

LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT



**“PENINGKATAN PENGETAHUAN PENCEGAHAN HIPERTENSI
DI DESA GUNUNG KECAMATAN GUNUNG TOAR”**

Oleh

ALDA IGUSTINE. Z (19011153)

ADINDA ELSA GHOZALI (19011090)

**FAKULTAS KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS HANG TUAH PEKANBARU
2022**

HALAMAN PENGESAHAN

Judul	:	Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Hipertensi di Desa Lubuk Terentang Kecamatan Gunung Toar
Bidang Keilmuan	:	Kesehatan Masyarakat
Nama Pembimbing Akademik	:	Leon Candra, SKM, M.Kes
Nama Ketua Pelaksana	:	Alda Igustin. Z
Jangka Waktu Kegiatan	:	1 hari
Bentuk Kegiatan	:	Pengabdian Masyarakat
Lokasi Kegiatan	:	Lapangan MDTA Dusun I Desa Lubuk Terentang Kecamatan Gunung Toar
Biaya Pengabdian	:	
a. Sumber dari	:	Dana Kelompok

Mengetahui :
Pembimbing Akademik
Universitas Hang Tuah
Pekanbaru



Leon Candra, SKM, M.Kes

Gunung Toar, 20 Oktober 2022
KetuaPelaksana,



Alda Igustin. Z

RINGKASAN

Hipertensi adalah keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal yaitu ≥ 140 mmHg (sistolik) dan/atau ≥ 90 mmHg (diastolik) dan dapat menyebabkan kematian. Faktor-faktor yang umumnya menyebabkan hipertensi dapat dibagi menjadi dua kelompok utama. Factor yang tidak dapat diubah seperti jenis kelamin, usia dan genetika, dan faktor yang dapat dimodifikasi seperti diet, kebiasaan olahraga dan lain-lain. Tujuan dilaksanakannya pengabdian masyarakat guna meningkatkan pengetahuan warga tentang upaya pencegahan hipertensi. Dari penyuluhan yang disampaikan diharapkan masyarakat lebih paham tentang hipertensi dan diharapkan para lansia menjadi lebih rajin memeriksa diri guna untuk mencegah hipertensi. Metode penyuluhan yaitu dengan metode ceramah. Kegiatan ini dilakukan di Desa Gunung Kecamatan Gunung Toar.

Kata Kunci :Hipertensi, Pencegahan, Lansia

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat serta karunianya kepada kami sehingga laporan pengabdian masyarakat yang berjudul “Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Hipertensi di Desa Gunung Kecamatan Gunung Toar” dapat dilaksanakan dengan baik serta laporan kegiatan tersebut dapat disusun dengan baik. Suksesnya kegiatan ini merupakan bantuan dari semua pihak, untuk itu kami mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak dr. H. Zainal Abidin, MPH selaku Ketua Universitas Hang Tuah Pekanbaru
2. Bapak Prof.Dr. Syafrani, M.Si selaku Rektor Universitas Hang Tuah Pekanbaru
3. Bapak Reno Renaldi,SKM, M.Kes ,selaku Ketua Prodi Sarjana Kesehatan Masyarakat Universitas Hang Tuah Pekanbaru
4. Bapak Leon Candra, SKM, M.Kes selaku Pembimbing Akademik PBL Universitas Hang Tuah Pekanbaru
5. Bapak Arif Firmansyah selaku Kepala Desa Lubuk Terentang yang telah memberikan izin melaksanakan pengabdian kepada masyarakat
6. Masyarakat Desa Lubuk terentang

Kami menyadari bahwa laporan pengabdian masyarakat ini belum sempurna, untuk itu saran yang membangun diharapkan untuk kemajuan kegiatan pengabdian masyarakat di masa yang akan datang.

