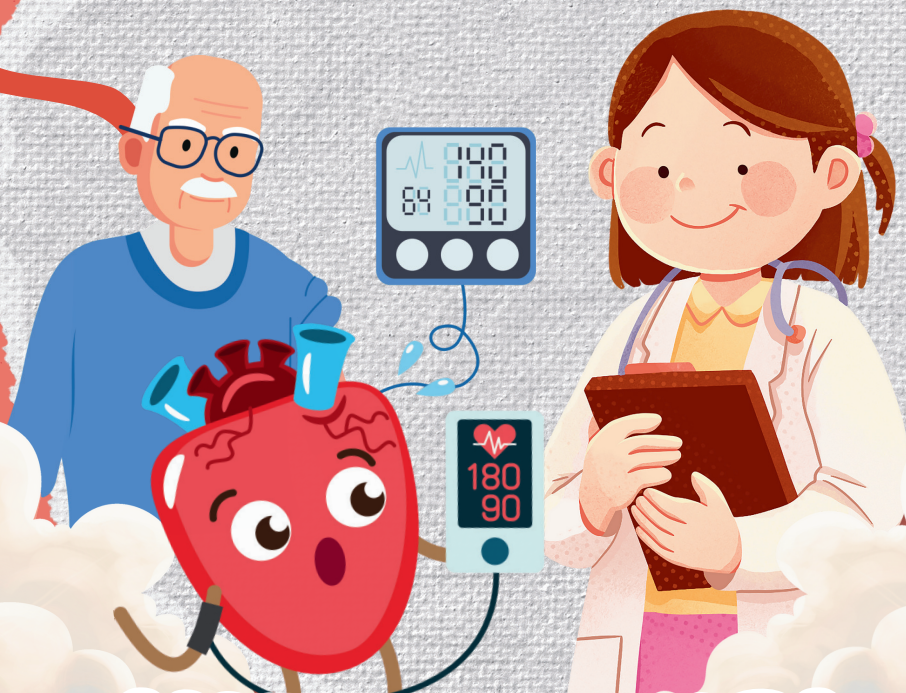


si Pembunuh DIAM-DIAM



HIPERTENSI

Rani Isna Yuniar
202423040

Prodi Alih Jenjang Keperawatan
Fakultas Kesehatan
Universitas Aisyah Surakarta

Kata Pengantar



Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat nya, sehingga booklet ini dapat tersusun dengan baik. Booklet ini merupakan hasil dari karya ilmiah berjudul “Upaya Kepatuhan Mminum Obat Pada Pasien Hipertensi Melalui Media Booklet”, yang bertujuan sebagai media edukasi untuk meningkatkan pemahaman remaja tentang pentingnya minum obat hipertensi

Hipertensi merupakan suatu kondisi di mana tekanan dalam pembuluh darah meningkat dengan hasil pengukuran tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Hipertensi merupakan “silent killer” yang seringkali tidak menimbulkan gejala, namun tiba-tiba penderita sudah mendapatkan komplikasi. komplikasi akan timbul jika tekanan darah terus bertambah dalam jangka waktu lama.


Terimakasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, kritik dan saran sangat penulis harapkan demi perbaikam ke depan. Semoga booklet ini bermanfaat bagi pembaca.

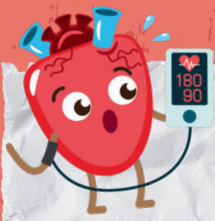
Surakarta 17 Agustus 2025

Rani Isna Yuniar



PERINGATAN,
ROKOK MEMBUNUHI.





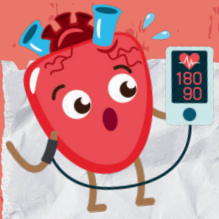
Definisi Hipertensi



- **Hipertensi adalah** peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg, pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang,
- Hipertensi disebut juga **tekanan darah tinggi**, yang disebabkan oleh tidak berfungsinya pembuluh darah ketika darah yang membawa oksigen dan nutrisi terhambat untuk mencapai jaringan. (Ainun et al., 2021)



PERINGAT:
ROKOK MEMBUNYHI.



