



Edukasi Bahaya Hipertensi Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Simalingkar

Rahmawani Fauza

Universitas Imelda Medan

Corresponding Author: rahmawani.29@gmail.com

ABSTRACT

Introduction High blood pressure of pregnant women (hypertension) can cause intrauterine fetal growth disorders which of course will have an impact on birth weight. The number of maternal deaths by province in 2018-2019 decreased from 4,226 to 4,221 maternal deaths in Indonesia based on reports. In 2019, the most common causes of maternal death were bleeding (1,280 cases), hypertension in pregnancy (1,066 cases), infection (207 cases). During 2006 to 2019 the coverage of health services for K4 pregnant women tends to increase. When compared with the target of the Ministry of Health's 2019 Strategic Plan (Renstra) which was 80%, the 2019 achievement had reached the target of 88.54%. (Ministry of Health RI, 2019) Objective: Researchers provide counseling to pregnant women about the dangers of hypertension to pregnancy, this aims so that mothers can avoid, or prevent the occurrence of hypertension, for mothers who have a history of hypertension, are expected not to aggravate the situation by avoiding things that can worsen the mother's condition such as stress, and maintain diet and adequate sleep patterns Methods: The method used in this study is a quantitative method and a qualitative method, where the researcher explains the incident through data collection focused on numerical data, as well as by interviewing respondents and providing counseling to respondents.

Kata Kunci

Hypertension, Pregnant Women, Hypertension Prevention

PENDAHULUAN

Tekanan darah ibu hamil yang tinggi (hipertensi) dapat mengakibatkan gangguan pertumbuhan janin intrauterin yang tentunya akan berdampak terhadap berat badan lahir. Terdapat banyak faktor untuk terjadinya hipertensi dalam kehamilan, faktor resiko hipertensi pada kehamilan adalah sebagai berikut : 1) Primigravida (seorang wanita hamilyang untuk pertama kali. 2) Hiperplasentosis misalnya : mola hidatidosa, kehamilan multipel, DM , hidrops fetalis, bayi besar. 3) Umur yang ekstrim (>35 tahun) Hipertensi Dalam Kehamilan. 4) Riwayat keluarga yang pernah preeklampsia / eklampsia. 5) Penyakit, penyakit ginjal dan hipertensi yang sudah ada sebelum hamil. 6) Obesitas (BMI >35) (Anggraeni, 2018).

Hipertensi didefinisikan sebagai nilai ≥ 140 mmHg tekanan darah sistolik dan atau ≥ 90 mmHg tekanan darah diastolik. Klasifikasi yang sama digunakan pada anak muda, subjek setengah baya dan tua, sedangkan kriteria berbeda,

berdasarkan pada persentil, diadopsi pada anak-anak dan remaja untuk siapa data dari uji intervensi tidak tersedia (Suling, 2018).

The National High Blood Pressure Educational Program Working Group on High Blood Pressure in Pregnancy mengelompokkan hipertensi dalam kehamilan sebagai berikut, Hipertensi Kronik. Pada kehamilan Bila didapatkan Tekanan darah > 140/90 mm Hg sebelum usia kehamilan 20 minggu atau tetap menetap > 12 minggu post partum. Penurunan tekanan darah yang berlebihan dapat menyebabkan penurunan perfusi plasenta yang memperburuk prognosis perinatal. Kedua Hipertensi Gestasional, Hipertensi gestasional merupakan hipertensi yang diinduksi oleh kehamilan. Tekanan darah > 140/90 mm Hg tanpa proteinuria pada wanita hamil > 20 minggu. Sekitar 50% penderita hipertensi gestasional pada usia kehamilan 24-35 minggu berkembang menjadi pre-eklampsia. Ketiga Preeklampsia didiagnosis bila Tekanan darah > 140/90 mm Hg pada wanita hamil > 20 minggu, proteinuria (> 300mg/24 jam urin) Berat - ringan penyakit tergantung derajat hipertensi, dan proteinuria.(Turana, dkk, 2015)

Jumlah kematian ibu menurut provinsi tahun 2018-2019 terdapat penurunan dari 4.226 menjadi 4.221 kematian ibu di Indonesia berdasarkan laporan. Pada tahun 2019 penyebab kematian ibu terbanyak adalah perdarahan (1.280 kasus), hipertensi dalam kehamilan (1.066 kasus), infeksi (207 kasus). Selama tahun 2006 sampai tahun 2019 cakupan pelayanan kesehatan ibu hamil K4 cenderung meningkat. Jika dibandingkan dengan target Rencana Strategis (Renstra) Kementerian Kesehatan tahun 2019 yang sebesar 80%, capaian tahun 2019 telah mencapai target yaitu sebesar 88,54%.(Kemenkes RI, 2019)

Cara Mengatasi Hipertensi Dalam Kehamilan Secara Tepat Pemantauan tekanan darah secara rutin adalah bagian paling penting untuk mendeteksi secara dini. Dengan deteksi dini maka risiko bisa dianalisis lebih baik. Berikut adalah klasifikasi tekanan darah yang bisa dijadikan rujukan. Selain itu, penting sekali bagi ibu hamil untuk menerapkan pola hidup sehat, seperti : 1. Banyak makan sayur dan buah yang mengandung serat. 2. Aktif bergerak; bisa dengan jalan-jalan santai atau berenang. 3. Berhenti merokok dan batasi konsumsi alcohol. 4. Kurangi mengasup makanan dengan kadar garam tinggi.