Gunung Toar, 20 Oktober 2022

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
RINGKASAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR GAMBAR.....	iv
DAFTAR LAMPIRAN.....	v
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Kegiatan.....	3
D. Manfaat Kegiatan.....	3
BAB II SOLUSI PERMASALAHAN.....	5
BAB III METODE PELAKSANAAN.....	6
BAB IV RENCANA TAHAP BERIKUTNYA.....	7
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	8
A. Kesimpulan.....	8
B. Saran.....	8
DAFTAR PUSTAKA.....	9
LAMPIRAN.....	11

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Pemecahan Masalah.....	5
--	---

DAFTAR LAMPIRAN

Susunan Organisasi Tim Pengabdian dan Pembagian Tugas.....	11
Materi Pengabdian Kepada Masyarakat	13
Daftar Kehadiran Peserta Pengabdian.	20
Dokumentasi.....	21

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Usia Harapan Hidup (UHH) menjadi salah satu indikator keberhasilan pembangunan terutama dibidang kesehatan. Bangsa yang sehat ditandai dengan semakin panjangnya usia harapan hidup penduduknya. Dengan adanya pertambahan usia tentu perubahan-perubahan secara fisiologis akan terjadi terutama pada lansia serta akan timbul berbagai masalah kesehatan (Berlian et al., 2022). Salah satunya yaitu penyakit tidak menular yang saat ini menjadi prioritas dalam dunia kesehatan secara global yaitu hipertensi. Hipertensi adalah keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal yaitu ≥ 140 mmHg (sistolik) dan/atau ≥ 90 mmHg (diastolik) dan dapat menyebabkan kematian (Susilaningsih, 2020).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi sering disebut sebagai *The Silent Killer* karena tidak menimbulkan tanda dan gejala yang jelas kecuali sudah masuk ke dalam fase komplikasi. Oleh sebab itu penyakit ini bisa terus bertambah parah tanpa disadari hingga mencapai tingkat yang mengancam kehidupan. Hipertensi pada lansia secara umum disebabkan oleh proses menua. Proses menua menyebabkan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stress lingkungan. Berdasarkan definisi secara umum, lansia bukan suatu penyakit melainkan seseorang yang usianya diatas 65 tahun (Muhammad et al., 2019).

Hipertensi merupakan faktor risiko yang diakui untuk penyakit kardiovaskular, diabetes, stroke, dan penyakit ginjal kronis di seluruh dunia. Hipertensi juga secara substansial berkontribusi terhadap kematian dan disabilitas (Akbar & Tumiwa, 2020). Faktor-faktor yang umumnya menyebabkan hipertensi dapat dibagi menjadi dua kelompok utama. Factor yang melekat atau tidak dapat diubah seperti jenis kelamin, usia dan genetika, dan faktor yang dapat dimodifikasi seperti diet, kebiasaan olahraga dan lain-lain. Tekanan darah tinggi dapat menjadi masalah serius jika tidak segera ditangani, berkembang dan menyebabkan komplikasi berbahaya seperti penyakit jantung, gagal jantung kongestif, stroke, penglihatan kabur, dan penyakit ginjal (Hamzah et al., 2022).

Menurut data World Health Organization (WHO) sekitar 1,13 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi, yang berarti 1 dari 3 orang di dunia akan terdiagnosis hipertensi. Jumlah penderita hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, dan diperkirakan pada tahun 2025, 1,5 miliar orang akan terkena hipertensi. Untuk Indonesia akan terjadi peningkatan jumlah penderita hipertensi pada laki-laki dan perempuan sebesar 13%. Angka prevalensi hipertensi di Indonesia selama 10 tahun terakhir mengalami peningkatan yang cukup signifikan (Fryar et al., 2017).

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 prevalensi hipertensi pada penduduk ≥ 18 tahun adalah 34,1%, dimana pada tahun 2017 sebesar 25,8% kemudian meningkat tahun 2013 sebesar 31,7%. Pada tahun 2018 diketahui penduduk Indonesia yang patuh minum obat hanya 8,8%, hal ini disebabkan karena penyakit hipertensi merupakan salah satu penyakit yang sulit didiagnosis dan juga tidak menunjukkan gejala (Kemenkes RI, 2019). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 angka kejadian atau prevalensi kejadian hipertensi yang terdiagnosis di Indonesia tertinggi berada di Provinsi Sulawesi Utara (13,21%) dan terendah berada di Provinsi Papua dengan persentase sebesar 4,39%. Untuk Provinsi Riau prevalensi sebesar 8,44% (Kemenkes RI, 2018).

Di Indonesia, prevalensi lansia yang menderita hipertensi diperkirakan berjumlah 15 juta orang, tetapi hanya 4% yang terkontrol. Selebihnya diperkirakan 15% lansia, tidak menyadari menderita hipertensi, sehingga mengarah kepada hipertensi berat (Mahatidanar & Nisa, 2017). Prevalensi hipertensi di kalangan lansia cukup tinggi, yaitu sekitar 40% dengan kematian sekitar 50% di atas umur 60 tahun (Harnani & Axmalia, 2017).

