

ABSTRAK

Peran tenaga gizi (nutrisionis dan dietisien) sangat penting dalam asuhan gizi pasien hipertensi sebagai konselor terapi non-farmakologik. Dengan demikian setiap ahli gizi/dietisien yang akan memberikan edukasi dan konseling kepada pasien pra hipertensi maupun hipertensi perlu memahami rekomendasi baru mengenai manajemen hipertensi yang komprehensif sehingga tujuan terapi diet dapat tercapai. Mencoba membuat alternatif untuk membuat media yang menarik untuk pembelajaran yang dapat digunakan oleh para pengajar sebagai sarana pembelajaran *Dash Diet* dengan Media *DASH Diet Card* (Kartu Kuartet). Mengetahui pengaruh media *DASH Diet Crad* terhadap pengetahuan dan sikap mengenai *Dash Diet* pada mahasiswa ilmu gizi tingkat Akhir Universitas Esa Unggul Jakarta. Jenis penelitian yang digunakan adalah *Quasi Eksperiment* dengan one group *pretest – posttest*. Terjadi peningkatan rata-rata skor pengetahuan dan sikap setelah pemberian media *DASH DIET CARD* pada saat *pre-test* dengan *post-test 1* dan *pre-test* dengan *post-test 2* yaitu skor pengetahuan masing-masing sebesar 24.62 dan 19.13, sedangkan skor sikap yaitu masing-masing sebesar 8.79 6 dan 8.817 dan semuanya terdapat perbedaan yang signifikan ($p < 0.05$). Pemberian media *DASH DIET CARD* berpengaruh terhadap peningkatan rata-rata skor pengetahuan dan sikap dengan kenaikan skor pada saat *pre-test* dengan *post-test 1* dan *pre-test* dengan *post-test 2* yaitu skor pengetahuan masing-masing sebesar 24.62 dan 19.13, sedangkan skor sikap yaitu masing-masing sebesar 8.79 6 dan 8.817.

Kata Kunci: *DASH DIET*, Kartu Kuartet, Media, Pengetahuan, Sikap.

ABSTRACK

The role of nutrition workers (nutritionists and dietitians) is very important in the nutritional care of hypertensive patients as non-pharmacologic therapy counselors. Thus, every nutritionist / dietitian who will provide education and counseling for pre-hypertensive and hypertensive patients needs to understand the new recommendations regarding comprehensive hypertension management, so that the goal of diet therapy can be achieved. Trying to make alternatives to create interesting media for learning that can be used by teachers as a learning tool for the Dash Diet with the DASH Diet Card Media. Knowing the influence of the DASH Diet Card media on knowledge and attitudes about the Dash Diet in the final level nutrition students of Esa Unggul University in Jakarta. The type of research used was Quasi Experiment with one group pretest - posttest. There was an increase in the average score of knowledge and attitude after giving the DASH DIET CARD media at the time of pre-test with post-test 1 and pre-test with post-test 2, those are the respectively of knowledge scores were 24.62 and 19.13, while the respectively attitude scores were 8.79 6 and 8.817 and all of them have significant differences ($p < 0.05$). The giving of DIET CARD DASH media has an effect on increasing the average score of knowledge and attitude with the increase in scores at the time of pre-test with post-test 1 and pre-test with post-test 2, those are the respectively knowledge scores were 24.62 and 19.13, respectively of attitude scores were 8.79 6 and 8.817.

Keywords: Attitude, DASH DIET, Knowledge, Media, Quartet Card