

PENCEGAHAN HIPERTENSI KEHAMILAN MELALUI DETEKSI DINI

¹Mariyani

Prodi Kebidanan, STIKES Abdi Nusantara

Article

Diterima:

Disetujui:

Correspondence

Mariyani

Prodi Kebidanan, STIKES
Abdi Nusantara

ABSTRAK

Hipertensi dalam kehamilan merupakan salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas ibu serta janin. Kondisi ini meliputi hipertensi gestasional, preeklampsia, eklampsia, dan hipertensi kronis yang dapat menimbulkan komplikasi serius seperti kejang, perdarahan otak, gagal organ, kelahiran prematur, hingga kematian ibu dan bayi. Oleh karena itu, deteksi dini menjadi langkah penting dalam upaya pencegahan dan penanganan hipertensi selama kehamilan.

Deteksi dini dilakukan melalui pemeriksaan antenatal care (ANC) secara rutin, pengukuran tekanan darah, pemantauan kenaikan berat badan, pemeriksaan protein urin, serta identifikasi faktor risiko seperti riwayat hipertensi, obesitas, usia ibu yang terlalu muda atau terlalu tua, dan riwayat preeklampsia pada kehamilan sebelumnya. Dengan deteksi dini, tenaga kesehatan dapat mengenali tanda-tanda awal hipertensi kehamilan sehingga penanganan dapat dilakukan lebih cepat dan tepat.

Kata kunci: Pencegahan, Hipertensi, Kehamilan, Deteksi Dini

1. PENDAHULUAN

Hipertensi dalam kehamilan merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi dan menjadi penyebab utama tingginya angka kesakitan serta kematian ibu dan bayi di berbagai negara, termasuk Indonesia. Hipertensi kehamilan mencakup hipertensi gestasional, preeklampsia, eklampsia, dan hipertensi kronis yang dapat muncul sebelum maupun selama kehamilan. Kondisi ini berpotensi menimbulkan berbagai komplikasi serius, seperti gangguan fungsi organ pada ibu, kelahiran prematur, hambatan pertumbuhan janin, hingga kematian ibu dan bayi apabila tidak ditangani secara tepat.

Menurut berbagai laporan kesehatan, hipertensi dalam kehamilan masih menjadi salah satu penyebab utama kematian ibu selain perdarahan dan infeksi. Risiko komplikasi akibat hipertensi kehamilan dapat meningkat apabila kondisi tersebut tidak terdeteksi sejak dini. Oleh karena itu, diperlukan upaya pencegahan yang efektif melalui deteksi dini dan pemantauan kesehatan ibu hamil secara teratur. Deteksi dini memungkinkan tenaga kesehatan untuk mengidentifikasi faktor risiko, mengenali tanda dan gejala awal hipertensi, serta memberikan intervensi yang tepat sebelum terjadi komplikasi yang lebih berat.

Pemeriksaan antenatal care (ANC) secara rutin merupakan salah satu strategi penting dalam deteksi dini hipertensi kehamilan. Melalui pemeriksaan ini, tenaga kesehatan dapat melakukan pengukuran tekanan darah, pemeriksaan protein urin, pemantauan kondisi janin, serta memberikan edukasi mengenai tanda bahaya kehamilan. Selain itu, ibu hamil yang memiliki faktor risiko seperti riwayat hipertensi, obesitas, diabetes mellitus, kehamilan ganda, atau riwayat preeklampsia pada kehamilan sebelumnya memerlukan pengawasan yang lebih intensif.

Peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai hipertensi kehamilan juga menjadi bagian penting dalam upaya pencegahan. Ibu yang memahami faktor risiko dan tanda bahaya hipertensi akan lebih cepat mencari pertolongan kesehatan apabila mengalami keluhan yang mengarah pada komplikasi. Dukungan keluarga, kader kesehatan, dan tenaga kesehatan turut berperan dalam meningkatkan kesadaran serta kepatuhan ibu hamil untuk melakukan pemeriksaan kehamilan secara berkala.

Berdasarkan uraian tersebut, pencegahan hipertensi kehamilan melalui deteksi dini merupakan langkah strategis untuk menurunkan angka kesakitan dan kematian ibu maupun bayi. Oleh karena itu, diperlukan upaya berkelanjutan dalam meningkatkan kualitas pelayanan antenatal, edukasi kesehatan, serta keterlibatan masyarakat guna mendukung keberhasilan deteksi dini dan penanganan hipertensi selama kehamilan.

2. METODE

a. Persiapan

Mekanisme pelaksanaan program pengabdian dengan tema Pencegahan Hipertensi kehamilan melalui deteksi dini di Lingkungan RSUD Kab.Bekasi, meliputi :

- i. Koordinasi dengan pihak RSUD Kab. Bekasi tentang peserta dan lokasi kegiatan pengabdian dilaksanakan,
- ii. Koordinasi dengan Para tenaga medis di RSUD Bekasi terkait lokasi kegiatan.
- iii. Mempersiapkan materi, alat dan bahan yang digunakan, serta narasumber yang akan menyampaikan pelatihan. Alat dan bahan yang dipersiapkan antara lain model pelatihan dan media yang diperlukan dalam pelaksanaan berupa berupa bahan materi berupa power point dan leaflet

b. Pelaksanaan Kegiatan

Dalam mengatasi persoalan-persoalan sebagaimana yang telah dijelaskan sebelumnya, program pengabdian mandiri ini, diharapkan dapat menjadi informasi yang bermanfaat bagi warga setempat khususnya bagi ibu hamil.

