

## LAPORAN KEGIATAN PENGABDIAN MASYARAKAT



### DETEKSI DINI PENCEGAHAN KOMPLIKASI HIPERTENSIDI RT 04 RW 03 KELURAHAN SEPANJANG JAYA

**Ketua Pelaksana :**

**Lina Indrawati, S.Kep., Ners., M.Kep.**

**Anggota :**

**Lisna Agustina, S.Kep., Ners., M.Kep.**

**Dinda Nur Fajri HB, S.Kep., Ners., M.Kep**

**I Ratnah.,S.Kep.,Ners.,M.Kep**

**Puji Raharja S.,S.Kep.,Ners.,M.Kep**

**Riris Ocktryna S, M.Kep.,Sp.Kep.J**

**Ani Anggriani, S.,Kep.,Ners.M.Kep**

**Uswatun Hasanah, S.Kep., Ners, M.Kep**

**Emy Purwani, S.Kep.,Ners.,M.Kep**

**Niken Fitri A, S.Kep.,Ners.,M.Kep**

**Vermona Marbun, S.Kep.,M.K.M**

Alaiya Pudyabawarahma	NPM 191560111002
Anasthasya Selda Patasik	NPM 191560111003
Angga Prayuda	NPM 191560111004
Annisa Nurul Firdausi	NPM 191560111005
Ayu Lugina Safitri	NPM 191560111007
Cindi Wulandari	NPM 191560111010
Dinda Safira Lestari	NPM 191560111011
Enih Al-Alawiyah	NPM 191560111012
Fatimah Cahya Utami	NPM 191560111013
Fitria Mega Pangestika	NPM 191560111014
Gabriel Galilea	NPM 191560111015
Hervina	NPM 191560111016
Ira Amalia	NPM 191560111018
Kamalia Safinatunnajah	NPM 191560111019
Linda Ayu Endangsari	NPM 191560111020
Lusiana Hotmaria Sitopu	NPM 191560111021
Marco Leonardo	NPM 191560111022
Muhammad Pajar	NPM 191560111023

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MEDISTRA INDONESIA  
TAHUN 2022**

**HALAMAN PENGESAHAN**  
**LAPORAN KEGIATAN PENGABDIAN MASYARAKAT**

1. Judul  
Deteksi Dini Pencegahan Komplikasi Hipertensi
2. Ketua Pelaksana
  - a. Nama : Lina Indrawati, S.Kep., Ns., M.Kep.
  - b. NIDN 0321108001
  - c. Jabatan : Dosen
  - d. Program Studi : Keperawatan
  - e. No. Telp/Hp 081316317244
3. Anggota Pelaksana

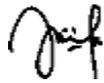
Lisna Agustina, S.Kep., Ns., M.Kep.	NIDN	0404088405
Dinda Nur Fajri H B, S.Kep., Ns., M.Kep	NIDN	0301109302
I Ratnah.,S.Kep.,Ners.,M.Kep	NIDN	0331126301
Puji Raharja S.,S.Kep.,Ners.,M.Kep	NIDN	0317057604
Riris Ocktryna S, M.Kep.,Sp.Kep.J	NIDN	8966100020
Ani Anggriani, S.,Kep.,Ners.M.Kep	NIDN	8956100020
Uswatun Hasanah, S.Kep., Ners, M.Kep	NIDN	8982350022
Emy Purwani, S.Kep.,Ners.,M.Kep	NIDN	0307126804
Niken Fitri A, S.Kep.,Ners.,M.Kep	NIDN	0314058904
Vermona Marbun, S.Kep.,M.K.M	NIDN	0325116501
Alaiya Pudyabawarahma	NPM	: 19.156.01.11.002
Anasthasya Selda Patasik	NPM	: 19.156.01.11.003
Angga Prayuda	NPM	: 19.156.01.11.004
Annisa Nurul Firdausi	NPM	: 19.156.01.11.005
Ayu Lugina Safitri	NPM	: 19.156.01.11.007
Cindi Wulandari	NPM	: 19.156.01.11.010
Dinda Safira Lestari	NPM	: 19.156.01.11.011
Enih Al-Alawiyah	NPM	: 19.156.01.11.012
Fatimah Cahya Utami	NPM	: 19.156.01.11.013
Fitria Mega Pangestika	NPM	: 19.156.01.11.014
Gabriel Galilea	NPM	: 19.156.01.11.015
Hervina	NPM	: 19.156.01.11.016
Ira Amalia	NPM	: 19.156.01.11.018
Kamalia Safinatunnajah	NPM	: 19.156.01.11.019
Linda Ayu Endangsari	NPM	: 19.156.01.11.020
Lusiana Hotmaria Sitopu	NPM	: 19.156.01.11.021
Marco Leonardo	NPM	: 19.156.01.11.022
Muhammad Pajar	NPM	: 19.156.01.11.023

4. Jangka waktu kegiatan : 1 Hari
5. Bentuk kegiatan : Penyuluhan
6. Jumlah Peserta Kegiatan 18
7. Biaya yang di perlukan : Rp. 1.800.000,-

Bekasi, 16 Mei 2023

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Keperawatan



Kiki Deniati, S.Kep.Ns., M.Kep.  
NIDN 0316028302

Ketua Pelaksana Dosen



Lina Indrawati, S.Kep. Ns., M.Kep  
NIDN 0301096505

Menyetujui, 5 Juni 2023

Ketua Unit Penelitian dan Pengabdian Masyarakat



Rotua Suryani, SKM, M.Kes  
NIDN 0315018401

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur ke hadirat Allah yang telah memberikan kita nikmat sehat, rahmat, hidayah serta inayah sehingga kami telah diberi kesempatan untuk melakukan kegiatan Penyuluhan dan melaporkan kegiatan Promosi Kesehatan “Deteksi Dini Pencegahan Komplikasi Hipertensi”

Dalam kesempatan ini kami ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada pihak yang terkait dalam pelaksanaan kegiatan ini, diantaranya:

1. Ketua Yayasan Medistra Bapak Usman Ompusunggu, S.E.
2. Ketua STIKes Medistra Indonesia Ibu Dr. Lenny Irmawaty Sirait, SST., M.Kes.
3. Wakil Ketua I Bidang Akademik Ibu Puri Kresnawati, SST., MKM
4. Wakil Ketua II Bidang Administrasi dan Kepegawaian Ibu Sinda Ompusunggu, SE
5. Wakil Ketua III Bidang Kemahasiswaan dan Alumni Ibu Hainunnisa, SST,M.Kes.
6. Ketua Program Studi Keperawatan Ibu Kiki Deniati, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Semoga hal ini yang telah diberikan oleh pihak terkait di atas bermanfaat serta dibalas oleh Allah SWT.