Berdasarkan besarnya angka prevalensi dan komplikasi dari hipertensi yang dapat berujung pada kematian, maka penatalaksanaan yang bisa dilakukan yaitu mengobati dan mengontrol kondisi hipertensi. Penatalaksanaan yang bisa dilakukan untuk mengontrol hipertensi yaitu penatalaksanaan farmakologi dengan memberikan terapi antihipertensi. Sedangkan penatalaksanaan non-farmakologi dengan mengatasi gaya hidup seperti pengurangan berat badan, pengaturan diet makanan, olah raga teratur dan mengurangi stress (Mulyati & Sudirman, 2017).

Kegiatan pengabdian masyarakat yang berjudul “Penyuluhan Kesehatan Tentang Hipertensi” di desa Lubuk Terentang Kecamatan Gunung Toar Kabupaten Kuantan Singingi bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan pencegahan hipertensi. Dengan adanya penyuluhan diharapkan masyarakat lebih paham tentang hipertensi dan

diharapkan para lansia menjadi lebih rajin memeriksa diri guna untuk mencegah hipertensi

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat dirumuskan masalah ini adalah bagaimana Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Hipertensi di Desa Lubuk terentang Kecamatan Gunung Toar?

C. Tujuan Kegiatan

1. Tujuan Umum

Memberikan informasi untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang upaya pencegahan hipertensi di Desa Lubuk terentang Kecamatan Gunung Toar.

2. Tujuan Khusus

1. Memberikan informasi tentang definisi hipertensi.
2. Memberikan informasi tentang gejala hipertensi.
3. Memberikan informasi tentang pengklasifikasian hipertensi.
4. Memberikan informasi tentang factor risiko hipertensi.
5. Memberikan informasi tentang tips mengontrol hipertensi.
6. Memberikan informasi tentang komplikasi hipertensi.
7. Memberikan informasi tentang pencegahan hipertensi.
8. Memberikan informasi tentang pengendalian hipertensi.

D. Manfaat Kegiatan

1. Bagi Dosen

Dapat menilai kemampuan mahasiswa dalam bekerja sama dan dalam mengabdikan ke masyarakat melalui penyuluhan.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Menunjukkan kepedulian Institusi pendidikan kepada masyarakat melalui program pengabdian masyarakat ini.

3. Bagi Masyarakat

Kegiatan penyuluhan ini bertujuan untuk menambahkan pengetahuan serta memberikan informasi tentang hipertensi dikalangan masyarakat yang berumur 40 tahun keatas.

4. Bagi Desa Lubuk Terentang

Pihak Desa Lubuk Terentang yang ikut serta dalam kegiatan ini secara tidak langsung membantu dalam pelaksanaan penyebaran promosi kesehatan terutama dalam pencegahan hipertensi, sehingga dapat menciptakan lingkungan yang sadar tentang kesehatan dan hipertensi.

