

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
TANJUNGPINRANG
PROGRAM STUDI DIIRI KEPERAWATAN KOTABUMI

Karya Tulis Ilmiah, April 2025
Cahaya Zifa. A

PENERAPAN EDUKASI KESEHATAN UNTUK MENGATASI MASALAH
PEMELIHARAAN KESEHATAN TIDAK EFEKTIF PADA ANGGOTA
KELUARGA NY. M YANG MENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KOTABUMI I

xvii + 77 Halaman + 5 tabel + 2 gambar + 7 lampiran

ABSTRAK

Gaya hidup tidak sehat merupakan perilaku pola hidup yang tidak teratur seperti dengan tidak adanya kesadaran, yang dapat mengakibatkan naiknya tekanan darah. Edukasi berperan penting untuk meningkatkan pengetahuan keluarga dalam merawat pasien hipertensi secara mandiri sehingga pemeliharaan kesehatan menjadi efektif. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran dalam melakukan penerapan edukasi kesehatan gaya hidup untuk menurunkan tekanan darah pada anggota keluarga Ny. M yang menderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kotabumi I. Metode penelitian ini menggunakan penerapan edukasi untuk mengatasi masalah keperawatan pemeliharaan kesehatan tidak efektif, dan mencapai luaran pemeliharaan kesehatan meningkat yaitu keluarga mampu merawat anggota keluarga yang sakit dengan kriteria hasil keluarga mampu menerapkan perilaku hidup sehat. Edukasi dilakukan selama 3 hari menggunakan media penyuluhan *leaflet*. Hasil yang diperoleh keluarga mampu merawat anggota yang sakit dibuktikan dengan penerapan gaya hidup dalam merawat Ny. M. Perawat Puskesmas disarankan untuk melakukan edukasi kepada keluarga tentang gaya hidup meliputi pola makan, cek kesehatan secara rutin, menjauhi asap rokok, beraktivitas fisik, istirahat yang cukup, kelola stress untuk pasien hipertensi. Dan tekanan darah menurun menjadi 130/80 mmHg.

Kata kunci : Edukasi Kesehatan, Gaya Hidup, Hipertensi, Pemeliharaan
Kesehatan Tidak Efektif.

Daftar Bacaan : 35 (2015-2025)

*HEALTH POLYTECHNIC OF THE MINISTRY OF HEALTH TANJUNGKARANG
DIII STUDY PROGRAM IN NURSING KOTABUMI*

*Scientific Papers, April 2025
Cahaya Zifa. A*

*IMPLEPENTATION OF HEALTH EDUCATION TO ADDRESS HEALTH
MAINTENANCE PROBLEMS IS NOT EFFECTIVE IN MRS. FAMILY MEMBERS.
M WHO SUFFERS FROM HYPERTENSION IN THE WORK AREA OF THE
KOTABUMI I HEALTH CENTER*

xvii + 77 pages + 5 tables + 2 figures + 7 appendices

ABSTRACT

An unhealthy lifestyle is an irregular lifestyle behavior such as the absence of consciousness, which can result in an increase in blood pressure. Education plays an important role in increasing family knowledge in treating hypertension patients independently so that health maintenance becomes effective. The purpose of this study is to obtain an overview in implementing lifestyle health education to lower blood pressure in Mrs. M's family members who suffer from hypertension in the Work Area of the Kotabumi I Health Center. Families are able to implement healthy living behaviors. Education was carried out for 3 days using leaflet counseling media . The results obtained by the family are able to take care of sick members as evidenced by the application of lifestyle in caring for Mrs. M. Puskesmas nurses are advised to educate families about lifestyle including diet, regular health checks, stay away from cigarette smoke, physical activity, adequate rest, and stress management for hypertension patients. And blood pressure decreases to 130/80 mmHg.

*Keywords : Health Education, Lifestyle, Hypertension, Ineffective Health
Maintenance*

References : 35 (2015–2025)