Bekasi, 16 Mei 2023

## DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	i
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Analisis Situasi.....	1
B. Masalah Mitra.....	3
1. Identifikasi Masalah.....	3
BAB II SOLUSI TARGET DAN LUARAN.....	4
A. Tujuan.....	4
1. Tujuan Umum.....	4
2. Tujuan Khusus.....	4
B. Solusi.....	4
C. Sasaran.....	4
D. Luaran.....	5
BAB III METODE PELAKSANAAN.....	6
A. Metode Pendekatan.....	6
B. Partisipasi Mitra.....	6
BAB IV HASIL KEGIATAN.....	7
A. Partisipasi Peserta.....	7
B. Ringkasan Hasil Kegiatan.....	7
C. Rencana Tindak Lanjut.....	7
D. Jadwal Kegiatan.....	8
E. Anggaran biaya.....	9
BAB V PENUTUP.....	10
A. Kesimpulan.....	10
B. Saran.....	10
DAFTAR PUSTAKA.....	11



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Analisis Situasi**

Penduduk Lanjut Usia merupakan bagian dari anggota keluarga dan anggota masyarakat yang semakin bertambah jumlahnya sejalan dengan peningkatan usia harapan hidup. Pada tahun 1980 penduduk lanjut usia baru berjumlah 7,7 juta jiwa atau 5,2 persen dari seluruh jumlah penduduk. Pada tahun 1990 jumlah penduduk lanjut usia meningkat menjadi 11,3 juta orang atau 8,9 persen. Jumlah ini meningkat di seluruh Indonesia menjadi 15,1 juta jiwa pada tahun 2000 atau 7,2 persen dari seluruh penduduk.

Diperkirakan pada tahun 2024 akan menjadi 29 juta orang atau 11,4 persen. Hal ini menunjukkan bahwa penduduk lanjut usia meningkat secara konsisten dari waktu ke waktu. Angka harapan hidup penduduk Indonesia berdasarkan data Biro Pusat Statistik pada tahun 1968 adalah 45,7 tahun, pada tahun 1980 : 55,30 tahun, pada tahun 1985 : 58,19 tahun, pada tahun 1990 : 61,12 tahun, dan tahun 1995 : 60,05 tahun serta tahun 2000 : 64,05 tahun.

Dengan makin meningkatnya harapan hidup penduduk Indonesia, maka dapat diperkirakan bahwa insidensi penyakit degeneratif akan meningkat pula. Salah satu penyakit degeneratif yang mempunyai tingkat morbiditas dan mortalitas tinggi adalah hipertensi. Hipertensi pada usia lanjut menjadi lebih penting lagi mengingat bahwa patogenesis, perjalanan penyakit dan penatalaksanaannya tidak seluruhnya sama dengan hipertensi pada usia dewasa muda. Pada umumnya tekanan darah akan bertambah tinggi dengan bertambahnya usia pasien, dimana tekanan darah diastolik akan sedikit menurun sedangkan tekanan sistolik akan terus meningkat.

Hipertensi sebagai salah satu penyakit tidak menular yang paling umum ditemukan dalam praktik kesehatan. Komplikasi hipertensi dapat mengenai berbagai organ target seperti jantung, otak, ginjal, mata, dan arteri perifer. Dalam sebuah studi meta analisis yang mencakup 61 studi observasional

prospektif pada 1 juta pasien yang setara dengan 12 juta person-years ditemukan bahwa penurunan rerata tekanan darah sistolik sebesar 2 mm Hg dapat menurunkan risiko mortalitas akibat penyakit jantung iskemik dan menurunkan risiko mortalitas akibat stroke sebesar 10%. Tercapainya target penurunan tekanan darah sangat penting untuk menurunkan kejadian kardiovaskuler pada pasien hipertensi

Hipertensi dapat mengakibatkan komplikasi seperti stroke, kelemahan jantung, penyakit jantung koroner (PJK), gangguan ginjal dan lain-lain yang berakibat pada kelemahan fungsi dari organ vital seperti otak, ginjal dan jantung yang dapat berakibat kecacatan bahkan kematian. Hipertensi atau yang disebut the silent killer yang merupakan salah satu faktor resiko paling berpengaruh penyebab penyakit jantung (cardiovascular).

Ditemukan bahwa dari tahun 2013 hingga 2015, kategori penyakit sistem pembuluh darah menempati peringkat pertama, kategori penyakit sistem muskuloskeletal dan jaringan ikat menempati peringkat kedua, dan kategori penyakit kulit dan jaringan subkutan menempati peringkat ketiga. Kategori penyakit sistem pembuluh darah meliputi penyakit hipertensi, angina pectoris, infark miokard akut, penyakit jantung iskemik lainnya, emboli paru, penyakit gagal jantung, infark serebral, stroke, penyakit pembuluh darah lain non infeksi, hemoroid, hipotensi spesifik, dan penyakit serebrovaskular tidak spesifik (Adhania, 2018). Adapun prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,11% dan Provinsi Lampung sebesar 29,94%

Penatalaksanaan hipertensi dilakukan sebagai upaya pengurangan resiko naiknya tekanan darah dan pengobatannya. Dalam penatalaksanaan hipertensi upaya yang dilakukan berupa upaya nonfarmakologis (memodifikasi gaya hidup melalui pendidikan kesehatan) dan farmakologis (obat-obatan). Beberapa pola hidup sehat yang dianjurkan oleh banyak guidelines (pedoman) adalah dengan penurunan berat badan, mengurangi asupan garam, olah raga yang dilakukan secara teratur, mengurangi konsumsi alkohol dan berhenti merokok.

