

KARYA TULIS ILMIAH

**EDUKASI PENTINGNYA POLA HIDUP SEHAT PADA
KELUARGA DENGAN ANGGOTA KELUARGA YANG
MENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
UPTD PUSKESMAS SEKARJAYA
TAHUN 2025**



RANGGA RAHMADAN
PO.71.20.2.22.014

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN PALEMBANG
JURUSAN KEPERWATAN
PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA
KEPERAWATAN BATURAJA
TAHUN 2025

**EDUKASI PENTINGNYA POLA HIDUP SEHAT PADA
KELUARGA DENGAN ANGGOTA KELUARGA YANG
MENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
UPTD PUSKESMAS SEKARJAYA
TAHUN 2025**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Ahli Madya Keperawatan



**RANGGA RAHMADAN
PO.71.20.2.22.014**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN PALEMBANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA
KEPERAWATAN BATURAJA
TAHUN 2025**

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Hipertensi adalah masalah kesehatan global yang sangat umum dan terjadi di berbagai wilayah di seluruh dunia (Hedner, et.al, 2012 dalam Sri Wahyuni, 2020). Seringkali, penderita hipertensi tidak menyadari kondisinya karena penyakit ini dikenal sebagai "*silent killer*," yang hanya bisa terdeteksi melalui pemeriksaan tekanan darah (Anshari, 2020 dalam Ayaturahmi, 2022). Hipertensi sendiri didefinisikan sebagai kondisi dengan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg (Yeyeh, 2010 dalam Ainurrafiq, 2019).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (*WHO*, 2021), Sekitar 1,28 miliar individu dewasa dengan rentang usia 30 Hingga usia 79 tahun, sebanyak individu di seluruh dunia menderita hipertensi. *Prevalensi* tertinggi terdapat di Amerika Serikat, yang dipengaruhi Disebabkan oleh berbagai aspek seperti obesitas, usia lanjut, Gaya hidup yang kurang sehat, pola makan tidak seimbang dengan asupan garam tinggi, stres, kurangnya aktivitas fisik, serta riwayat keluarga dengan hipertensi.

Di Indonesia, sekitar 34% orang dewasa mengalami hipertensi. Laporan tersebut mengungkapkan bahwa *prevalensi* hipertensi Kecenderungannya meningkat seiring dengan bertambahnya usia, dengan Rentang usia 45-54 tahun memiliki angka kejadian tertinggi. Selain itu, data menunjukkan bahwa sekitar

25% Banyak penderita hipertensi di Indonesia yang tidak menyadari bahwa mereka mengidap kondisi tersebut (Riskesdas 2018).

Pada tahun 2020, Kota Palembang tercatat memiliki penderita hipertensi terbanyak, yaitu 337.260 jiwa, sementara Kecamatan Musi Rawas Utara memiliki jumlah terendah, 34.834 jiwa. Dari total penderita, hanya 49,5% (987.295 orang) yang menerima layanan medis, meningkat dari 39,6% (645.104 orang) pada 2021 (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan, 2023).

Hipertensi menduduki peringkat kelima dari sepuluh penyakit dengan kasus terbanyak, yaitu 6.801 kasus, dan peringkat pertama dalam kategori penyakit *degeneratif*. *Prevalensi* hipertensi di Kabupaten Ogan Komering Ulu cukup tinggi, dengan sekitar 74.411 penderita, dan 27.943 orang (38,6%) telah mendapatkan layanan medis sesuai standar (Dinas Kesehatan OKU, 2023).

Berdasarkan survey data pukesmas sekarjaya menerima kasus hipertensi yang terdata 6.530 dan mendapatkan pelayanan sebanyak 1.464 (Dinas kesehatan Ogan Komering Ulu, 2023).

Berdasarkan data di atas dan tingginya *prevalensi* hipertensi, Peneliti berminat untuk melakukan penelitian kasus “Edukasi Pentingnya Pola Hidup Sehat Pada Keluarga Dengan Anggota Keluarga Yang Menderita Hipertensi Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Sekarjaya Tahun 2025”.

1.2 Rumusan Masalah

Belum Diketahuinya upaya “Edukasi Pentingnya Pola Hidup Sehat Pada Keluarga Dengan Anggota Keluarga Yang Menderita Hipertensi Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Sekarjaya Tahun 2025”.

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Diketahuinya gambaran edukasi pentingnya pola hidup sehat pada keluarga dengan anggota keluarga yang menderita hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas sekarjaya Tahun 2025.

1.3.2 Tujuan khusus

- a. Mendeskripsikan masalah kesehatan keluarga melalui pengkajian tentang edukasi pentingnya pola hidup sehat pada keluarga dengan Anggota Keluarga Yang Menderita Hipertensi Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Sekarjaya Tahun 2025.
- b. Mendeskripsikan diagnosa tentang pentingnya edukasi pola hidup sehat pada keluarga dengan anggota keluarga yang menderita hipertensi di wilayah kerja UPTD puskesmas sekarjaya tahun 2025.
- c. Mendeskripsikan intervensi tentang pentingnya edukasi pola hidup sehat pada keluarga dengan anggota keluarga yang menderita hipertensi di ilayah kerja UPTD puskesmas sekarjaya tahun 2025.
- d. Mendeskripsikan implementasi tentang pentingnya edukasi pola hidup sehat pada keluarga dengan anggota keluarga yang menderita hipertensi di wilayah kerja UPTD puskesmas sekarjaya tahun 2025
- e. Mendeskripsikan evaluasi tentang pentingnya edukasi pola hidup sehat pada keluarga dengan anggota keluarga yang menderita hipertensi di wilayah kerja UPTD puskesmas sekarjaya tahun 2025.