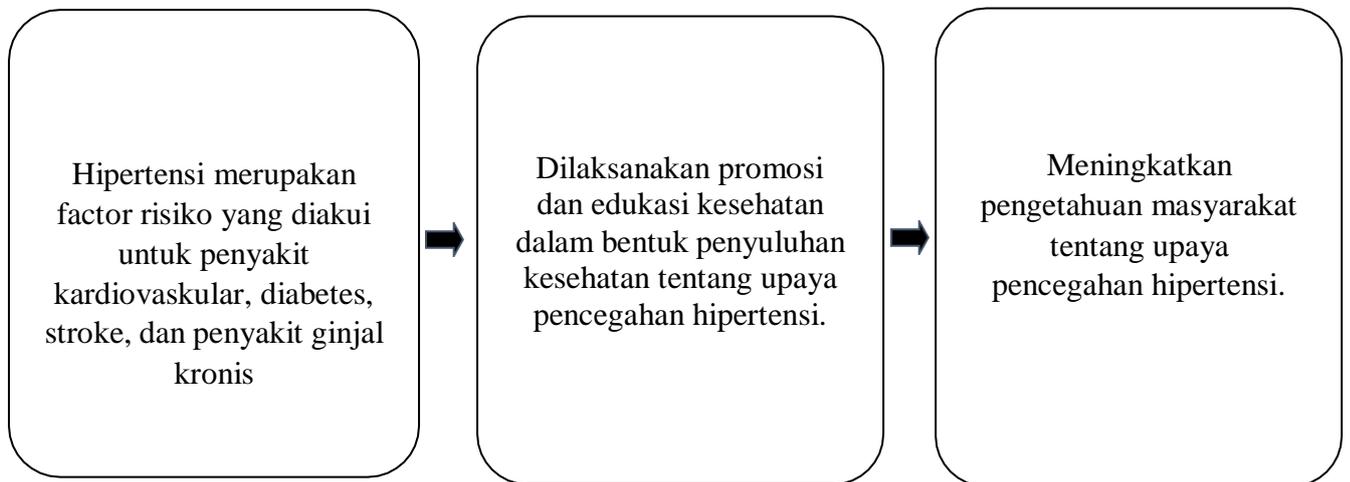
BAB II

SOLUSI PERMASALAHAN

Berdasarkan permasalahan di BAB I di atas, maka dirumuskan solusi pemecahan permasalahan sebagai berikut:

1. Memberikan informasi tentang definisi hipertensi.
2. Memberikan informasi tentang gejala hipertensi.
3. Memberikan informasi tentang pengklasifikasian hipertensi.
4. Memberikan informasi tentang factor risiko hipertensi.
5. Memberikan informasi tentang tips mengontrol hipertensi.
6. Memberikan informasi tentang komplikasi hipertensi.
7. Memberikan informasi tentang pencegahan hipertensi.
8. Memberikan informasi tentang pengendalian hipertensi.

Kerangka Pemecahan masalah dalam pengabdian kepada masyarakat dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 2.1 Kerangka Pemecahan Masalah

BAB III

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat berupa penyuluhan kesehatan telah dilaksanakan kepada warga kegiatan ini dilakukan pada hari Selasa tanggal 11 Oktober 2022 pukul 08.00 WIB/selesai. Bentuk kegiatan pengabdian yang dilaksanakan adalah penyuluhan kesehatan berupa ceramah tentang peningkatan pengetahuan pencegahan hipertensi sebagai upaya pencegahan hipertensi.

Penyuluhan dilakukan di lapangan MDTA Dusun I Desa Lubuk Terentang. Penyuluhan dilakukan karena tingginya angka hipertensi pada lansia di Desa Lubuk Terentang dan permasalahan yang ada pada lansia di Desa Lubuk Terentang yaitu kurangnya pemahaman mengetahui faktor-faktor yang dapat memperburuk kondisi hipertensi dan masih ada lansia yang tidak melaksanakan pengobatan secara rutin dan bertahap.

Sebelum memberikan penyuluhan, penyuluh bertanya perihal upaya pencegahan hipertensi kepada warga untuk melihat bagaimana tingkat pengetahuan sasaran mengenai upaya pencegahan hipertensi dan menemukan bahwa pengetahuan sasaran baik.

Setelah diberikan materi warga diberikan berbagai pertanyaan terkait dengan materi yang telah diberikan dan didapatkan bahwa warga telah memahami dan mengetahui upaya pencegahan hipertensi. Hal tersebut terlihat dari keaktifan dan ketepatan warga dalam menjawab pertanyaan diberikan.

BAB IV

RENCANA TAHAPAN BERIKUTNYA

Rencana tahapan berikut nya :

Kegiatan Pengabdian masyarakat di Desa Lubuk Terentang Kecamatan Gunung Toar akan dilaksanakan secara kontiniu atau berkelanjutan berkaitan dengan permasalahan kesehatan yang dapat bermanfaat bagi warga.

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Kegiatan pengabdian masyarakat ini disambut antusias oleh masyarakat Desa Lubuk Terentang khususnya ibu-ibu PKK Lubuk Terentang Kecamatan Gunung Toar. Terlihat dari partisipasi dan keaktifan mereka dalam kegiatan penyuluhan dan serta bersikap tenang selama kegiatan berlangsung.
2. Terdapat pemahaman masyarakat Desa Lubuk Terentang khususnya ibu-ibu PKK Lubuk Terentang Kecamatan Gunung Toar terlihat dari jawaban masyarakat ketika tanya jawab berlangsung.