## B. Masalah Mitra

Pada situasi sekarang ini, mengingat dimana masih banyak warga yang tidak mengerti cara pencegahan dan menjaga tekanan darahnya serta tidak tahu komplikasi apa saja dari hipertensi di kalangan masyarakat sebab dari itu melakukan Deteksi dini pencegahan komplikasi hipertensi ini sangat penting.

### 1. Identifikasi Masalah

- a) Masyarakat RT 4 RW 3 masih belum teratur mengontrol kesehatannya terutama mengontrol tekanan darah
- b) Masyarakat RT 4 RW 3 Masih kurang memperhatikan pola makan yang sehat
- c) Masyarakat RT 4 RW 3 masih kurang memperhatikan pentingnya melakukan olahraga dalam menjaga kesehatannya
  - a. Masyarakat RT 4 RW 3 masih sedikit yang mau datang ke pelayanan kesehatan (Puskesmas) untuk memeriksa kesehatannya.

## **BAB II**

### **SOLUSI TARGET DAN LUARAN**

#### A. Tujuan

##### 1. Tujuan Umum

Pengabdian masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran pentingnya deteksi dini pada komplikasi penyakit hipertensi.

##### 2. Tujuan Khusus

- a. Meningkatkan pengetahuan tentang Deteksi dini komplikasi hipertensi.
- b. Meningkatkan tingkat pemahaman masyarakat tentang komplikasi hipertensi.
- c. Menyadarkan pentingnya kerjasama kebersamaan dalam menghadapi kasus hipertensi di wilayah RT 04/RW.03 Kelurahan Sepanjang Jaya.

#### B. Solusi

1. Tim pengabdian masyarakat menghubungi Ketua RW. 03 dan ketua RT 04 Kelurahan Sepanjang Jaya dalam whatsapp untuk memudahkan koordinasi pengadaan kegiatan pembinaan dan penyuluhan tentang “Deteksi dini pencegahan komplikasi hipertensi” dengan melakukan pendataan kepada warga.
2. Melakukan kegiatan penyuluhan dengan menyesuaikan kondisi di wilayah RT 04/RW 03 Kelurahan Sepanjang Jaya. Masyarakat melakukan pengecekan tekanan darah dan mengikuti pengkajian sederhana di stand kehadiran yang telah disiapkan.
3. Menyediakan stand banner dan leaflet terkait deteksi dini pencegahan komplikasi hipertensi

#### C. Sasaran

Deteksi dini pencegahan komplikasi hipertensi merupakan penanganan yang wajib dilakukan dan harus dipahami dalam keresahan masyarakat. Mitra yang kami gunakan adalah RT 04/RW.03 Kelurahan Sepanjang Jaya yaitu dengan masyarakat lingkungan RT 04/ RW 03. Kelurahan Sepanjang Jaya.

#### D. Luaran

Luaran yang kami harapkan dari solusi yang ditawarkan adalah

1. Pengetahuan Masyarakat RT 04/RW 03 Kelurahan sepanjang jaya dapat meningkat dan bisa memahami tentang Penyakit Hipertensi
2. Pola Hidup Sehat dari Masyarakat RT 04/RW 03 Kelurahan sepanjang jaya dapat tercapai
3. Motivasi Masyarakat RT 04/RW 03 Kelurahan sepanjang jaya dapat meningkat untuk memelihara kesehatannya
4. Masalah Kesehatan Masyarakat RT 04/RW 03 Kelurahan sepanjang jaya terutama terhadap penyakit Hipertensi dapat teratasi.
5. Luaranya adalah masyarakat RT 04/RW 03 Kelurahan sepanjang jaya menurun angka penyakit Hipertensinya

### **BAB III**

#### **METODE PELAKSANAAN**

##### A. Metode Pendekatan

Dalam rangka mencapai tujuan yang tercantum diatas, maka ditempuh langkah-langkah sebagai berikut:

1. Diskusi dan konsultasi dengan ketua pengabdian masyarakat beserta tim.
2. Pendekatan melalui RT 04/RW.03 Kelurahan Sepanjang Jaya

Kegiatan telah dilaksanakan pada tanggal 16 Mei 2023 dengan metode yang digunakan berupa penyuluhan dan melakukan demonstrasi senam hipertensi untuk masyarakat di wilayah RT 04/RW.03 Kelurahan Sepanjang Jaya tentang **“Deteksi dini pencegahan komplikasi hipertensi”**. Penyampaian materi dan ditutup dengan sesi tanya jawab.

##### B. Partisipasi Mitra

Kegiatan ini tidak akan berhasil tanpa adanya keterkaitan dengan beberapa pihak. Dalam hal ini kepada pihak yang mempunyai wewenang. Dimana kegiatan pengabdian masyarakat hendak dilakukan, memberi dukungan dalam kegiatan ini dengan memudahkan koordinasi pengadaan kegiatan pembinaan dan penyuluhan tentang “Deteksi dini pencegahan komplikasi hipertensi” dengan sasaran dalam kegiatan ini adalah masyarakat di wilayah RT 04/RW.03 Kelurahan Sepanjang yaitu sebanyak 30 orang. Metode yang digunakan adalah penyuluhan dengan menggunakan media dan menyesuaikan kondisi di wilayah RT 03/RW.03 Kelurahan Sepanjang Jaya sesuai protokol kesehatan.

## **BAB IV HASIL KEGIATAN**

### **A. Partisipasi Peserta**

Kegiatan ini dapat berlangsung atas kerjasama beberapa pihak dalam hal ini Ketua RT, Kader dan seluruh masyarakat di RT 04/RW 03 Kelurahan Sepanjang Jaya Kota Bekasi, pada pendidikan kesehatan mengenai **“Deteksi Dini Pencegahan Komplikasi Hipertensi”**.

