

LAMPIRAN

LEMBAR PERSETUJUAN
(INFORMED CONSENT)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama (Inisial) : _____
Umur : _____
Jenis Kelamin : _____

Dengan ini menyatakan bahwa saya bersedia menjadi responden dalam penerapan yang berjudul:

“Penerapan Edukasi Diet Dash Berbasis Audiovisual Terhadap Tingkat Pengetahuan Pasien Hipertensi Di Ruang Rawat Jalan Tzu Chi Hospital”

yang dilaksanakan oleh :

Nama Nur Wahyu Safitri Eni
NPM 202554123
Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
 Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta

Saya telah mendapatkan penjelasan mengenai:

1. Tujuan kegiatan, yaitu untuk mengetahui dan meningkatkan pengetahuan pasien melalui pemberian edukasi kesehatan.
2. Prosedur kegiatan, berupa pemberian edukasi kesehatan dengan metode audiovisual dan pengisian koesioner.
3. Manfaat kegiatan, yaitu menambah pengetahuan dan pemahaman terkait materi kesehatan yang diberikan.
4. Risiko kegiatan, yang bersifat minimal dan tidak membahayakan kesehatan saya.
5. Kerahasiaan data, di mana seluruh data dan identitas saya akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan akademik.

Saya memahami bahwa keikutsertaan saya bersifat sukarela, dan saya berhak menolak atau mengundurkan diri kapan saja tanpa adanya konsekuensi atau sanksi apa pun.

Dengan demikian, saya menyatakan setuju dan bersedia berpartisipasi dalam kegiatan ini.

Demikian persetujuan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan tanpa paksaan dari pihak mana pun.

Responden

(.....)

Jakarta,2026
Peneliti

(Nur Wahyu Safitri Eni)

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)
EDUKASI DIET DASH PADA PENDERITA HIPERTENSI

1. Pengertian

Edukasi Diet DASH adalah kegiatan pemberian pendidikan kesehatan kepada pasien hipertensi mengenai pola makan Dietary Approaches to Stop Hypertension (DASH) dengan tujuan meningkatkan pengetahuan pasien dalam mengendalikan tekanan darah melalui pengaturan asupan makanan.

2. Tujuan

a. Tujuan Umum

Meningkatkan pengetahuan pasien hipertensi tentang Diet DASH sebagai upaya pengendalian tekanan darah dan pencegahan komplikasi.

b. Tujuan Khusus

Setelah diberikan edukasi, pasien diharapkan mampu:

1. Menjelaskan pengertian Diet DASH
2. Menyebutkan prinsip Diet DASH
3. Mengidentifikasi makanan yang dianjurkan dan dibatasi
4. Menyebutkan manfaat Diet DASH bagi penderita hipertensi

3. Sasaran

Pasien hipertensi rawat jalan yang memenuhi kriteria inklusi dan mampu menerima edukasi.

4. Indikasi

Pasien dengan diagnosis medis hipertensi yang membutuhkan edukasi terkait pengelolaan tekanan darah secara nonfarmakologis.

5. Kontraindikasi

Tidak ada kontraindikasi khusus, kecuali pasien dalam kondisi tidak sadar atau mengalami gangguan kognitif berat.