Tekanan darah tinggi dalam kehamilan memiliki tanda dan gejala yang tidak khas (layaknya wanita hamil normal pada umumnya). Beberapa tanda dan gejala yang perlu diperhatikan antara lain: Sakit kepala selama terus menerus, Perubahan penglihatan, Sakit perut, Mual dan muntah, Sesak napas, Bengkak pada tangan dan wajah, Urine sedikit atau tidak ada (Prasetya, 2021)

METODE PENELITIAN

Metode yang dilakukan pada penelitian ini adalah metode kuantitatif dan metode kualitatif, dimana peneliti menjelaskan materi dan melakukan pengumpulan data yang terfokus dalam data numeric, serta dengan mewawancarai responden dan memberikan penyuluhan kepada responden. Populasi ibu hamil yang berada di daerah simalingkar berjumlah 50 orang, sampel untuk penelitian ini berjumlah 40 responden,

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Usia Pada Ibu Hamil di Puskesmas Simalingkar

| Usia | Frekuensi | % |
|---------------|-----------|------------|
| < 20-35 Tahun | 28 | 70% |
| >35 Tahun | 12 | 30% |
| Jumlah | 40 | 100 |

Tabel 2

Distribusi Frekuensi Pendidikan Terakhir Ibu Hamil di Puskesmas Simalingkar

| <i>Pendidikan</i> | <i>Frekuensi</i> | <i>%</i> |
|-------------------|------------------|------------|
| SD/SMP | 12 | 30% |
| SMA/SMK | 20 | 50% |
| D3/S1 | 8 | 20% |
| Jumlah | 40 | 100 |

Tabel 3

Frekuensi Tekanan Darah Normal hingga Hipertensi pada Ibu Hamil di Puskesmas Simalingkar

| <i>Tekanan Darah</i> | <i>Frekuensi</i> | <i>%</i> |
|------------------------------|------------------|------------|
| ≤ 110/70 mmHg - 130/80 mmHg. | 36 | 90% |
| ≥ 140/80 mmHg | 4 | 10% |
| Jumlah | 40 | 100 |

Tabel 4
Frekuensi Jumlah Ibu Dengan Pemahaman Bahaya Hipertensi Pada Ibu Hamil Yang Telah Diberikan Penyuluhan

| <i>Keterangan</i> | <i>Frekuensi</i> | <i>%</i> |
|-----------------------|------------------|----------|
| Ibu yang memahami | 40 | 100% |
| Ibu yang kurang paham | | 0% |
| Jumlah | 40 | 100 |

PEMBAHASAN

Analisis yang dipergunakan adalah analisis data kuantitatif dan kualitatif, yang dilakukan menggunakan metode wawancara, observasi, dan melakukan penyuluhan. Berdasarkan tabel diatas dominan usia ibu adalah $\leq 20-35$ tahun, sebanyak 70%, dan 30% ≥ 35 tahun dari 40 responden, Berdasarkan pendidikan terakhir ibu 30% SD-SMP, 50% SMA/SMK, 20% D3/S1. Berdasarkan dari hasil tekanan darah yang telah dilakukan kepada ibu $\leq 110/70$ mmHg - 130/80 mmHg berjumlah 90% dan 10% $\geq 140/80$ mmHg dari 40 ibu. Berdasarkan Pemahaman ibu untuk penyuluhan yang telah dilakukan berjumlah 100% dari 40 responden, dimana ibu telah memahami isi penyuluhan tentang bahayanya Hipertensi untu kehamilan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Hipertensi memiliki dampak yang sangat buruk bagi ibu hamil, salah satu penyebab kematian ibu terbesar adalah hipertensi, selain dapat mengakibatkan kematian pada ibu hipertensi juga mengakibatkan faktor resiko lainnya, seperti bayi lahir premature, atau lahir sebelum waktunya lahir.

Saran

Diharapkan setelah dilakukan penelitian ini ibu-ibu dapat memahami bahwa hipertensi adalah salah satu hal yang berbahaya untuk kehamilan, dan bagi ibu yang sudah memiliki riwayat hipertensi diharapkan untuk menjauhi penyebab hipertensi seperti stress yang akan mengakibatkan meningkatnya tekanan darah.

REFERENSI

Anggraeni D, DKK, 2018, *Hipertensi dalam kehamilan*, Mojokerto : PENERBIT STIKes MAJAPAHIT MOJOKERTO.

Suling FRW, 2018, *BUKU REFERENSI HIPERTENSI*, Jakarta, Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.

Turana Y, dkk, 2015, *ABC Hipertensi*, Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia Indonesian Society of Hypertension (InaSH).

Kemenkes RI, 2019, *Profil kesehatan Indonesia 2019*, Jakarta, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Artikel Hipertensi pada Kehamilan

<https://www.honestdocs.id/hipertensi-dalam-kehamilan-ibu>

Prasetya. NL, Hipertensi Dalam Kehamilan

<https://aido.id/health-articles/hipertensi-dalam-kehamilan/detail>