( Phoenix dactylifera L .) pada Penderita Hipertensi Kronis dalam Kondisi Puasa : Case Report*. 13(3), 126–133.
- Anindita, A., Putri, A., Ilmu, P., Sosial, K., & Kalijaga, U. I. N. S. (2024). *Lansia Berdaya Bangsa Sejahtera : Konsep Active Ageing terhadap Anak Muda Studi di Yogyakarta*. 143–157.
- Azizah, N., & Purwito, D. (2025). *Diet Dash Sebagai Strategi Non Farmakologis Dalam*. 6, 17477–17483.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jkt.v6i4.51450>
- Batalaiworu, P., Husuni, F., Hastuti, A. S., Bahar, N., & Anggraini, A. (2022). *Pelayanan Pemeriksaan Kesehatan Gratis Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Batalaiworu*. 1(12), 3495–3502.  
<https://www.bajangjournal.com/index.php/J-ABDI/article/download/3449/2492>
- Delta, N., Ayu, F., Erwin, T., Pemila, U., Keperawatan, P. S., Kesehatan, F., Indonesia, U. M., Bandar, K., & Lampung, P. (2024). *Pengaruh Edukasi Diet Dash ( Dietary Approaches to Stop Hypertension ) Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Rumbia Kecamatan Rumbia Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2024*. 3(2), 1142–1155.
- Dila, S. R. (2023). *Puskesmas Dinoyo Kota Malang*.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.33479/sb.v3i2.217>
- Dipla, K., Gkaliagkousi, E., & Triantafyllou, A. (2023). *Adherence to the DASH Diet and Risk of Hypertension : A Systematic Review and Meta-Analysis*. 1–13.
- Dodge, E., Kelly, P. J., & Aboul-enein, B. H. (2025). *Digital-Based Nutrition Interventions Employing the Dietary Approaches to Stop Hypertension ( DASH ) Diet : A Systematic Scoping Review*. 2025.
- Falah, F., & Apriana, R. (2023). *Edukasi Diet Dash dalam menurunkan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kabila*. 3(1), 26–33. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.5236/jond.v3i1.640>
- Febriana, A., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Martapura, I. (2023). *Manajemen Diet Dash Sebagai Intervensi Pada Lansia Hipertensi : A Systematic Review*. 4, 746–753. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jkt.v4i2.14669>
- Fitria, Y., Desreza, N., & Mulfianda, R. (2025). *Penerapan Diet Dash Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita hipertensi*. 6(1), 118–126.
- Framesty, M. (2021). *Asuhan keperawatan ketidakstabilan kadar gula darah manajemen self care pada kasus diabetes mellitus tipe ii*.
- Imam, N., Lataima, N. S., Rhomadona, S. W., & Alfianti, K. Z. (2025). *Pengaruh Edukasi Dash Diet terhadap Tingkat Pengetahuan dan Kepatuhan Kontrol Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi*. 4.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.55606/jurrikes.v4i2.6231>
- Isnaini, N., Sari, F., Dewi, T., & Madyaningrum, E. (2025). *Blood pressure impact of dietary practices using the DASH method : a systematic review and meta-analysis*. 1–11.
- Kesehatan, K. K. R. D. J. (2023). *Pedoman Pelayanan Gizi Lanjut Usia 1 i*.

- Kusuma, N. &. (2021). *Asuhan keperawatan pada tn.j dengan hipertensi didesa banyumeneng krajan lor rt 05 rw 05 mranggen demak.*
- Lestari, D., Sitanggang, T. W., Ayu, D., & Saraswati, S. (2025). *Pada Pra Lansia Di Poliklinik Rsu Bunda Margonda Tahun 2024.* Viii.
- Lichtenstein, A. H., Appel, L. J., Vadiveloo, M., Hu, F. B., & Kris-etherton, P. M. (2021). *2021 Dietary Guidance to Improve Cardiovascular Health : A Scientific Statement From the American Heart Association.* <https://doi.org/10.1161/CIR.0000000000001031>
- Mailis. (2021). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia.*
- Miller, C. A. (2004). *Nursing For Wellness In Older Adults.*
- Mojokerto, D. (2024). *Pelayanan Kesehatan Pada Penderita Hipertensi Tahun 2019-2024.* 27 August 2025. <https://satikomo.mojokertokota.go.id/dataset/data/elayanan-esehatan-pada-enderita-ipertensi-ahun-20192024>
- PPNI, T. P. S. D. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia : Definisi Dan Indikator Diagnosis.*
- Putra, R. E., & Rajab, R. (2024). *Laporan Kasus : Hubungan Hipertensi Terhadap.* 8, 2966–2971.
- Rachmah, S., Km, S., & Kes, M. (2022). *Buku Ajar Keperawatan.*
- Rasaei, N., Adivi, A. G., Jafrasteh, S., Norouzirad, R., & Bahadoran, Z. (2025). *Effect of Dietary Approaches to Stop Hypertension ( Dash ) diet on blood pressure indices and urinary metabolites in children with overweight and obesity : an 8-week triple-blind randomized controlled trial.* 1–12.
- Sauqi, A., & Hukum. (2021). *Undang – Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia.* 24–35.
- Setiawan, R. A., & Ramadhan, G. E. (2023). *Edukasi Penatalaksanaan Hipertensi.* 6(1), 65–68. <https://doi.org/https://doi.org/10.32493/j.pdl.v6i1.31879>
- Simanjourang, E., Dakhi, R. A., Tarigan, F. L., & Ketaren, O. (2025). *KEJADIAN Hipertensi Di Rsud H . Bachtiar Djafar Medan Labuhan Tahun 2024.* 9(April), 775–785. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/prepotif.v9i1.12369>
- Siregar, R. R. (2020). *Health Community Service ( HCS ) Edukasi Proses Menua dan Perubahan Pada Lansia Health Community Service ( HCS ).* 2016, 2021–2024.
- SKI. (2025). *Penerapan Edukasi Diet Dash ( Dietary Approaches To Stop Hypertension ) Terhadap Tekanan Darah Pada Tn . D Dengan Hipertensi Di Puskesmas.* 422–429.
- Sumarni. (2025). *Pengaruh Usia Lanjut terhadap Kesehatan Lansia.* 18(1), 74–79. <https://doi.org/https://doi.org/10.58294/jbk.v18i2.312>
- Supriatun, E., Asyari, H., Indramayu, P. N., Diet, K., & Darah, T. (2024). *Penerapan Edukasi Kesehatan Diet Dash Terhadap.* 6, 271–279. <https://doi.org/https://doi.org/10.31539/joting.v6i1.8537>
- Syahbani, N. (2024). *Pengaruh Edukasi Diet Dash (Dietary Approach To Stop Hypertension) Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kassi-Kassi.*
- Syarli, S., & Arini, L. (2021). *Ahmar metastasis health journal.*
- Utami, R. P. (2021). *Efektivitas Diet Dash (Dietary Approaches to Stop*

*Hypertension) pada Pasien Hipertensi.* 2(2), 93–98.  
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.52742/jgkp.v2i2.11002>