### **B. Ringkasan Hasil Kegiatan**

#### **1. Evaluasi Struktur**

- Penyampaian materi
- Tanya jawab
- Evaluasi

#### **2. Evaluasi Proses**

Pada proses penyuluhan diharapkan dapat berlangsung dengan lancar dan kondusif terlihat dari peserta dapat memperhatikan materi yang diberikan dengan baik, selama proses penyuluhan terjadi interaksi antara penyuluh dan sasaran. Kehadiran peserta diharapkan 100 % dan tidak ada peserta yang meninggalkan tempat penyuluhan selama kegiatan berlangsung sehingga peserta memahami materi penyuluhan yang diberikan.

#### **3. Evaluasi Hasil**

Seluruh masyarakat yang hadir mampu memahami materi yang disampaikan, dan juga mereka yang belum mengerti dari beberapa materi yang dijelaskan bertanya mengenai deteksi dini pencegahan komplikasi hipertensi kepada pemateri, kesimpulan yang didapatkan mereka sudah sedikit banyak mengerti dalam memilah makanan yang beresiko beracun dan cara penanganannya.

### **C. Rencana Tindak Lanjut**

Untuk kegiatan berikutnya akan dilaksanakan secara berkala, dengan lingkup kegiatan yang lebih luas dengan harapan dapat meningkatkan kesehatan masyarakat di wilayah tersebut. Diperlukan upaya dan kerjasama yang baik

lintas sectoral dengan pihak Ketua RT dan Kader di RT 004 Kelurahan Sepanjang Jaya, Kota Bekasi. Jika memungkinkan akan dibuatkan MOU kegiatan pengabdian masyarakat di wilayah tersebut agar tetap terminator dan terpantau untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.

#### D. Jadwal Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada

No	Nama Kegiatan	Mei			
		1	2	3	4
1	<b>Persiapan</b>				
	• Koordinasi lokasi				
	• Membuat surat permohonan untuk kegiatan				
	• Menyiapkan proposal dan media untuk penkes				
	• Menyiapkan kuisioner pre-test dan post-test				
2	<b>Penyuluhan</b>				
	• Pelaksanaan pre-test				
	• Penyampaian materi				
	• Tanya jawab				
	• Pelaksanaan Post test				
3	<b>Pelaporan</b>				
	• Menyiapkan dan menyusun kegiatan akhir				
	• Menyusun laporan hasil kegiatan yang telah dilakukan				

E. Anggaran biaya

No	Uraian	Rincian data		Total
		Jumlah	Harga	
1.	Banner	1 Barang	Rp. 300.000	Rp. 300.000
2.	Stand Banner	1 Barang	Rp. 100.000	Rp. 100.000
3.	Lefleat	30 Lembar	Rp. 5.000	Rp. 150.000
4.	Penghargaan (plakat & sertifikat)	1 Barang	Rp. 100.000	Rp. 100.000
5.	Proposal dan Surat	3 Dokumen	Rp. 50.000	Rp. 50.000
6.	Konsumsi Masyarakat	30 Buah	Rp. 7.000	Rp. 210.000
7.	Doorprize	5 Buah	Rp. 50.000	Rp. 250.000
8.	Konsumsi Dosen	3 Orang	Rp. 30.000	Rp. 90.000
9.	Konsumsi RT	1 Orang	Rp. 20.000	Rp. 20.000
10.	Konsumsi Mahasiswa	18 Orang	Rp. 10.000	Rp. 180.000
11.	Air Mineral Gelas	1 Kardus	Rp. 20.000	Rp. 20.000
12.	Uang Binaan Pengurus	-	-	Rp. 250.000
13.	Uang Tak Terduga	-	-	Rp. 80.000
<b>Total</b>				<b>Rp. 1.800.000</b>

Pemasukan

$$100.000 \times 18 \text{ Mahasiswa} = \text{Rp. 1.800.000}$$

## **BAB V PENUTUP**

### **A. Kesimpulan**

Kegiatan pengabdian masyarakat telah berjalan sesuai dengan rancangan yang telah disiapkan oleh Dosen Pembimbing dan Anggota Kelompok. Masyarakat RT 04 Kelurahan Sepanjang Jaya, Kota Bekasi dengan pendampingan Ketua RT dan Kader menjadi salah satu sasaran terdepan dalam meningkatkan kesehatan masyarakat melalui “Deteksi Dini Pencegahan Komplikasi Hipertensi” di RT 04/RW 03 Kelurahan Sepanjang Jaya, Kota Bekasi. Pendampingan Ketua RT dan Kader sangat penting terhadap Deteksi Dini Pencegahan Komplikasi Hipertensi di RT 04/ RW 03 Kelurahan Sepanjang Jaya, Kota Bekasi. Antusias warga dalam proses berjalan nya acara sangat membuat kami sebagai Anggota kelompok yang menyelenggarakan Penyuluhan menjadi lebih semangat dalam memberikan penyuluhan. Warga sangat aktif dalam bertanya dan menjawab pertanyaan mengenai Deteksi Dini Pencegahan Komplikasi Hipertensi di RT 04/RW 03 Kelurahan Sepanjang Jaya, Kota Bekasi.

Kegiatan seperti ini diperlukan sebagai upaya berkelanjutan dalam peningkatan kesehatan masyarakat tentang Deteksi Dini Pencegahan Komplikasi Hipertensi di RT 04/RW 03 Kelurahan Sepanjang Jaya, Kota Bekasi

### **B. Saran**

Diharapkan kerjasama dari berbagai pihak dalam perubahan peningkatan pengetahuan masyarakat tentang Deteksi Dini Pencegahan Komplikasi Hipertensi ini. Peran pendampingan Ketua RT dan Kader sangat penting dalam meningkatkan pengetahuan warga tentang Deteksi Dini Pencegahan Komplikasi Hipertensi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andrea GY, 2013 Korelasi Derajat Hipertensi dengan Stadium Penyakit Ginjal Kronik di RSUP. Dr. Kariadi Semarang periode 2008-2012.Semarang.
- Damayantie N, Heryani E, Muazir, 2018. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Penatalaksanaan Hipertensi oleh Penderita di Wilayah Kerja Puskesmas Sekernan Ilir Kabupaten Muaro Jambi Tahun 2018. Jambi
- Heniawati, Thabrany H.2016. Perbandingan Klaim Penyakit Katastropik Peserta Jaminan Kesehatan Nasional di Provinsi DKI Jakarta dan Nusa Tenggara Timur Tahun 2014. Jakarta Adhania CC, Wiwaha G, Fianza PI.2018. Prevalensi Penyakit Tidak Menular pada Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama di Kota Bandung Tahun 2013- 2015. Bandung
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.2017. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta.

