

EDUKASI KESEHATAN PADA IBU HAMIL TENTANG RESIKO KEJADIAN HIPERTENSI DAN CARA PENCEGAHANNYA

Rohani Mustari^{1*}, Yurniati², Andi Elis³, Andi Maryam⁴, Marlina⁵, Badriani Badawi⁶

^{1,2,3,6}D IV Bidan Pendidik, Fakultas Keperawatan, Universitas Indonesia Timur, Indonesia

⁴Kesehatan Masyarakat, Program Pascasarjana, Universitas Indonesia Timur, Indonesia

⁵DIII Kebidanan, Fakultas Keperawatan, Universitas Indonesia Timur, Indonesia

rohanimustari@gmail.com¹, yurniati1974gmail.com², eliztsuki13gmail.com³,
andimaryam379@gmail.com⁴, marlinazahna17@gmail.com⁵, badrianibadawi@gmail.com⁶

ABSTRAK

Abstrak: Hipertensi sering ditemui pada saat kehamilan. Hipertensi pada ibu hamil jika tidak ditangani dapat menyebabkan kematian saat bersalin. Kejadian hipertensi pada kehamilan terjadi karena kurangnya pengetahuan pada ibu hamil. Berdasarkan data yang dikumpulkan didapatkan (73%) ibu hamil yang memiliki pengetahuan kurang dan memiliki pengetahuan cukup 3 (20%). Setelah dilakukan penyuluhan dalam upaya pengendalian pencegahan hipertensi terdapat peningkatan pengetahuan ibu hamil dengan presentase 7% meningkat menjadi 60%. Tujuan penyuluhan kepada masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan upaya pengendalian hipertensi pada kehamilan. Pelaksanaan kegiatan penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah dengan jumlah peserta sebanyak 15 orang. Materi yang disampaikan tentang hipertensi dalam kehamilan meliputi pengertian, faktor risiko dan cara pencegahannya. Dalam penyuluhan juga diadakan diskusi antara pemateri dengan peserta untuk berbagi pengalaman terkait tema kejadian resiko hipertensi. Untuk mengetahui pemahaman peserta tentang materi yang disampaikan diadakan evaluasi dengan mengajukan beberapa pertanyaan. Hasil kegiatan ini menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu-ibu tentang upaya pengendalian pencegahan hipertensi selama kehamilan.

Kata Kunci: edukasi kesehatan; ibu hamil; hipertensi.

Abstract: Hypertension is often encountered during pregnancy. Hypertension in pregnant women if not treated can cause death during childbirth. The incidence of hypertension in pregnancy occurs due to lack of knowledge in pregnant women. Based on the data collected, it was found (73%) pregnant women who have less knowledge and have sufficient knowledge 3 (20%). After conducting counseling in an effort to control hypertension prevention, there was an increase in knowledge of pregnant women with a percentage of 7% increasing to 60%. The purpose of this outreach to the community is to increase knowledge of efforts to control hypertension in pregnancy. The extension activities were carried out using the lecture method with a total of 15 participants. The material presented about hypertension in pregnancy includes understanding, risk factors and ways to prevent them. During the counseling session, a discussion was also held between the speaker and the participants to share experiences related to the theme of the incidence of hypertension risk. To find out the participants' understanding of the material presented, an evaluation was conducted by asking several questions. The results of this activity indicate an increase in the knowledge of mothers about efforts to control hypertension prevention during pregnancy.

Keywords: health education; pregnant mother; hypertension.



Article History:

Received: 24-05-2022

Revised : 29-06-2022

Accepted: 11-07-2022

Online : 27-08-2022



This is an open access article under the
CC-BY-SA license

A. LATAR BELAKANG

Pengetahuan dapat dikatakan sebagai pengalaman yang mengarah pada kecerdasan serta akan meningkatkan minat dan perhatian. Sehingga semakin tinggi tingkat pengetahuan ibu hamil terhadap hal-hal yang berkaitan dengan hipertensi akan sangat membantu yang bersangkutan dalam bersikap serta bertindak yang positif (Dhewi dan Siska, 2018).

Pengetahuan ibu-ibu tentang kehamilan dan kesehatan anak merupakan salah satu faktor yang mendukung, semakin tinggi ilmu pengetahuan, maka wawaasan yang didapatkan akan semakin luas. Pengetahuan ibu hamil sangat penting karena dapat membantu ibu hamil dalam menjalani kehamilannya dengan baik, serta membantu kesiapan mental, mencegah hipertensi dalam kehamilan dan fisik ibu dalam menghadapi proses persalinan.