3. HASIL

4.1 Hasil Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema “**Pencegahan Hipertensi Kehamilan Melalui Deteksi Dini**” dilaksanakan pada [Sebutkan Tanggal] bertempat di RSUD Kabupaten Bekasi. Kegiatan ini diikuti oleh 25 orang ibu hamil, kader kesehatan, dan pendamping keluarga yang berada di wilayah kerja RSUD Kabupaten Bekasi. Secara umum, hasil kegiatan dapat dijabarkan sebagai berikut:

• **Peningkatan Pengetahuan (Pre-test vs Post-test):** Berdasarkan hasil evaluasi menggunakan kuesioner, terjadi peningkatan rata-rata pengetahuan peserta mengenai hipertensi kehamilan, faktor risiko, tanda bahaya, dan pentingnya pemeriksaan antenatal care (ANC) sebesar [Sebutkan Angka, misalnya: 35%]. Sebelum edukasi, sebagian besar peserta belum memahami

gejala awal preeklampsia dan pentingnya pemantauan tekanan darah secara rutin. Setelah kegiatan, sebagian besar peserta mampu menjelaskan faktor risiko hipertensi kehamilan dan langkah pencegahannya.

- **Peningkatan Kemampuan Deteksi Dini:** Melalui sesi edukasi dan demonstrasi, peserta menunjukkan peningkatan kemampuan dalam:

1. Mengidentifikasi tanda dan gejala hipertensi kehamilan seperti tekanan darah tinggi, sakit kepala hebat, gangguan penglihatan, dan pembengkakan pada ekstremitas.
2. Memahami pentingnya pemeriksaan tekanan darah dan protein urin secara berkala selama kehamilan.
3. Menentukan langkah yang harus dilakukan apabila ditemukan tanda-tanda bahaya hipertensi kehamilan.

- **Peningkatan Kesadaran Melakukan Pemeriksaan Kehamilan:** Setelah kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan komitmen yang lebih tinggi untuk melakukan kunjungan ANC secara teratur dan segera memeriksakan diri ke fasilitas kesehatan apabila mengalami gejala yang mengarah pada hipertensi kehamilan.

4.2 Pembahasan

Kegiatan edukasi mengenai pencegahan hipertensi kehamilan melalui deteksi dini berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran peserta mengenai pentingnya pemantauan kesehatan selama masa kehamilan. Beberapa poin utama pembahasan adalah sebagai berikut:

- **Pentingnya Edukasi Kesehatan pada Ibu Hamil:** Penyampaian materi menggunakan metode ceramah interaktif, diskusi, dan demonstrasi terbukti efektif meningkatkan pemahaman peserta. Peserta lebih mudah memahami informasi ketika diberikan contoh kasus dan penjelasan mengenai kondisi yang sering ditemukan selama kehamilan.

- **Peningkatan Kemampuan Deteksi Dini:** Setelah mengikuti kegiatan, peserta mampu mengenali tanda bahaya hipertensi kehamilan lebih awal. Kemampuan ini sangat penting karena deteksi dini memungkinkan penanganan yang lebih cepat sehingga risiko komplikasi pada ibu dan janin dapat diminimalkan.

- **Peran Keluarga dan Kader Kesehatan:** Keluarga dan kader kesehatan memiliki peran penting dalam mendukung upaya pencegahan hipertensi kehamilan. Dengan pengetahuan yang memadai, mereka dapat membantu mengingatkan ibu hamil untuk melakukan pemeriksaan rutin, memantau kondisi kesehatan, serta segera mencari pertolongan medis apabila ditemukan tanda bahaya.
- **Implikasi terhadap Kesehatan Ibu dan Janin:** Deteksi dini hipertensi kehamilan dapat mencegah terjadinya komplikasi serius seperti preeklampsia berat, eklampsia, persalinan prematur, gangguan pertumbuhan janin, hingga kematian ibu dan bayi. Oleh karena itu, peningkatan kesadaran masyarakat mengenai hipertensi kehamilan menjadi langkah penting dalam mendukung program kesehatan ibu dan anak.
- **Kendala dan Tantangan:** Selama kegiatan berlangsung, ditemukan perbedaan tingkat pendidikan dan pemahaman peserta terkait kesehatan kehamilan. Untuk mengatasi hal tersebut, tim pengabdian menggunakan bahasa yang sederhana, media visual yang menarik, serta memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya secara langsung. Selain itu, diperlukan kegiatan edukasi yang berkelanjutan agar pengetahuan dan perilaku pencegahan yang telah diperoleh dapat dipertahankan dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