## LAMPIRAN

1. Berita Acara (terlampir)
2. Surat Permohonan pelaksanaan Kegiatan (terlampir)
3. Foto Kegiatan (terlampir)
4. Banner Penyuluhan (terlampir)
5. Print Out Materi (terlampir)
6. Daftar hadir panitia (terlampir)
7. Daftar Hadir Peserta (terlampir).
8. Penghargaan (terlampir).
9. Stand Banner (terlampir)

# 1. Berita Acara



**BERITA ACARA  
PELAKSANAAN PENGABDIAN MASYARAKAT  
MAHASISWA PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (S1)  
SYIKES MEDISTRA INDONESIA  
TAHUN AKADEMIK 2021/2022**

Pada hari ~~Selasa~~.. tanggal ~~16~~.. bulan ~~Mei~~.. Tahun 2023 telah dilaksanakan Pengabdian Masyarakat mahasiswa Program Studi Keperawatan T.A 2022/2023 :

Jumlah Mahasiswa : 18 Mahasiswa  
Jumlah Pembimbing : 3 Dosen  
1. Lina Indrawati, S.Kep.Ners., M.Kep.  
2. Dinda Nur Fajri HB, S.Kep.Ners., M.Kep.  
3. Lisna Agustina, S.Kep.Ners., M.Kep.  
Bentuk Kegiatan : Penyuluhan Kesehatan  
Waktu : 14:00 WIB s.d Selesai

Catatan penting selama pelaksanaan pengabdian masyarakat:  
*kegiatan Pengabdian masyarakat berjalan lancar, mahasiswa dosen & Masyarakat sangat aktif dan antusias*  
Demikianlah berita acara ini dibuat dengan sebenarnya, sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan.

Ketua Pelaksana

Lina Indrawati, S.Kep.Ners., M.Kep.

Bekasi, 16 Mei 2023

Mengetahui,  
Ka. Prodi Keperawatan (S1&Ners)  
  
Kiki Deniati, S.Kep.,Ns., M.Kep.  
KAM KEPERAWATAN (S1)

Ketua RM  
  
Nenny  
KAM KEPERAWATAN (S1)

## 2. Surat Permohonan Pelaksanaan Kegiatan



**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)  
MEDISTRA INDONESIA**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS-PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN (S1)  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI BIDAN - PROGRAM STUDI KEBIDANAN (S1)  
PROGRAM STUDI FARMASI (S1)-PROGRAM STUDI KEBIDANAN (D3)**  
Jl. Cut Mutia Raya No. 88A-Kel.Sepanjang Jaya - Bekasi Telp.(021) 82431375-77 Fax (021) 82431374  
Web: stikesmedistra-indonesia.ac.id Email: stikes\_mi@stikesmedistra-indonesia.ac.id

Bekasi, 15 Mei 2023

No : 286/STIKes MI/Kep/B4/V/2023

Lampiran : -

Perihal : Surat Permohonan Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat di RT 004

Kepada Yth.

Ketua RT 04 RW 03, Kelurahan Sepanjangjaya

Di

Tempat

Dengan hormat,

Sehubungan dengan akan dilaksanakan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Mahasiswa STIKes Medistra Indonesia, maka dengan ini kami mengajukan surat permohonan pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat, adapun kegiatan tersebut akan dilaksanakan pada :

Hari/Tanggal : Selasa, 16 Mei 2023

Waktu : 14.00 s.d 16.00

Tempat : RT 004 RW 003, Kelurahan Sepanjangjaya

Tema : Deteksi Dini Pencegahan Komplikasi Hipertensi

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian Bapak/Ibu kami ucapkan terimakasih.