Semakin banyak banyak informasi dapat mempengaruhi atau menambah pengetahuan seseorang. Pengetahuan menimbulkan kesadaran yang akhirnya, seseorang akan berperilaku atau bersikap sesuai dengan pengetahuan yang didapat dari pembelajaran, pengalaman atau intruksi. Sikap seorang ibu hamil sangat menentukan perkembangan janin, jika seorang ibu rajin memeriksa atau mengontrol kesehatannya, mengecek tekanan darah selama kehamilan, maka ibu dapat mengetahui apa yang terjadi atau yang terjadi nantinya saat masa kehamilan (Puetri N dan Yasir Y, 2018).

Hipertensi dalam kehamilan yaitu hipertensi yang terjadi karena atau pada saat kehamilan, dapat mempengaruhi kehamilan itu sendiri biasanya terjadi pada usia kehamilan memasuki 20 minggu. Hipertensi pada kehamilan merupakan 5-15% penyulit kehamilan dan cukup tinggi (Mouliza & Aisyah, 2021). Hipertensi dapat dialami oleh semua lapisan ibu hamil sehingga pengetahuan tentang pengelolaan hipertensi dalam kehamilan harus benar-benar dipahami oleh semua tenaga medik baik di pusat maupun di daerah. Angka kematian ibu (AKI) masih menjadi salah satu masalah kesehatan ibu dan anak di Indonesia (Basana et al., 2018).

Hipertensi merupakan kondisi dimana aliran darah dari jantung yang mendorong dinding pembuluh darah (arteri) terjadi sangat kuat. Seseorang di diagnosa memiliki hipertensi bila tekanan darahnya terukur tinggi, yang mencapai 140/90 mmHg atau lebih. Sementara tekanan darah normal berada di bawah 120/80 mmHg. Hipertensi pada ibu hamil pada trimester ketiga muncul karena mereka merasa khawatir, takut akan kehidupan dirinya, bayinya, kelainan pada bayinya, persalinan, nyeri persalinan, dan ibu tidak pernah tahu kapan ia akan melahirkan (Idaningsih, 2021). Beberapa penelitian diketahui tingkat pengetahuan tentang hipertensi pada ibu hamil rendah (Puetri & Yasir, 2018; Suhartini & Ahmad, 2015; Sunarsih, 2018).

Beberapa faktor risiko penyebab hipertensi dalam kehamilan yaitu hamil di usia tua (di atas 35 tahun), pengentalan darah saat hamil,

berlebihan dalam mengonsumsi kafein, kurang olahraga, mengonsumsi garam berlebihan, merokok, kebiasaan mengonsumsi minuman alkohol, stres berlebihan, kurangnya asupan nutrisi, memiliki riwayat hipertensi kronis, mengidap gangguan ginjal dan faktor genetik dan obesitas (kegemukan) (Fitria et al., 2022).

Pendidikan kesehatan sangat penting dalam mencegah memburuknya hipertensi pada ibu hamil (Situmorang et al., 2016). Khususnya untuk deteksi dini dan manajemen yang tepat dari penyakit dan komplikasinya (Al Ebrahimy et al., n.d.). Pengetahuan yang diberikan berkisar tentang gejala hingga strategi menurunkan atau mengendalikan tekanan darah (Febriani & Subagyo, 2021). Sekitar 50% dari komplikasi hipertensi pada ibu hamil dapat dicegah dengan pendidikan dan konseling dengan memberitahu tentang penyakitnya yang diberikan oleh penyedia layanan Kesehatan (Sharma et al., 2017).

Di wilayah puskesmas Suppa terdapat beberapa kehamilan yang disertai dengan hipertensi. Hal ini disebabkan kurangnya pengetahuan tentang upaya pengendalian pencegahan hipertensi. Menurut catatan medis di layanan kesehatan, hipertensi pada kehamilan pernah terjadi hingga mencapai 180/90 mmHg. Hal ini disebabkan ketidaktahuan masyarakat akan pentingnya upaya pengendalian selama kehamilan dan diikuti ketidak patuhan minum obat. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan upaya pengendalian hipertensi pada kehamilan.

B. METODE PELAKSANAAN

Proses pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan memberikan penyuluhan melalui beberapa tahapan. Kegiatan ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Suppa Kabupaten Pinrang dan diikuti oleh 15 orang ibu hamil dan kader posyandu dari Puskesmas Suppa. Edukasi Kesehatan pada ibu hamil ini dilaksanakan dalam beberapa tahapan pelaksanaan kegiatan, yaitu:

1. Tahap Survei

Tahap ini dimulai dari survei tempat penyuluhan dan pengurusan surat izin ke Puskesmas serta membuat kontrak pertemuan untuk dilakukan penyuluhan pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Suppa Kabupaten Pinrang.