Etiologi Hipertensi



Penyebab hipertensi yang tidak dapat di ubah

1



Usia

2



Jenis Kelamin

3



Genetic

Penyebab hipertensi yang dapat di ubah

1



Merokok

2



Konsumsi makanan tinggi lemak

3



Konsumsi garam berlebih

4



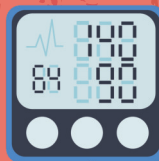
Kurang aktivitas fisik

5

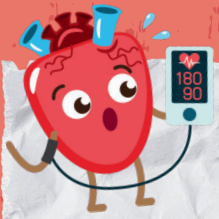


Stres

(Laili et al., 2023)



PERINGAT: ROKOK MEMBUNUHI.



Komplikasi Hipertensi



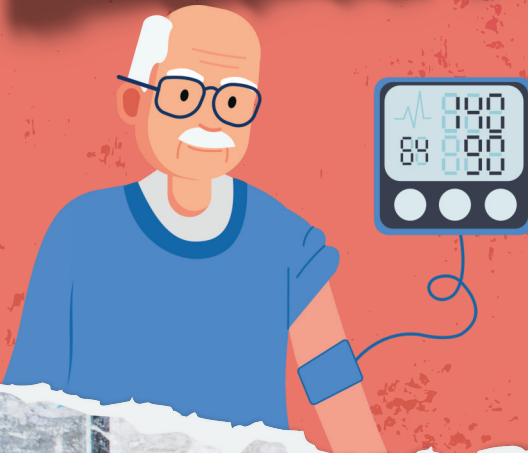
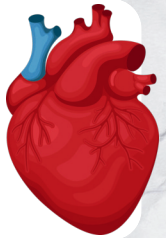
1 Komplikasi hipertensi pada otak

- Hipertensi ensefalopati merupakan sindrom klinik akut bersifat reversible, disebabkan karena kenaikan tekanan darah secara mendadak sehingga melampaui batas auto-regulasi otak. Hal ini dapat terjadi pada normotensi yang tekanan darahnya mendadak naik menjadi 160/100 mmHg. Gejala gangguan otak yang difus dapat berupa defisit neurologis fokal, tanda lateralisasi yang bersifat reversible maupun irreversible yang mengarah ke perdarahan otak atau stroke. (Erjon et al., 2025)

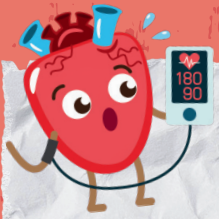


2 Komplikasi hipertensi pada jantung

- Hipertensi merupakan factor risiko yang mempengaruhi perkembangan hipertrofi ventrikel kiri, kelainan aliran koroner, dan disfungsi sistolik-diastolik. Kelainan ini dikenal sebagai penyakit jantung hipertensi dan akhirnya menyebabkan gagal jantung. (Erjon et al., 2025)



PERINGATAN,
ROKOK MEMBUNUHI.



Komplikasi Hipertensi



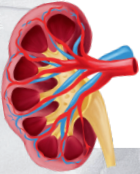
3 Komplikasi hipertensi pada otak

- Komplikasi yang paling sering ditemukan pada mata berupa retinopati hipertensi. Retina merupakan satu-satunya jaringan dengan arteri dan arteriol yang dapat diperiksa secara langsung untuk mengamati perkembangan efek vaskularisasi hipertensi. Perubahan ini dimanifestasikan pada retina sebagai microaneurisma, perdarahan, pengumpulan eksudat, dan bintik-bintik kapas. Lesi retina ini sering menghasilkan skotoma, penglihatan kabur dan bahkan kebutaan, terutama pada papilledema atau perdarahan di daerah macula. (Erjon et al., 2025)

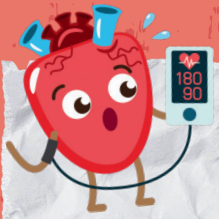


4 Komplikasi hipertensi pada ginjal

- Hipertensi kronik dapat menyebabkan nefrosklerosis yang merupakan penyebab insufisiensi ginjal. Pada kasus lanjut, ginjal akan kehilangan jaringan parenkim dan menghasilkan ginjal yang kecil. Pengurangan bertahap dalam ukuran ginjal ini terutama disebabkan oleh atrofi kortikal difus dan terjadi fibrosis, yang mencerminkan kerusakan pembuluh darah progresif. Hal ini terjadipada orang dengan hipertensi yang tidak terkontrol. (Erjon et al., 2025)



PERINGAT,
ROKOK MEMBUNUHI.



