

## ABSTRAK

Nama : Dewi Rahmawati  
Sebelum : 1033242065  
Judul : Hubungan motivasi diri dan dukungan keluarga dengan kontrol diet DASH (*Dietary Approaches To Stop Hypertension*) Pada pasien hipertensi di RS Polri Kramat Jati.

**Latar Belakang:** Hipertensi adalah penyakit yang paling umum di dunia dengan meningkatnya prevalensi hipertensi. Pengendalian hipertensi tidak hanya melalui pengobatan, tetapi juga membutuhkan perubahan gaya hidup, salah satunya adalah penerapan diet DASH (*Dietary Approaches To Stop Hypertension*). Dalam penerapan diet DASH dipengaruhi oleh motivasi dan dukungan keluarga untuk mengontrol pola makan pasien hipertensi.

**Tujuan:** Untuk mengetahui hubungan antara motivasi diri dan dukungan keluarga dengan Diet DASH Control (*Dietary Approaches To Stop Hypertension*) dalam Mengontrol Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Rs. Polri Kramat Jati.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif dengan desain *Cross Sectional*. Pendataan dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang diisi oleh pasien hipertensi di RS Polri Kramat Jati dengan total 50 orang menggunakan *purposive sampling*.

**Hasil:** Dari 50 responden, mayoritas pasien hipertensi di Rs. Polri Kramat Jati dengan motivasi diri dan dukungan keluarga dengan diet yang baik (*Dietary Approaches To Stop Hypertension*) adalah 26%. Proporsi motivasi diri dan dukungan keluarga dengan diet DASH (*Dietary Approaches To Stop Hypertension*) di Rs. Polri Kramat Jati lebih sering terjadi pada pasien hipertensi yang memiliki motivasi diri dan dukungan keluarga dengan diet DASH yang kurang, yaitu 24%. Hasil *uji Chi Square* menemukan adanya hubungan bernakna antara motivasi diri dan diet dash (nilai  $p = 0,024 < 0,05$ ) serta dukungan keluarga dan diet DASH ( $p = 0,014 < 0,005$ ).

**Kesimpulan:** Motivasi diri dan dukungan keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam mendorong pasien hipertensi untuk mempertahankan aturan diet DASH (*Dietary Approaches To Stop Hypertension*)

**Kata kunci:** pasien hipertensi, motivasi diri, dukungan keluarga, diet DASH

**Daftar Pustaka :** 42 buah (2015-2025)

## ABSTRACT

Nama : Dewi Rahmawati  
Sebelum : 1033242065  
Judul : Hubungan motivasi diri dan dukungan keluarga dengan kontrol diet DASH (*Dietary Approaches To Stop Hypertension*) Pada pasien hipertensi di RS Polri Kramat Jati.

**Background:** Hypertension is the most common disease in the world with an increasing prevalence of hypertension. Hypertension control is not only through treatment, but also requires lifestyle changes, one of which is the application of the DASH diet (*Dietary Approaches To Stop Hypertension*). In the application of the DASH diet, it is influenced by motivation and family support to control the diet of hypertensive patients.

**Objective:** To determine the relationship between self-motivation and family support with Diet DASH Control (*Dietary Approaches To Stop Hypertension*) in Controlling Blood Pressure in Hypertension Patients at Kramat Jati Police Hospital.

**Methods:** This study used a descriptive research type with a *Cross Sectional design*. Data collection was carried out using a questionnaire filled out by hypertension patients at the Kramat Jati Police Hospital with a total of 50 people using *purposive sampling*.

**Results:** Of the 50 respondents, the majority of hypertension patients at Kramat Jati Police Hospital with self-motivation and family support with a good diet (*Dietary Approaches To Stop Hypertension*) were 26%. The proportion of self-motivation and family support with a DASH diet (*Dietary Approaches To Stop Hypertension*) at Kramat Jati Police Hospital is more common in hypertension patients who have self-motivation and family support with a DASH diet that is lacking, which is 24%. The *Chi Square test* results indicated a significant relationship between self-motivation and the DASH diet ( $p = 0.024 < 0.05$ ) as well as between family support and the DASH diet ( $p = 0,014 < 0,005$ ).

**Conclusion:** Self-motivation and family support play a very important role in encouraging hypertension patients to maintain the DASH diet rules (*Dietary Approaches To Stop Hypertension i*)

**Keywords:** hypertensive patients, self-motivation, family support, diet DASH (*Dietary Approaches To Stop Hypertension i*)

**Bibliography :** 42 pieces (2015-2025)