2. Tahap *Pre-test*

Tahap ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana tingkat pengetahuan ibu hamil terhadap resiko kejadian hipertensi pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Suppa, Kabupaten Pinrang.

3. Tahap Pelaksanaan Penyuluhan

Tahap ini dilakukan penyuluhan pada ibu hamil dengan memberikan edukasi Kesehatan tentang resiko kejadian hipertensi dan cara pencegahannya dengan menggunakan *leaflet* di wilayah kerja

Puskesmas Suppa Kabupaten Pinrang. Penyuluhan dihadiri sebanyak 15 orang ibu hamil.

4. Tahap Evaluasi

Tahap ini dilakukan setelah pemberian penyuluhan edukasi kesehatan pada ibu hamil dan pemberian *pre test* dan *post test* kepada ibu hamil yang hadir dengan jumlah 20 soal. Indikator penilaian *post test* adalah hasil peningkatan *post test* ibu hamil. Tujuan dari evaluasi ini adalah untuk melihat sejauh mana tingkat pemahaman ibu hamil terhadap kejadian hipertensi pada ibu hamil dan cara pencegahannya setelah dilakukan penyuluhan edukasi kesehatan.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada tahap persiapan ini, kami menyurvei tempat penyuluhan serta pengurusan surat izin pelaksanaan pengabdian masyarakat di Puskesmas Suppa yang di tanda tangani langsung oleh kepala Puskesmas Suppa. Selanjutnya, kami melakukan koordinasi dengan kader posyandu dan mitra pengabdian yaitu kelompok ibu hamil yang berjumlah 15 orang, dan pihak terkait menyatakan dukungannya untuk pelaksanaan penyuluhan hipertensi di wilayah Puskesmas Suppa Pinrang.

Kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada 07-13 Maret 2022 yang bertempat di Puskesmas Suppa Pinrang. Kegiatan diawali dengan pembukaan oleh ketua kader posyandu ibu hamil dan dilanjutkan dengan pemberian *Pre-test* kepada ibu hamil. Adapun pertanyaan yang diberikan dari *Pre-test* mengenai pengertian hipertensi, komplikasi, serta pencegahan resiko terjadinya hipertensi. Selanjutnya para peserta penyuluhan dibagikan leaflet seperti terlihat pada Gambar 1.

HIPERTENSI DALAM KEHAMILAN



Adalah tekanan darah $\geq 140/90$ pada saat kehamilan. Hipertensi saat kehamilan dapat menyebabkan berat badan janin rendah bahkan sampai kematian.

KLASIFIKASI

1. Hipertensi Kronik
Hipertensi yang timbul sebelum umur kehamilan 20 minggu.
2. Preeklampsia-Eklampsia
Preeklampsia : hipertensi yang timbul setelah 20 minggu kehamilan disertai dengan proteinuria.
Eklampsia : apabila ditemukan kejang-kejang pada penderita eklampsia, yang juga dapat disertai koma.
3. Hipertensi Kronik dengan *Superimposed* Preeklampsia
Hipertensi kronik disertai dengan tanda-tanda preeklampsia seperti nyeri kepala hebat, pandangan kabur, nyeri epigastrium.

4. Hipertensi Gestasional

Hipertensi yang timbul pada kehamilan tanpa disertai proteinuria.




FAKTOR RISIKO

1. Primigravida: hamil pertama kali
2. Hiperplasentosis: mola hidatidosa, kehamilan ganda, bayi besar.
3. Usia > 35 tahun
4. Obesitas (BMI ≥ 30)
5. Interval antar kehamilan < 2 tahun atau > 10 tahun
6. Riwayat keluarga preeklampsia-eklampsia
7. Penyakit ginjal dan hipertensi yang sudah ada sebelumnya.

GEJALA


- Sakit kepala
- Edema (bengkak)
- Mual, muntah
- Sesak napas



- Gelisah
- Perdarahan dari hidung
- Pandangan kabur
- Nyeri uhi hati

KOMPLIKASI
Atonia uteri, sindroma HELLP, ablasia retina, gagal ginjal, perdarahan otak, gagal jantung, syok, hingga kematian. Komplikasi untuk janin misalnya pertumbuhan janin terhambat atau prematuritas.

PENCEGAHAN
Kurangi mengkonsumsi garam pada makanan. Hindari merokok. Kontrol kehamilan teratur ... mendeteksi diri.