1.4 Metode Penelitian

1.4.1 Metodologi

Metodologi Penelitian ini diharapkan dapat mendukung peneliti dalam merancang penelitian yang terorganisir, valid, dan dapat diandalkan, sehingga dapat mencapai tujuan yang berkaitan dengan pentingnya pola hidup sehat pada keluarga dengan anggota keluarga yang menderita hipertensi di wilayah kerja UPTD puskesmas sekarjaya tahun 2025.

1.4.2 Keilmuan

Sebagai acuan dalam pengembangan ilmu pengetahuan, memperluas wawasan, serta menjadi bahan masukan dan referensi dalam proses belajar mengajar, khususnya dalam bidang keperawatan keluarga tentang edukasi pentingnya pola hidup sehat pada keluarga dengan anggota keluarga yang menderita hipertensi di wilayah kerja UPTD puskesmas sekarjaya tahun 2025.

1.4.3 Sumber

Diharapkan dengan adanya sumber studi kasus ini semoga dapat membantu peneliti untuk mendapatkan data dan informasi mengenai Edukasi Pentingny Pola Hidup Sehat Pada Keluarga Dengan Anggota Keluarga Yang Menderita Hipertensi Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Sekarjaya Tahun 2025.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, Rahmita Nuril. "Membangun Pola Hidup Sehat Lansia Hipertensi Dengan Berolahraga." *Jurnal Keperawatan* 12.1 (2020): 51-58.
- Ayu, Mayang Sari. "Analisis Klasifikasi Hipertensi dan Gangguan Fungsi Kognitif pada Lanjut Usia." *JUMANTIK (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)* 6.2 (2021): 131-136.
- Fatmawati, Baiq Ruli, Marthilda Suprayitna, and Istianah Istianah. "Self Efficacy Dan Perilaku Sehat Dalam Modifikasi Gaya Hidup Penderita Hipertensi." *Jurnal Ilmiah Stikes YARSI Mataram* 11.1 (2021): 1-7.
- Hamria, H., Mien, M., & Saranani, M. (2020). Hubungan Pola Hidup Penderita Hipertensi Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Batalaiworu Kabupaten Muna. *Jurnal Keperawatan*, 4(01), 17-21.
- Harsismanto, J., Andri, J., Payana, T. D., Andrianto, M. B., & Sartika, A. (2020). Kualitas tidur berhubungan dengan perubahan tekanan darah pada lansia. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 2(1), 1-11.
- Iksan, R. R., Hastuti, E., Abidah, A., & Pramesti, G. (2020). Upaya Pencegahan Stroke Pada Lansia Dengan Hipertensi Melalui Penyuluhan Kesehatan Tentang Hipertensi. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 3(2), 288-294..
- Kartika, Mory, Subakir Subakir, and Eko Mirsiyanto. "Faktor-Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Rawang Kota Sungai Penuh Tahun 2020." *Jurnal Kesmas Jambi* 5.1 (2021): 1-9.
- Maswarni, M., & Hayana, H. (2021). Hubungan Pola Hidup Sehat Pada Penderita Hipertensi Dengan Pengontrolan Tekanan Darah Terhadap aktivitas Fisik Di RW 024 DESA PANDAU JAYA KAB. KAMPAR. *Menara Ilmu: Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmiah*, 15(2).

- Ns. I Gusti Ayu Putu Desy Rohana, M.Kep., Sp.Kep.Kom. Enik Suhariyanti, S.Kep., Ners., M.Kep. Ns.Rian Agus Setiawan, S.Kep., M.Kep., Sp. Kep.K. Dr. Betty Suprapti SKp., M.Kes. (2024). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga*.
- Prabasari, N. A., Juwita, L., & Marcello, S. A. (2021). Pelatihan Dan Pendampingan Kader Posyandu Lansia Dalam Pencegahan Hipertensi Dengan Terapi Non Farmakologi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kenjeran. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 7-11.
- Pratiwi, Katharina Ayu, Sapti Ayubbana, and Nury Luthfiyatil Fitri. "Penerapan Relaksasi Benson terhadap 84 unan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Kota Metro." *Indikia Muda* 1.1 (2021).
- Seprina, S., Herlina, H., & Bayhakki, B. (2022). Hubungan Perilaku CERDIK terhadap Pengontrolan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Masa Pandemi COVID-19. *Holistic Nursing and Health Science*, 5(1), 66-73.
- Susanti, Y., Anita, A., & Santoso, D. Y. A. (2021). perilaku cerdik penderita hipertensi dimasa pandemi covid 19. *Jurnal Keperawatan*, 13(1), 61-76.
- Suwetty, Awaliyah Muslimah, et al. "Giat Cerdik Kendalikan Hipertensi Di Desa Utiuh Tuan, Kecamatan Semau Selatan Kabupaten Kupang." *GEMASSIKA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 5.2 (2021): 95-105.
- Suwetty, Awaliyah Muslimah, et al. "Giat Cerdik Kendalikan Hipertensi Di Desa UtiuhTuan, Kecamatan Semau Selatan Kabupaten Kupang." *GEMASSIKA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 5.2 (2021): 95-105.
- Talindong, Agustinus, and H. S. Mutmainnah. "Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi: Tinjauan Sistematis." *Journal of Health (JoH)* 11.1 (2024): 109-118.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2018). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia : Definisi dan Tindakan Keperawatan. Jakarta: DPP PPNI.

Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia :
Definisi dan Indikator Diagnostik. Jakarta: DPP PPNI

Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2018). Standar Luaran Keperawatan Indonesia :
Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan. Jakarta: DPP PPNI

Zhang, T., E. H. Krekels, and C. Knibbe. "(2022)." *Drug pharmacokinetics in the obese population: challenging common assumptions on predictors of obesit-related parameter changes.*(10) (2013): 657-674.