B. Saran

1. Kepada pihak Puskesmas dan kader agar dapat memberikan pembinaan kesehatan kepada para masyarakat Desa Lubuk Terentang Kecamatan Gunung Toar agar para warga tetap sehat.
2. Kepada kader yang telah dibentuk agar berperan aktif untuk memberikan informasi-informasi kesehatan kepada para masyarakat Desa Lubuk Terentang Kecamatan Gunung Toar.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, H., & Tumiwa, F. F. (2020). Edukasi Upaya Pencegahan Hipertensi Pada Masyarakat Di Kecamatan Passi Barat Kabupaten Bolaang Mongondow. *Jpkmi (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia)*, 1(3), 154–160.
<https://icsejournal.com/index.php/jpkmi/article/view/61/35>
- Berlian, R., Hidayat, T. A., Nugraheni, F., Ilsabil, R., & Anugraini, V. P. (2022). Penyuluhan Hipertensi Dengan Media Poster Dan Video Senam Pada Masyarakat Desa Panularan. In *Prosiding Seminar Nasional*.
<https://proceedings.ums.ac.id/index.php/semnasfik/article/download/273/272/278>
- Fryar, C. D., Ostchega, Y., Hales, C. M., Zhang, G., & Kruszon-Moran, D. (2017). Hypertension Prevalence And Control Among Adults: United States. *Centers For Disease Control (Cdc)*, 289, 1–7.
https://www.cdc.gov/nchs/data/databriefs/db289_table.pdf#2
- Hamzah, R., Saleh, S. N. H., & B, H. (2022). Upaya Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi Melalui Metode Penyuluhan. *Pengabdian Masyarakat Kasih Stikes Dirgahayu*, 3(2), 7–13.
- Harnani, Y., & Axmalia, A. (2017). Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Efektif Menurunkan Tekanan Darah Pada Lanjut. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 3(4), 129–132.
<https://doi.org/https://doi.org/10.25311/keskom.vol3.iss4.127>
- Kemendes RI. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. In *Laporan Nasional Riskesdas 2018* (Vol. 53, Issue 9, Pp. 1–152).
http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/pmk_no_57_tahun_2013_tentang_ptrm.pdf
- Kemendes RI. (2019). Hipertensi Si Pembunuh Senyap. *Kementerian Kesehatan RI*, 1–5.
<https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-hipertensi-si-pembunuh-senyap.pdf>
- Mahatidanar, A., & Nisa, K. (2017). Pengaruh Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Agromed Unila*, 4(2), 264–268.
<http://repository.lppm.unila.ac.id/8941/1/1798-2521-1-pb.pdf>
- Muhammad, N., Yeni, R., & Erlina, H. (2019). Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Di Posyandu Lansia Desa Waleng Girimarto Wonogiri. *Jurnal Ilmu Kesehatan Stikes Duta Gama Klaten*, 10(2), 20–30.

<https://www.e-journal.stikesdutagama.ac.id/index.php/e-journal/article/view/424>

Mulyati, L., & Sudirman, R. M. (2017). Efektivitas Terapi Musik Degung Sunda Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 6(2), 27–32.