Gambar 1. Leaflet Hipertensi dalam Kehamilan

Materi penyuluhan disampaikan langsung kepada para peserta penyuluhan dan diselingi dengan dialog interaktif antara peserta dan kader posyandu tentang pencegahan Kejadian hipertensi dalam kehamilan. Pada saat penyuluhan berlangsung, terlihat ibu-ibu antusias dalam mendengarkan materi yang disampaikan dan berdiskusi tentang hipertensi dalam kehamilan. Berdasarkan hasil diskusi diketahui ibu-ibu belum mengetahui faktor penyebab terjadinya hipertensi dan apa saja yang harus dilakukan untuk mengurangi risiko terjadinya. Adapun Suasana penyuluhan berlangsung dengan baik seperti terlihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Suasana Penyuluhan

Upaya untuk pencegahan dan pengendalian hipertensi dalam kehamilan, ibu dapat menerapkan pola hidup sehat dengan menjaga makanan yang dikonsumsi, menjaga kesehatan tubuh dengan olahraga ringan dan menjauhi stress. Selain itu ibu hamil juga harus memperbanyak kontrol sejak dini sehingga hipertensi dapat dideteksi lebih cepat. Oleh karena itu, tujuan kegiatan penyuluhan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang hipertensi dalam kehamilan dan pencegahannya. Dari hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dari score awal hanya 7% kemudian meningkat menjadi 60%. Hasil dari penyuluhan kepada mitra penyuluhan terdapat penurunan jumlah peserta yang berpengetahuan kurang. Hasil peningkatan pengetahuan Mitra seperti terlihat pada Tabel 1 dan Tabel 2.

Tabel 1. Hasil Pretest Pengetahuan Ibu-Ibu Peserta Penyuluhan Tentang Hipertensi Pada Kehamilan

No.	Pengetahuan	Jumlah	Persentase
1.	Kurang	11	73
2.	Cukup	3	20
3.	Baik	1	7
	Jumlah	15	100

Tabel 2. Hasil *Posttest* Pengetahuan Ibu-Ibu Peserta Penyuluhan Tentang Hipertensi Pada Kehamilan

No.	Pengetahuan	Jumlah	Persentase
1.	Kurang	4	27
2.	Cukup	2	13
3.	Baik	9	60
	Jumlah	15	100

Peningkatan pengetahuan tentang hipertensi pada ibu-ibu setelah diberikan penyuluhan juga sejalan dengan kegiatan pengabdian lain (Kurniasari & Alrosyidi, 2020). Hal ini menunjukkan ibu-ibu telah memahami arti, manfaat, dan tujuan mengendalikan hipertensi. Pengetahuan yang tinggi tentang hipertensi akan dapat memotivasi mereka melakukan pengendalian tekanan darahnya (Maharani & Syafrandi, 2017).

Penyuluhan pendidikan kesehatan dapat mempengaruhi pengetahuan hipertensi. Pengetahuan tentang hipertensi yang dimiliki ibu-ibu dapat membuat mereka mampu menangani hipertensi agar tekanan darahnya tetap terkendali (Yusnanda & Pratiwi, 2022). Pengetahuan tentang hipertensi yang telah dimiliki ibu-ibu dapat menyadarkan dan percaya diri untuk melakukan gaya hidup sehat sehingga dapat mengatasi masalah kesehatan yang menyertai kehamilannya dan tidak cemas (Suparji et al., 2022; Tanti & Silaban, 2022).

Evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan pendampingan kepada peserta penyuluhan atau mitra ibu hamil. Evaluasi dengan melakukan *post-test* pada mitra dan penjelasan Kembali kepada mitra jika masih terdapat permasalahan mengenai hipertensi dalam kehamilan dan pencegahannya.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Proses kegiatan edukasi Kesehatan pada ibu hamil berjalan dengan baik dan sesuai jadwal. Kegiatan penyuluhan ini berhasil meningkatkan pengetahuan mitra ibu hamil dari skor awal hanya 7% kemudian meningkat jadi 60% sebagai peserta penyuluhan hipertensi. Harapan kedepannya kegiatan seperti ini dapat terus berlanjut, bukan hanya di wilayah kerja Puskesmas Suppa dan masih kurangnya media penyuluhan yang akan menghambat proses penyampaian informasi Kesehatan kepada masyarakat khususnya ibu hamil sehingga solusinya adalah dengan memberikan beberapa media penyuluhan (*leaflet* atau video pembelajaran) sehingga bisa digunakan oleh bidan maupun kader dalam kegiatan penyuluhannya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Indonesia Timur, Puskesmas Suppa dan kelompok mitra serta Kader yang telah memfasilitasi sehingga kegiatan ini berjalan dengan baik.