BAB V

KESIMPULAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan, dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

- **Peningkatan Pengetahuan yang Signifikan:** Kegiatan edukasi mengenai pencegahan hipertensi kehamilan melalui deteksi dini terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta tentang faktor risiko, tanda bahaya, serta langkah-langkah pencegahan hipertensi selama kehamilan. Hal ini ditunjukkan dengan meningkatnya skor pemahaman peserta setelah kegiatan dibandingkan sebelum kegiatan dilaksanakan.
- **Meningkatnya Kesadaran Deteksi Dini:** Edukasi yang diberikan berhasil meningkatkan kesadaran ibu hamil, keluarga, dan kader kesehatan mengenai pentingnya pemeriksaan kehamilan secara rutin,

pemantauan tekanan darah, serta pengenalan gejala awal hipertensi kehamilan. Peserta menjadi lebih siap untuk segera mencari pertolongan medis apabila ditemukan tanda bahaya.

- **Efektivitas Metode Edukasi Interaktif:** Kombinasi metode ceramah, diskusi, demonstrasi, dan tanya jawab terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta. Pendekatan yang interaktif memudahkan peserta dalam memahami materi serta mendorong keterlibatan aktif selama proses pembelajaran berlangsung.

5.2 Saran

Sebagai tindak lanjut dari kegiatan ini, disarankan beberapa hal berikut:

- **Bagi Ibu Hamil dan Keluarga:** Diharapkan untuk secara rutin melakukan pemeriksaan kehamilan sesuai jadwal, menerapkan pola hidup sehat, serta meningkatkan kewaspadaan terhadap tanda dan gejala hipertensi kehamilan agar komplikasi dapat dicegah sedini mungkin.

- **Bagi Kader Kesehatan dan Tenaga Kesehatan:** Perlu dilakukan edukasi dan pendampingan secara berkelanjutan kepada ibu hamil mengenai pentingnya deteksi dini hipertensi kehamilan. Kader kesehatan juga diharapkan aktif dalam memberikan informasi kesehatan dan memantau ibu hamil di wilayah kerjanya.

- **Bagi Puskesmas dan Instansi Terkait:** Disarankan untuk meningkatkan program skrining dan pemantauan hipertensi pada ibu hamil melalui pelayanan antenatal care (ANC) yang berkualitas serta penyelenggaraan kegiatan penyuluhan kesehatan secara berkala di masyarakat.

- **Bagi Tim Pengabdian atau Peneliti Selanjutnya:** Disarankan untuk mengembangkan media edukasi yang lebih inovatif, seperti booklet, video edukasi, atau aplikasi berbasis digital yang dapat membantu ibu hamil memahami faktor risiko dan tanda bahaya hipertensi kehamilan secara lebih mudah dan berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

Panchal, A. R., et al. (2020). Part 3: Adult Basic and Advanced Life Support: 2020 AHA Guidelines for CPR and ECC. *Circulation*, 142(Suppl 2), S366–S468. American Heart Association Journals

Berg, K. M., et al. (2020). Part 1: Executive Summary: 2020 AHA Guidelines for CPR and ECC. *Circulation*, 142(Suppl 2), S337–S357. American Heart Association Journals

Cheng, A., et al. (2020). Education, Implementation, and Teams: 2020 ILCOR CoSTR. *Circulation. American Heart Association Journals*

Nguyen, D. D., Spertus, J. A., Kennedy, K. F., et al. (2024). Association Between Delays in Time to Bystander CPR and Survival for Witnessed Cardiac Arrest in the U.S. *Circulation: Cardiovascular Quality and Outcomes*. PubMed UT Southwestern
The Public Access Defibrillation Trial Investigators. (2004). Public-Access Defibrillation and Survival after OHCA. *NEJM*, 351, 637–646. *New England Journal of Medicine*

Kitamura, T., Kiyohara, K., Sakai, T., et al. (2016). Public-Access Defibrillation and OHCA in Japan. *NEJM*, 375, 1649–1659. *New England Journal of Medicine*

Nishiyama, C., Iwami, T., Kawamura, T., et al. (2008/2009). Effectiveness of simplified chest compression-only CPR training for the general public (RCT). *Resuscitation*, 79(1):90–96; 80(10):1164–1168. *PubMed Resuscitation Journal*

Nishiyama, C., et al. (2015). Short-time refresher BLS training and skill retention up to 1 year. *Resuscitation. Resuscitation Journal*

Lee, M.-J., et al. (2022). Effectiveness of technology-based CPR training: Systematic Review and Meta-analysis. *JMIR*, 24(12):e36423. *JMIR*

Kurowski, A., et al. (2022). School-based CPR training effectiveness: Systematic review. *BMC Public Health/Systematic Reviews* (akses PMC). *PMC*

Johnson, A. M., et al. (2025). Implementation of school-based CPR training—enablers & barriers: Mixed-methods meta-analysis. *Resuscitation. PMC*