Ka. Prodi Keperawatan S1 dan  
Profesi Ners

Kiki Diniati, S.Kep., Ns., M.Kep  
NIDN, 0316028302

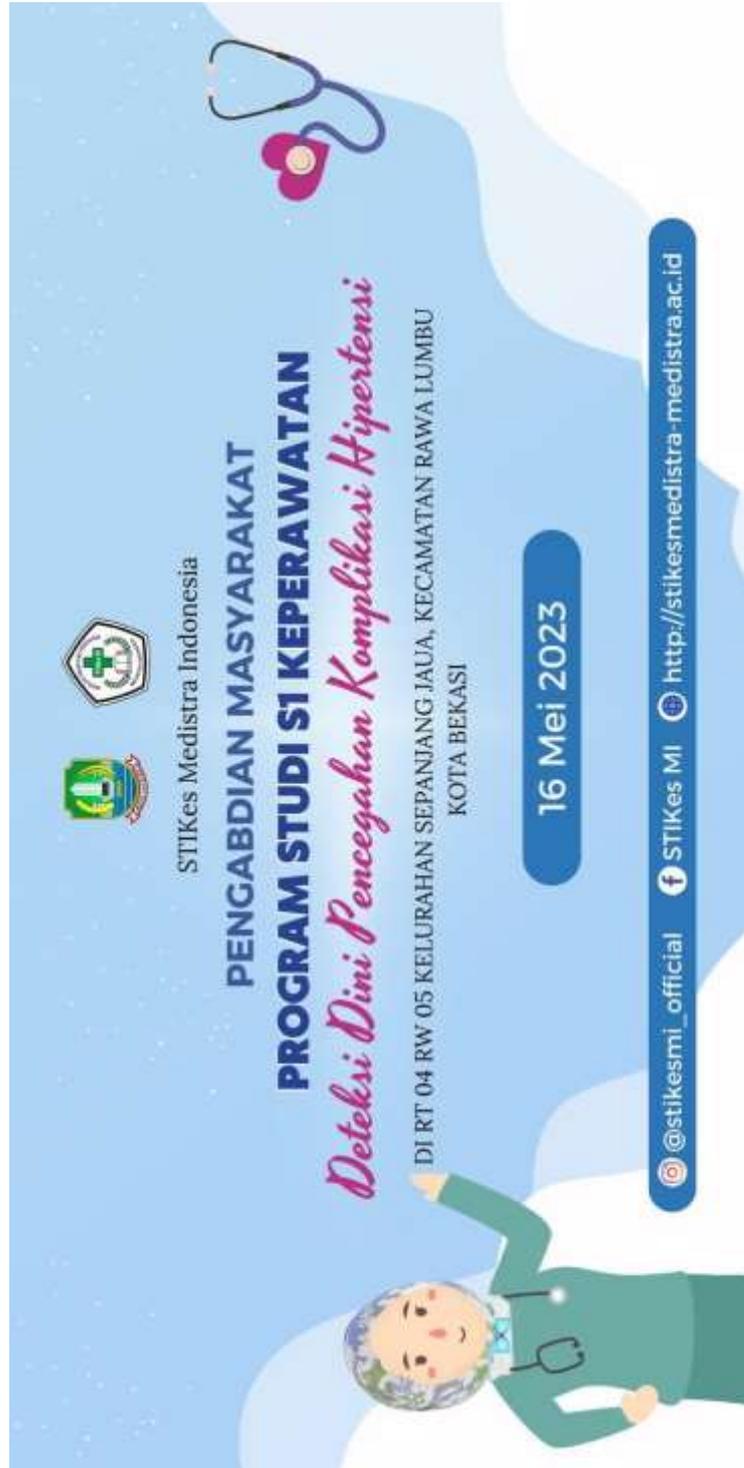
Tembusan:

1. WKI Bidang Akademik
2. Peringgal

### 3. Foto Kegiatan



4. Banner Penyuluhan



The banner features a light blue background with a white cloud-like shape at the bottom. On the left, there is a cartoon illustration of a female doctor in a green uniform with a stethoscope, pointing upwards. At the top right, there is a stethoscope icon with a pink heart. The text is centered and includes logos for STIKes Medistra Indonesia, the event title, the location, and the date. Social media icons for Instagram, Facebook, and a website URL are located at the bottom.

   
STIKes Medistra Indonesia

**PENGABDIAN MASYARAKAT**  
**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**

*Deteksi Dini Pencegahan Komplikasi Hipertensi*

DI RT 04 RW 05 KELURAHAN SEPANJANG JAJA, KECAMATAN RAWA LUMBU  
KOTA BEKASI

**16 Mei 2023**

 @stikesmi\_official  STIKes MI  <http://stikesmedistra-medistra.ac.id>

## 5. Print Out Materi



### DETEKSI DINI

MENCEGAH KOMPLIKASI HIPERTENSI

ETIKA Profesi Perawat

### HIPERTENSI

Hipertensi adalah suatu kondisi dimana tekanan darah berada di atas normal dan biasanya diukur dengan alat ukur tekanan darah. Hipertensi adalah penyakit kronis yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah yang terus-menerus.

Hipertensi adalah penyakit kronis tidak menular yang paling umum dialami masyarakat di seluruh dunia. (Rendreschke et al, 2020)

### TANDA & GEJALA HIPERTENSI

**01** Pada sebagian besar penderita hipertensi tidak ada keluhan, gejala, atau tanda. Gejala yang mungkin dirasakan adalah sakit kepala, pusing, mual, dan pandangan kabur.

**02** Gejala hipertensi yang ada meliputi: sakit kepala, pusing, mual, dan pandangan kabur. Gejala ini biasanya dirasakan pada malam, pagi, dan sore hari.



HIPERTENSI YANG TIDAK TERKONTROL AKAN MEMBUKAKAN BEBERAPA KOMPLIKASI. BILA MENGENAI JANTUNG, KEMUNGKINAN TERJADI INFARK MIKARDI, JANTUNG KECIL, GAGAL JANTUNG KONGESTIF. BILA MENGENAI OTAK, TERJADI STROKE, DEMENTIA, HIPERTENSI DAN BILA MENGENAI CERAH, TERJADI SAKAL, GIGAL, KROBE. SEDIKAN BILA MENGENAI MATA, AKAN TERJADI RETINOPATI HIPERTENSI. (ARTYANINGRUM, 2019)

### KOMPLIKASI HIPERTENSI

Hipertensi merupakan penyebab utama stroke, serangan jantung, gagal ginjal, kebutaan, dan penyakit ginjal kronis. Hipertensi juga merupakan penyebab utama penyakit kardiovaskular lainnya, seperti penyakit arteri perifer, aneurisma aorta, dan penyakit arteri koroner. (Rendreschke et al, 2020)



### CARA MENCEGAH KOMPLIKASI HIPERTENSI



### PATUH MIHUM OBAT

Patuh minum obat adalah kepatuhan pasien dalam menggunakan obat yang diresepkan oleh dokter. Patuh minum obat dapat mencegah komplikasi hipertensi dan meningkatkan kualitas hidup pasien.

### MANFAATRAH FASILITAS RESEPTAN

Manfaatraah fasilitas reseptan adalah fasilitas yang disediakan oleh dokter untuk memudahkan pasien dalam mendapatkan obat yang diresepkan. Fasilitas ini dapat berupa resep elektronik, resep cetak, dan resep lainnya.



### TIDAK MEMKONSUMSI OBAT SEMBARANGAN

Tidak mengonsumsi obat sembarangan adalah tindakan yang harus dihindari oleh pasien hipertensi. Obat sembarangan dapat memperburuk hipertensi dan menimbulkan komplikasi.