DAFTAR RUJUKAN

- Al Ebrahimi, E. A., Al Jobori, S. S., & Al Safi, W. (n.d.). *Original paper Knowledge About Pregnancy Induced Hypertension Among Pregnant Women Attending Gynecology and Obstetrics Teaching Hospital in Kerbala*. 2(2), 12-19
- Dhewi, Siska. Hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja di puskesmas Martapura tahun 2017. *Jurnal kesehatan Indonesia*, 8(1) 24-27.
- Puetri N, Yasir Y. Hubungan umur, pengetahuan, dan sikap terhadap Hipertensi pada wanita hamil di puskesmas Krueng Barona jayakabupaten Aceh besar tahun 2018. *Sel jurnal penelitian kesehatan*, 5(1) 19-25
- Basana, L. D. U. L. I., Myrnawati, M. C. H., & Sembiring, R. (2018). Faktor–Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Pada Kehamilan Studicase Control di Wilayah Kerja Puskesmas Poriaha Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Kohesi*, 1(3). 17-23
- Febriani, H., & Subagyono, S. (2021). Upaya Pengendalian Hipertensi Pada Kehamilan. *DIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2). 163-167
- Fitria, L., Yarmaliza, Y., & Zalmaliza, Z. (2022). Evaluasi Perilaku Masyarakat Terhadap Faktor Resiko Kejadian Hipertensi Desa Purwodadi Tahun 2022. *J-KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 73–82.
- Idaningsih, A. (2021). *Asuhan Kebidanan Kehamilan; Buku Lovrinz Publishing*. Perum Panorama B2 Nomor 23-24 Sindang Laut-Cirebon, Jawa Barat. LovRinz Publishing.
- Kurniasari, S., & Alrosyidi, A. F. (2020). Penyuluhan tentang Hipertensi dan Pemeriksaan Tekanan Darah pada Kelompok Ibu-ibu di Desa Bettet, Pamekasan. *Darmabakti: Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 1(2), 74–78.
- Maharani, R., & Syafrandi, D. P. (2017). Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Pengendalian Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Harapan Raya Kota Pekanbaru Tahun 2016: Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Pengendalian Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Har. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 3(5), 165–171.
- Mouliza, N., & Aisyah, S. (2021). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Kehamilan Trimester III Di RSUD Sundari Medan. *Jurnal Kesehatan Indra Husada*, 9(2), 89–97.
- Puetri, N. R., & Yasir, Y. (2018). Hubungan Umur, Pengetahuan, dan Sikap terhadap Hipertensi pada Wanita hamil di Puskesmas Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar. *SEL Jurnal Penelitian Kesehatan*, 5(1), 19–25.
- Sharma, A., Gomathi, B., & Kumar, L. (2017). Effectiveness of planned teaching program on knowledge about management of pregnancy-induced hypertension and birth preparedness among antenatal mothers with pregnancy-induced hypertension. *International Journal of Medical Science and Public Health*, 6(11), 1646–1652.
- Situmorang, T. H., Damantalm, Y., Januarista, A., & Sukri, S. (2016). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian PreEklampsia pada Ibu Hamil di Poli KIA RSUD Anutapura Palu. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 2(1), 34–44.
- Suhartini, S., & Ahmad, A. (2015). Faktor–Faktor Yang Berhubungan Dengan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Hipertensi Dalam Kehamilan (Hdk) Di Desa Bojongleles Puskesmas Mandala Kecamatan Cibadak Kabupaten Lebak Tahun 2015. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 2(2), 192–207.
- Sunarsih, S. (2018). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Terhadap Hipertensi Pada Kehamilan Di Puskesmas Rawat Inap Kota Karang Bandar Lampung. *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, 2(4). 163-167
- Suparji, S., Nugroho, H. S. W., Karwati, K., & Arna, Y. D. (2022). Determinan

- Kejadian Hipertensi dalam Kehamilan. *Jurnal Penelitian Kesehatan "SUARA FORIKES"(Journal of Health Research" Forikes Voice"), 13(2), 330–333.*
- Tanti, N. K. T., & Silaban, T. D. S. (2022). Analisis Faktor Risiko Terjadinya Hipertensi Pada Ibu Hamil. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist), 17(1), 124–130.*
- Yusnanda, F., & Pratiwi, T. A. (2022). Hubungan Pengetahuan Dengan Tindakan Ibu Hamil Tentang Bahaya Hipertensi Dalam Kehamilan Di Klinik Pratama Anugrah Tahun 2021. *Midwifery Health Journal, 7(1), 1-7*