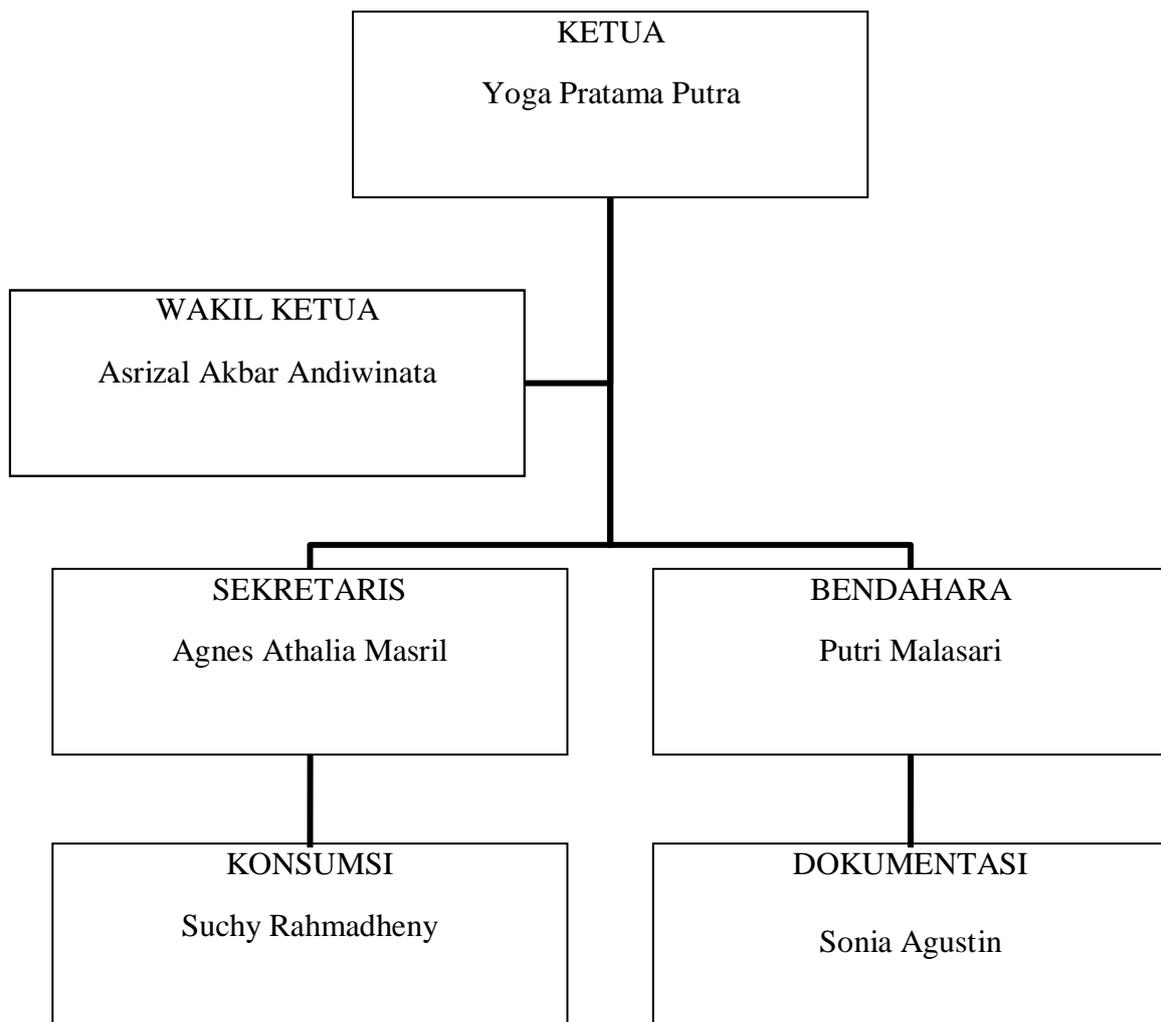
<https://ejournal.stikku.ac.id/index.php/stikku/article/view/48>

Susilaningsih, D. (2020). Pengaruh Terapi Musik Instrumental Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang Tahun 2019. *Ensiklopedia Of Journal*, 2(2), 84–89. <http://jurnal.ensiklopediaku.org/ojs-2.4.8-3/index.php/ensiklopedia/article/view/396>