### MENGELOLA STRESS

Mengelola stress adalah tindakan yang harus dilakukan oleh pasien hipertensi. Stress dapat meningkatkan tekanan darah dan memperburuk hipertensi.



### MENGELOLA STRESS

Mengelola stress adalah tindakan yang harus dilakukan oleh pasien hipertensi. Stress dapat meningkatkan tekanan darah dan memperburuk hipertensi.

**RELAKSASI**

Relaksasi adalah tindakan yang dilakukan untuk mengurangi stress. Relaksasi dapat dilakukan dengan cara bernapas dalam-dalam, mendengarkan musik, dan lainnya.

**HEBATASI**

Hebatasi adalah tindakan yang dilakukan untuk meningkatkan ketahanan tubuh. Hebatasi dapat dilakukan dengan cara berolahraga, makan makanan bergizi, dan lainnya.



### MENDEKALIKAN DOKA MALAR SEMBAI DIT

Mendekalikan doka malar sembai dit adalah tindakan yang harus dilakukan oleh pasien hipertensi. Tindakan ini dapat membantu menurunkan tekanan darah dan mencegah komplikasi.





6. Daftar hadir panitia

**DAFTAR HADIR PANITIA PENYULUHAN KESEHATAN  
"DETEKSI DINI PENCEGAHAN KOMPLIKASI HIPERTENSI DI RT 004  
SEPANJANG JAYA RAWALUMBU"**

No	NAMA	TTD
1.	Dinda Nur Fajri H.B, S.Kep.,Ners.,M.Kep	1. <i>[Signature]</i> 2. <i>[Signature]</i>
2.	Lina Indrawati, S.Kep.,Ners.,M.Kep	3. <i>[Signature]</i> 4. <i>[Signature]</i>
3.	Lisna Agustina, S.Kep.,Ners.,M.Kep	5. <i>[Signature]</i> 6. <i>[Signature]</i>
4.	Alaiya Pudyabawahma	7. <i>[Signature]</i> 8. <i>[Signature]</i>
5.	Anasthasya Selda Patasik	9. <i>[Signature]</i> 10. <i>[Signature]</i>
6.	Angga Prayuda	11. <i>[Signature]</i> 12. <i>[Signature]</i>
7.	Annisa Nurul Firdausi	13. <i>[Signature]</i> 14. <i>[Signature]</i>
8.	Ayu Lugina Safitri	15. <i>[Signature]</i> 16. <i>[Signature]</i>
9.	Cindi Wulandari	17. <i>[Signature]</i> 18. <i>[Signature]</i>
10.	Dinda Safira Lestari	19. <i>[Signature]</i> 20. <i>[Signature]</i>
11.	Enih Al-Alawiyah	21. <i>[Signature]</i>
12.	Fatimah Cahya Utami	
13.	Fitria Mega Pangestika	
14.	Gabriel Galilea	
15.	Hervina	
16.	Ira Amalia	
17.	Kamiliya Safinatunnajah	
18.	Linda Ayu Endang Sari	
19.	Lusiana Hotmaria Sitopu	
20.	Marco Leonardho	
21.	Muhammad Pajar	

Bekasi, 16 Mei 2023

Ketua Pelaksana Dosen  
*[Signature]*  
Lina Indrawati, S.Kep.,Ners.,M.Kep  
NIDN. 0321108001

Kepala Unit Penelitian dan  
Pengabdian Masyarakat  
*[Signature]*  
Rotua Sunany Simamora, M.Kes  
NIDN.0315018401

Kepala Program Studi Ilmu Keperawatan (S1) dan Pendidikan Profesi Ners  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Medistra Indonesia

*[Signature]*  
Kiki Deniati, S.Kep.,Ns.,M.Kep  
NIDN. 0316028302

## 7. Daftar Hadir Peserta

**DAFTAR HADIR PESERTA PENYULUHAN KESEHATAN**  
 "RETIKSI DAN PENGALAMAN KOMPTAKSI BERHENTI DI DI PAI SEMANGI JAYA BAWALEHBI"

No	Nama	Tua	JK		TTP	Makan dan Minum		Keperawatan		Kesehatan		TTP
			L	P		Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Tidak	
1	1. Tono, Ika	40			04/11							
2	2. Yohana, Feb	40			04/11							
3	3. Yohana, Feb	40			04/11							
4	4. Ari, Ayu	40			04/11							
5	5. Tania, N	40			04/11							
6	6. Nurca, Ika	40			04/11							
7	7. Salsabila, N	40			04/11							
8	8. Nurca, Ika	40			04/11							
9	9. Nurca, Ika	40			04/11							
10	10. Nurca, Ika	40			04/11							
11	11. Nurca, Ika	40			04/11							
12	12. Nurca, Ika	40			04/11							
13	13. Nurca, Ika	40			04/11							
14	14. Nurca, Ika	40			04/11							
15	15. Nurca, Ika	40			04/11							
16	16. Nurca, Ika	40			04/11							
17	17. Nurca, Ika	40			04/11							
18	18. Nurca, Ika	40			04/11							
19	19. Nurca, Ika	40			04/11							
20	20. Nurca, Ika	40			04/11							
21	21. Nurca, Ika	40			04/11							
22	22. Nurca, Ika	40			04/11							
23	23. Nurca, Ika	40			04/11							
24	24. Nurca, Ika	40			04/11							
25	25. Nurca, Ika	40			04/11							
26	26. Nurca, Ika	40			04/11							
27	27. Nurca, Ika	40			04/11							
28	28. Nurca, Ika	40			04/11							
29	29. Nurca, Ika	40			04/11							
30	30. Nurca, Ika	40			04/11							
31	31. Nurca, Ika	40			04/11							

Diambil dengan CamScanner

**DAFTAR HADIR PESERTA PENYULUHAN KESEHATAN**  
 "RETIKSI DAN PENGALAMAN KOMPTAKSI BERHENTI DI DI PAI SEMANGI JAYA BAWALEHBI"