6. Media dan Alat

1. Video animasi edukasi Diet DASH

2. Smartphone / laptop

3. Lembar pre-test dan post-test

4. Alat tulis

7. Persiapan

- A. Persiapan Perawat

1. Mengkaji tingkat pengetahuan awal pasien

2. Menyiapkan media edukasi (video animasi Diet DASH)

3. Menyiapkan instrumen pre-test dan post-test

4. Menentukan waktu dan tempat edukasi yang kondusif

- B. Persiapan Pasien

1. Pasien dalam kondisi nyaman

2. Pasien bersedia mengikuti edukasi

3. Pasien mampu mendengar dan melihat dengan baik

8. Prosedur Pelaksanaan

- A. Tahap Orientasi

1. Memberi salam kepada pasien

2. Memperkenalkan diri

3. Menjelaskan tujuan dan manfaat edukasi

4. Meminta persetujuan pasien

- B. Tahap Kerja

1. Membagikan lembar pre-test kepada pasien

2. Menayangkan video animasi edukasi Diet DASH (± 2 menit)

3. Menjelaskan kembali poin penting dari video, meliputi:

- a. Pengertian Diet DASH

- b. Prinsip Diet DASH
- c. Contoh menu
- d. Makanan yang dianjurkan dan dibatasi
- e. Manfaat Diet DASH
- 4. Memberi kesempatan pasien untuk bertanya
- 5. Membagikan lembar post-test kepada pasien
- C. Tahap Terminasi
 - 1. Menyimpulkan materi edukasi
 - 2. Memberikan motivasi kepada pasien untuk menerapkan Diet DASH
 - 3. Mengucapkan terima kasih
 - 4. Mengakhiri kegiatan edukasi
 - 9. Evaluasi
 - 1. Membandingkan hasil pre-test dan post-test
 - 2. Menilai peningkatan pengetahuan pasien
 - 3. Mengamati respon dan pemahaman pasien terhadap materi edukasi
 - 10. Dokumentasi
 - 1. Mengisi lembar pre-test dan post-test
 - 2. Mencatat pelaksanaan edukasi pada catatan keperawatan
 - 3. Mendokumentasikan hasil evaluasi edukasi

Edukasi Diet DASH pada Penderita Hipertensi

Petunjuk Pengisian:

Berilah tanda (✓) pada jawaban yang paling benar.

A. Identitas Responden

Inisial Nama : _____
Usia : _____
Jenis kelamin : _____

B. Kuesioner Pengetahuan Diet DASH

1. Diet DASH adalah pola makan yang bertujuan untuk...

- A. Menurunkan berat badan secara cepat
- B. Mengontrol kadar gula darah
- C. Mengendalikan tekanan darah
- D. Menambah nafsu makan

2. Diet DASH dianjurkan terutama untuk pasien dengan penyakit...

- A. Diabetes melitus
- B. Hipertensi
- C. Asam urat
- D. Anemia

3. Salah satu prinsip utama diet DASH adalah...

- A. Mengonsumsi makanan tinggi garam
- B. Membatasi konsumsi buah
- C. Mengurangi konsumsi natrium
- D. Menghindari semua jenis lemak

4. Makanan yang dianjurkan dalam diet DASH adalah...

- A. Makanan instan dan kalengan
- B. Sayur dan buah segar
- C. Makanan tinggi lemak jenuh
- D. Makanan asin

5. Kandungan gizi yang berperan membantu menurunkan tekanan darah pada diet DASH adalah...

- A. Natrium
- B. Lemak jenuh
- C. Kalium
- D. Gula

6. Produk susu yang dianjurkan pada diet DASH adalah...

- A. Susu full cream
- B. Susu kental manis

- C. Susu rendah lemak atau tanpa lemak
- D. Susu dengan gula tinggi

7. Contoh sumber protein yang dianjurkan pada diet DASH adalah...

- A. Jeroan dan daging berlemak
- B. Ayam tanpa kulit dan ikan
- C. Sosis dan nugget
- D. Daging asap

8. Makanan yang perlu dibatasi pada diet DASH adalah...

- A. Sayuran hijau
- B. Buah-buahan segar
- C. Makanan asin dan instan
- D. Kacang tanpa garam

9. Manfaat utama penerapan diet DASH secara rutin adalah...

- A. Meningkatkan tekanan darah
- B. Menurunkan risiko komplikasi hipertensi
- C. Menyebabkan penurunan energi
- D. Menambah kadar kolesterol

10. Diet DASH sebaiknya diterapkan dengan cara...



- A. Hanya saat tekanan darah naik
- B. Secara tidak teratur
- C. Secara konsisten dan berkelanjutan
- D. Bersamaan dengan konsumsi garam tinggi









LEMBAR KONSULTASI KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Judul penelitian : Penerapan Edukasi Diet DASH Berbasis Audiovisual terhadap Tingkat Pengetahuan Pasien Hipertensi di Ruang Rawat Jalan Poli Penyakit Dalam Tzu Chi Hospital

Dosen Pembimbing : Fransisca Anjar Rina Setyani, M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B.