LAMPIRAN

Susunan Organisasi Tim Pengabdian dan Pembagian Tugas

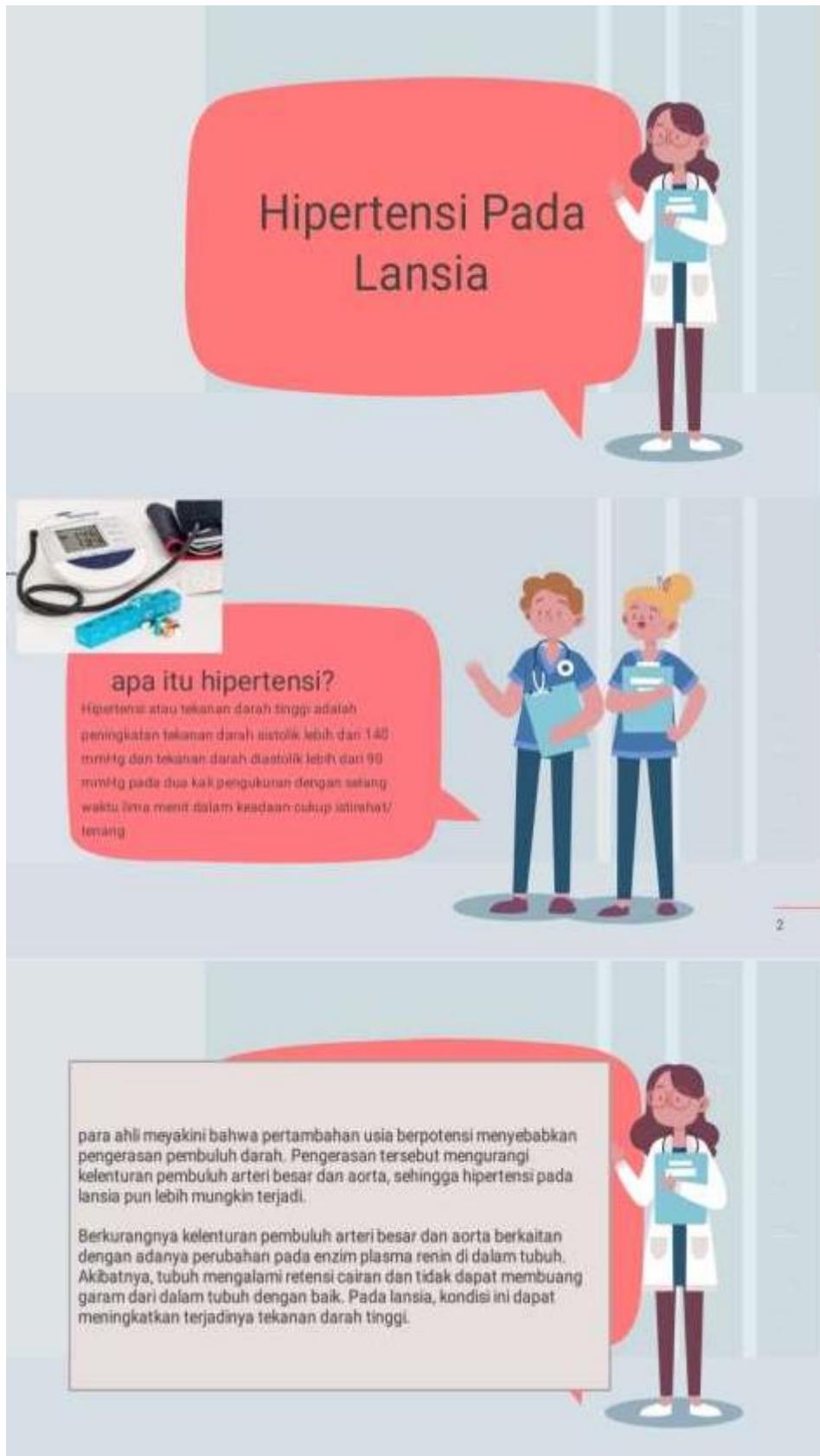
Susunan Organisasi Tim



Pembagian Tugas

No	Nama	Jabatan	Tugas
1	Alda Igustin. Z	Ketua Pelaksana	<ol style="list-style-type: none">1. Mengkoordinir kegiatan studi pendahuluan dan Survey Lapangan2. Mengkoordinir pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat3. Menyusun Laporan Pengabdian Masyarakat4. Melakukan seminar hasil pengabdian masyarakat
2	Adinda Elsa Ghozali	Anggota	<ol style="list-style-type: none">1. Melakukan studi pendahuluan2. Mengurus perizinan di Desa Gunung Kecamatan Gunung Toar3. Mengatur anggaran pengabdian dan peralatan yang digunakan dalam pengabdian4. Pelaksanaan Kegiatan pengabdian masyarakat

Materi Pengabdian Kepada Masyarakat



Hipertensi Pada Lansia



apa itu hipertensi?
Hipertensi atau tekanan darah tinggi 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



para ahli meyakini bahwa pertambahan usia berpotensi menyebabkan pengerasan pembuluh darah. Pengerasan tersebut mengurangi kelenturan pembuluh arteri besar dan aorta, sehingga hipertensi pada lansia pun lebih mungkin terjadi.

Berkurangnya kelenturan pembuluh arteri besar dan aorta berkaitan dengan adanya perubahan pada enzim plasma renin di dalam tubuh. Akibatnya, tubuh mengalami retensi cairan dan tidak dapat membuang garam dari dalam tubuh dengan baik. Pada lansia, kondisi ini dapat meningkatkan terjadinya tekanan darah tinggi.



