

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA Tn. S DENGAN  
HIPERTENSI DAN PEMBERIAN EDUKASI DASH  
(*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) DI DUSUN  
CURAH ANCAR KECAMATAN RAMBIPUJI**

**KARYA ILMIAH AKHIR**



**Oleh :**

**Adi Tryo Widyanto, S. Kep**

**NIM. 25101035**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI  
JEMBER  
2026**

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA Tn. S DENGAN  
HIPERTENSI DAN PEMBERIAN EDUKASI DASH  
(*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) DI DUSUN  
CURAH ANCAR KECAMATAN RAMBIPUJI**

**KARYA ILMIAH AKHIR**

Diajukan guna melengkapi tugas akhir dan memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan Pendidikan di Program Studi Profesi Ners dan mencapai gelar  
Ners (Ns)



**Oleh :**

**Adi Tryo Widyanto, S. Kep**

**NIM. 25101035**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI  
JEMBER  
2026**

## LEMBAR PENGESAHAN

### ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA Tn. S DENGAN HIPERTENSI DAN PEMBERIAN EDUKASI DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) DI DUSUN CURAH ANCAR KECAMATAN RAMBIPUJI

### KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Oleh :

Adi Tryo Widyanto

NIM. 25101035

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji dalam ujian karya ilmiah akhir ners tanggal 24 Juli 2026 dan telah diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk meraih gelar Ners pada program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember.

### DEWAN PENGUJI

|                          |                                                                  |                                                                                           |
|--------------------------|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| Penguji Klinik<br>NIP    | : Siti Kholifah, S.Kep., Ns., M.Kes<br>: 198211072010012012      | (  ) |
| Penguji Akademik<br>NIDN | : Irwina Angelia Silvanasari, S.Kep., Ns., M.Kep<br>: 0709099005 | (  ) |
| Penguji Akademik<br>NIDN | : Ns. Achmad Ali Basri, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.K<br>: 8965340022 | (  ) |

Ketua Program Studi Ners

  
Emi Eliya Astulita, S.Kep., Ns., M.Kep  
NIDN. 0720028703

## ABSTRAK

# ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA Tn. S DENGAN HIPERTENSI DAN PEMBERIAN EDUKASI DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) DI DUSUNCURAH ANCAR KECAMATAN RAMBIPUJI

Adi Tryo Widyanto<sup>1</sup>, Achmad Ali Basri<sup>2</sup>

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi.

Email Koresponden : [ryomamong@gmail.com](mailto:ryomamong@gmail.com)

Received:

Accepted:

Published:

---

### Abstrak

**Latar Belakang:** Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang memerlukan pengelolaan melalui terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Salah satu upaya nonfarmakologis yang efektif adalah penerapan Dietary Approaches to Stop Hypertension (DASH) melalui edukasi berbasis keluarga. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan keluarga pada satu pasien hipertensi. Intervensi berupa edukasi dan pendampingan Diet DASH dilakukan selama 12 hari. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan tekanan darah, dan kuesioner pengetahuan. **Tujuan:** Setelah intervensi, tekanan darah pasien menurun dari 165/95 mmHg menjadi 138/85 mmHg. Tingkat pengetahuan meningkat dari 37,5% (kategori kurang) menjadi 100% (kategori baik), disertai perubahan pola makan sesuai prinsip Diet DASH. **Hasil:** Sebelum intervensi, tekanan darah Tn. S sebesar 165/95 mmHg. Setelah empat minggu penerapan edukasi diet DASH, tekanan darah menurun menjadi 138/85 mmHg. Keluarga mulai mengurangi penggunaan garam dan penyedap rasa, meningkatkan konsumsi buah dan sayur, serta menggunakan bumbu alami. **Kesimpulan:** Edukasi dan pendampingan diet DASH efektif menurunkan tekanan darah dan memperbaiki perilaku konsumsi garam pada keluarga Tn. S. Pendekatan edukatif berbasis keluarga terbukti mendukung keberhasilan intervensi non-farmakologis pada kasus hipertensi di komunitas.

**Kata Kunci:** Diet DASH, Edukasi Keluarga, Hipertensi, Konsumsi Garam