NO	Hari/ Tanggal	Materi Konsultasi	Saran Pembimbing	Tanda Tangan Pembimbing
1.	24 Januari 2026	Tinjauan Pustaka	1. Perjelas definisi dan tambahkan referensi terbaru. 2. Lengkapi tabel diagram untuk klasifikasi, komplikasi, media & metode edukasi. 3. Buat PICO spesifik sesuai topik penelitian, misal pasien hipertensi – edukasi diet DASH – dibandingkan perawatan biasa – hasilnya pengetahuan meningkat.	
2.	29 Januari 2026	Latar belakang, Tinjauan Pustaka.	1. Hapus kalimat yang ditandai Kuning dan tambahkan prevalensi hipertensi di Indonesia 2. Bagian Media audiovisual diganti dengan metode pemberian edukasi Kesehatan, sehingga ada beberapa metode: ceramah	

			audio visual.	
3.	31 Januari 2026	Penulisan, Media edukasi	1. Perbaiki tata tulisan sesuaikan dengan pedoman 2. Perlambat video media edukasi agar pasien dapat	
4.	2 Februari 2026		dikuesioner sesuaikan dengan materi video	
5.	5 Februari 2026	Konsep Pengetahuan, Perbaiki penulisan metode penerapan	1. Lambat meningkatkan tingkat pengetahuan apa saja 2. Tingkatan pengetahuan 3. Sesuaikan dengan penerapan yang sudah dilakukan	
6.	7 Februari 2026	Tujuan, Hasil dan Pembahasan	1. Perbaiki penulisan 2. Lambat 3. Perbaiki isi diskusi pembahasan disesuaikan dengan tujuan	
7.	9 Februari 2026	Tujuan, lampiran, Hasil dan pembahasan	1. Tujuan khusus 1 biar sesuai dengan isi pembahasan diganti dengan : Karakteristik pasien hipertensi yang diberikan edukasi kesehatan berbasis audiovisual serta faktor pendukung dan penghambat penerapan RX 2. Silahkan diperbaiki Daftar lampiran, Daftar isi.	

			3. Pembahasan tambahkan faktor pendukung dan penghambat EBN bisa diterapkan pada pasien 4. Selanjutnya silahkan daftar seminar KIAN versi 2	
8.	16 Februari 2026	Penulisan	1. Rapihkan penulisan 2. Rapihkan margin 3. Sesuaikan lampiran	

Yogyakarta,

Pembimbing


(Fransisca Anjar Rina Setyani, M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B.)



LEMBAR MASUKAN PENGUJI UJIAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Hari/tanggal : Kamis/12 Februari 2026

Jam : 11:00-12:00 WIB

NO	NAMA PENGUJI	MASUKAN PENGUJI
1.	Dr Chatarina Setya Widyastuti, M.Kep., Ns. Sp. Kep. M.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ganti seluruh kata "<i>penelitian</i>" menjadi "<i>penerapan</i>" sesuai saran. 2. Tambahkan penjelasan bahwa: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Proses pembuatan video dilakukan secara mandiri oleh penulis. ▪ Media edukasi disusun dan dibuat sendiri oleh penulis. ▪ Penerapan dilakukan secara langsung oleh penulis di lapangan. ▪ Instrumen/kuesioner disusun sendiri dan belum dilakukan uji validitas serta reliabilitas.
2.	Fransisca Anjar Rina Setyani, M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tambahkan keterangan jurnal yang digunakan sebagai sumber utama dalam penerapan <i>Evidence Based Nursing</i> 2. Jelaskan bahwa seharusnya dilakukan korespondensi dengan peneliti atau penyusun instrumen asli, namun karena keterbatasan waktu digunakan kuesioner yang disusun sendiri. 3. Tambahkan pada bagian keterbatasan bahwa instrumen/kuesioner yang digunakan disusun sendiri dan belum dilakukan uji validitas serta reliabilitas. 4. Jelaskan bahwa media edukasi disusun sendiri dan disesuaikan dengan kebutuhan lapangan, namun isi dan validitas materi belum optimal karena belum

		<p>dikonsultasikan dengan pakar manajemen atau dokter terkait.</p> <p>5. Tambahkan pada bagian saran agar penerapan/penelitian selanjutnya menggunakan instrumen yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya.</p> <p>6. Perbaiki dan rapikan seluruh kalimat sesuai dengan masukan dosen pembimbing.</p>
--	--	--

Tanda Tangan Notulen : Reygina Finarchy Lahiang

Ketua Penguji : Dr Chatarina Setya Widyastuti, M.Kep., Ns. Sp. Kep. M.

Anggota Penguji : Fransisca Anjar Rina Setyani, M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.IB.