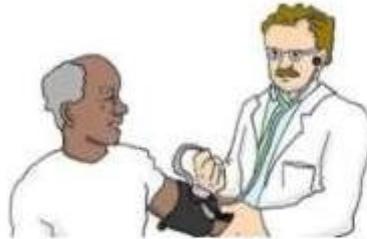
2

Gejala hipertensi

Hipertensi kerap disebut sebagai pembunuh diam-diam (silent killer) karena gejalanya bervariasi dan mirip penyakit lainnya. beberapa gejala hipertensi yang umum di antaranya:

Sakit kepala

- Rasa berat di tengkuk
- Pusing atau vertigo
- Jantung berdebar-debar
- Mudah lelah
- Penglihatan kabur
- Telinga berdenging
- Mimisan



4



Faktor Risiko Hipertensi

Faktor risiko yang tidak dapat diubah:

- Umur
- Riwayat keluarga
- Denis kelamin

Faktor risiko yang dapat diubah:

- Merokok
- Kurang makan buah dan sayur
- Konsumsi garam berlebih
- Berat badan berlebih/kegemukan
- Kurang aktivitas fisik
- Konsumsi alkohol berlebih
- Dislipidemia
- Stres

Sumber: Laporan Hipertensi

www.p2ptm.kemkes.go.id | [@p2ptm.kemkes](https://www.facebook.com/p2ptm.kemkes) | [@p2ptm.kemkes](https://www.instagram.com/p2ptm.kemkes) | [@p2ptm.kemkes](https://www.tiktok.com/@p2ptm.kemkes)

KEMENTERIAN KESEHATAN DAN KELUARGA REPUBLIK INDONESIA **HIPERTENSI** **GERMAS**

MENGAPA HIPERTENSI BERBAHAYA?

Jika tidak terkontrol, Hipertensi dapat menyebabkan terjadinya komplikasi seperti:

- Penyakit Jantung
- Stroke
- Penyakit Ginjal
- Retinopati (kerusakan retina)
- Penyakit pembuluh darah tepi
- Gangguan saraf
- Gangguan serebral (otak)

Semakin tinggi tekanan darah, semakin tinggi risiko kerusakan pada jantung dan pembuluh darah pada organ besar seperti otak dan ginjal

www.p2ptm.kemkes.go.id @p2ptm.kemkesRI

KEMENTERIAN KESEHATAN DAN KELUARGA REPUBLIK INDONESIA **Siapa Saja yang Berisiko Mengidap Tekanan Darah Tinggi (Hipertensi)?** **GERMAS**

- Kegemukan
- Konsumsi garam berlebih
- Diabetes
- Malas bergerak (Kurang Aktivitas fisik)
- Ada riwayat Hipertensi di keluarga
- Merokok/ terpapar asap rokok
- Stres yang tidak dikelola

HIPERTENSI

www.p2ptm.kemkes.go.id @p2ptm.kemkesRI



Dokumentasi



Penyampaian Materi Penyuluhan



Foto Bersama Ibu-Ibu Pengajian Surau Tombang Dusun II Desa Gunung



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes) HANG TUAH PEKANBARU

Jl. Mustafa Sari No. 5 Tangkerang Selatan Pekanbaru, Telp. (0761) 33815 Fax. (0761) 863646
Email : info.stikes@hangtuahpekanbaru.ac.id Izin Mendiknas : 226/D/O/2002 Website : www.hangtuahpekanbaru.ac.id

SURAT TUGAS

Nomor : 01/STIKes–HTP/X/2022/0166

Yang bertanda tangan di bawah ini Ketua STIKes Hang Tuah Pekanbaru, dengan ini memberi tugas kepada :

1. Nama : Leon Candra, SKM, MKes
NIDN : 1016108801
Jabatan : Dosen STIKes Hang Tuah Pekanbaru
2. Maksud dan Tujuan : Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Hipertensi
3. Tempat : Dusun 1 Desa Lubuk Terentang Kecamatan Gunung Toar
4. Hari/ Tanggal : Selasa, 11 Oktober 2022

Demikianlah surat tugas ini dibuat untuk dapat diketahui dan dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di : P E K A N B A R U
Pada Tanggal : 10 Oktober 2022
STIKes Hang Tuah Pekanbaru



Handwritten signature in blue ink
Ahmad Hanafi, SKM, M.Kes
NIDN 1006064301