No	Nama	Tua	JK		TTP	Makan dan Minum		Keperawatan		Kesehatan		TTP
			L	P		Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Tidak	
1	1. Tono, Ika	40			04/11							
2	2. Yohana, Feb	40			04/11							
3	3. Yohana, Feb	40			04/11							
4	4. Ari, Ayu	40			04/11							
5	5. Tania, N	40			04/11							
6	6. Nurca, Ika	40			04/11							
7	7. Salsabila, N	40			04/11							
8	8. Nurca, Ika	40			04/11							
9	9. Nurca, Ika	40			04/11							
10	10. Nurca, Ika	40			04/11							
11	11. Nurca, Ika	40			04/11							
12	12. Nurca, Ika	40			04/11							
13	13. Nurca, Ika	40			04/11							
14	14. Nurca, Ika	40			04/11							
15	15. Nurca, Ika	40			04/11							
16	16. Nurca, Ika	40			04/11							
17	17. Nurca, Ika	40			04/11							
18	18. Nurca, Ika	40			04/11							
19	19. Nurca, Ika	40			04/11							
20	20. Nurca, Ika	40			04/11							
21	21. Nurca, Ika	40			04/11							
22	22. Nurca, Ika	40			04/11							
23	23. Nurca, Ika	40			04/11							
24	24. Nurca, Ika	40			04/11							
25	25. Nurca, Ika	40			04/11							
26	26. Nurca, Ika	40			04/11							
27	27. Nurca, Ika	40			04/11							
28	28. Nurca, Ika	40			04/11							
29	29. Nurca, Ika	40			04/11							
30	30. Nurca, Ika	40			04/11							
31	31. Nurca, Ika	40			04/11							

Diambil dengan CamScanner

**DAFTAR HADIR PESERTA PENYULUHAN KESEHATAN**  
 "RETIKSI DAN PENGALAMAN KOMPTAKSI BERHENTI DI DI PAI SEMANGI JAYA BAWALEHBI"

No	Nama	Tua	JK		TTP	Makan dan Minum		Keperawatan		Kesehatan		TTP
			L	P		Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Tidak	
31	31. Nurca, Ika	40			04/11							
32	32. Nurca, Ika	40			04/11							
33	33. Nurca, Ika	40			04/11							
34	34. Nurca, Ika	40			04/11							
35	35. Nurca, Ika	40			04/11							
36	36. Nurca, Ika	40			04/11							
37	37. Nurca, Ika	40			04/11							
38	38. Nurca, Ika	40			04/11							
39	39. Nurca, Ika	40			04/11							
40	40. Nurca, Ika	40			04/11							
41	41. Nurca, Ika	40			04/11							
42	42. Nurca, Ika	40			04/11							
43	43. Nurca, Ika	40			04/11							
44	44. Nurca, Ika	40			04/11							
45	45. Nurca, Ika	40			04/11							
46	46. Nurca, Ika	40			04/11							
47	47. Nurca, Ika	40			04/11							
48	48. Nurca, Ika	40			04/11							
49	49. Nurca, Ika	40			04/11							
50	50. Nurca, Ika	40			04/11							
51	51. Nurca, Ika	40			04/11							
52	52. Nurca, Ika	40			04/11							
53	53. Nurca, Ika	40			04/11							
54	54. Nurca, Ika	40			04/11							
55	55. Nurca, Ika	40			04/11							
56	56. Nurca, Ika	40			04/11							
57	57. Nurca, Ika	40			04/11							
58	58. Nurca, Ika	40			04/11							
59	59. Nurca, Ika	40			04/11							
60	60. Nurca, Ika	40			04/11							
61	61. Nurca, Ika	40			04/11							
62	62. Nurca, Ika	40			04/11							
63	63. Nurca, Ika	40			04/11							
64	64. Nurca, Ika	40			04/11							
65	65. Nurca, Ika	40			04/11							
66	66. Nurca, Ika	40			04/11							
67	67. Nurca, Ika	40			04/11							
68	68. Nurca, Ika	40			04/11							
69	69. Nurca, Ika	40			04/11							
70	70. Nurca, Ika	40			04/11							
71	71. Nurca, Ika	40			04/11							
72	72. Nurca, Ika	40			04/11							
73	73. Nurca, Ika	40			04/11							
74	74. Nurca, Ika	40			04/11							
75	75. Nurca, Ika	40			04/11							
76	76. Nurca, Ika	40			04/11							
77	77. Nurca, Ika	40			04/11							
78	78. Nurca, Ika	40			04/11							
79	79. Nurca, Ika	40			04/11							
80	80. Nurca, Ika	40			04/11							
81	81. Nurca, Ika	40			04/11							
82	82. Nurca, Ika	40			04/11							
83	83. Nurca, Ika	40			04/11							
84	84. Nurca, Ika	40			04/11							
85	85. Nurca, Ika	40			04/11							
86	86. Nurca, Ika	40			04/11							
87	87. Nurca, Ika	40			04/11							
88	88. Nurca, Ika	40			04/11							
89	89. Nurca, Ika	40			04/11							
90	90. Nurca, Ika	40			04/11							
91	91. Nurca, Ika	40			04/11							
92	92. Nurca, Ika	40			04/11							
93	93. Nurca, Ika	40			04/11							
94	94. Nurca, Ika	40			04/11							
95	95. Nurca, Ika	40			04/11							
96	96. Nurca, Ika	40			04/11							
97	97. Nurca, Ika	40			04/11							
98	98. Nurca, Ika	40			04/11							
99	99. Nurca, Ika	40			04/11							
100	100. Nurca, Ika	40			04/11							

Diambil dengan CamScanner

## 8. Penghargaan



9. Stand Banner

STIKES MEDISTRA INDONESIA  
PRODI ST KEPERAWATAN

## Cegah Komplikasi Hipertensi

Dengan Deteksi Dini :

- Minum obat secara rutin
- Diet makanan sesuai anjuran
- Jangan minum obat sembarangan
- Kontrol rutin ke pelayanan kesehatan
- Mengelola stress dengan baik

**MENEGAH LEBIH BAIK DARI PADA MENGOBATI!**