Penanganan Hipertensi



NON FARMAKOLOGI

1



Pembatasan konsumsi garam

2



Perubahan pola makan

3



Berhenti merokok

4



Olahraga teratur

FARMAKOLOGI

- Jika pola hidup tidak cukup sebagai pengobatan hipertensi dokter akan meresepkan obat penurunan tekanan darah. penggunaan obat penurunan tekanan darah juga disesuaikan dengan usia dan kondisi pasien. Serta tingkat keparahan yang di alami. Obat yang palaing sering di guanakan catopril, amlodipine, simvastatin. (Mulyana et al., 2021)



PERINGATAN:
ROKOK MEMBUNUHI.



Kendalikan Hipertensi DENGAN PATUH



PATUH

Periksa Kesehatan secara rutin dan ikuti anjuran dokter



Atasi dengan pengobatan yang tepat dan teratur



Tetap diet dengan gizi seimbang



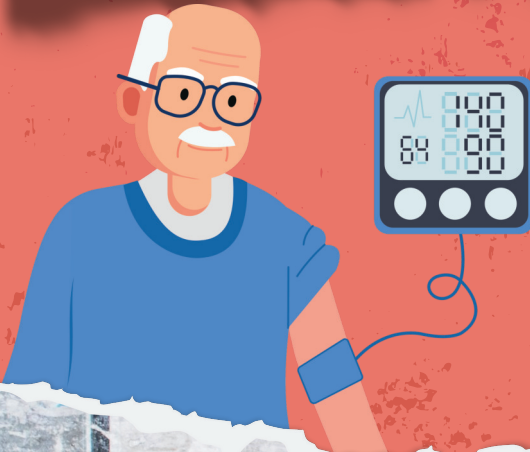
Upayakan aktivitas fisik dengan aman



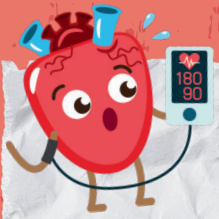
Hindari asap rokok alcohol dan zat zat lainnya penurunan



(Telaumbanua & Rahayu, 2021)



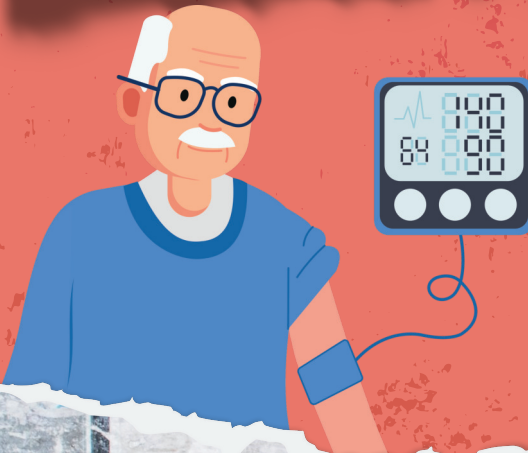
PERINGAT,
ROKOK MEMBUNUHI.



DAFTAR PUSTAKA



- Ainun, K., Kristina, K., & Leini, S. (2021). Terapi Foot Massage Untuk Menurunkan Dan Menstabilkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Abdimas Galuh*, 3(2), 328. <https://doi.org/10.25157/ag.v3i2.5902>
- Erjon, Rasyad, A. A., Rendowaty, A., Lely, N., Azizah, M., Sari, E. R., Patmayuni, D., Pranata, L., & Rosyidah, M. (2025). Edukasi dan Deteksi Dini Pemeriksaan Tekanan Darah dalam Mencegah Risiko Komplikasi Hipertensi. *Cakrawala: Jurnal Pengabdian Masyarakat Global*, 4(1), 41-46.
- Laili, N., Aini, E. N., & Rahmayanti, P. (2023). Hubungan Model Kepercayaan Kesehatan (Health Belief Model) dengan Kepatuhan Minum Obat pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Holistic*, 7(2), 1-13. <https://doi.org/10.33377/jkh.v7i2.157>
- Mulyana, H., Sriyani, Y., & Ipah, D. (2021). Dampak Hipertensi Terkontrol Dan Hipertensi Tidak Terkontrol Terhadap Kejadian Gagal Ginjal: a Literatur Review. *Jurnal Mitra Kencana Keperawatan Dan Kebidanan*, 4(2). <https://doi.org/10.54440/jmk.v4i2.110>
- Telaumbanua, A. C., & Rahayu, Y. (2021). Penyuluhan Dan Edukasi Tentang Penyakit Hipertensi. *Jurnal Abdimas Saintika*, 3(1), 119.



PERINGATAN.
ROKOK MEMBUNUHI.