

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi esensial, juga dikenal sebagai hipertensi primer atau tekanan darah tinggi, adalah kondisi medis di mana tekanan darah arteri berada di atas batas normal secara konsisten yakni sistolik ≥ 140 mmHg atau diastolik ≥ 80 mmHg (Al Farizabad et.al, 2023). Hipertensi atau tekanan darah tinggi sering disebut sebagai the silent killer dan merupakan faktor risiko terbesar yang dapat menyebabkan kematian. Penyakit hipertensi dapat menyerang pada semua kelompok usia dan yang paling sering dialami oleh kelompok usia lansia. Beberapa penyakit pemicu kematian di Indonesia salah satunya adalah hipertensi (Iriani et.al, 2025). Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan penyebab kematian nomor satu di dunia, dengan 90-95% kasus didominasi oleh hipertensi esensial (Kemenkes RI, 2024). Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang perlu dikendalikan karena dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit jantung, stroke, dan gangguan kesehatan lainnya (Dewati et.al, 2023).

Hipertensi perlu dikendalikan agar tekanan darah tetap terkontrol dan risiko komplikasi dapat diminimalkan. Upaya pengendalian dapat dilakukan melalui pengobatan secara teratur sesuai anjuran tenaga kesehatan, membatasi konsumsi makanan asin, meningkatkan aktivitas fisik, mengonsumsi makanan yang lebih sehat, menghindari rokok, serta melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin. Kementerian Kesehatan juga menekankan pentingnya upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi sejak dini karena faktor perilaku seperti kurang aktivitas fisik, kurang konsumsi sayur dan buah, merokok, serta konsumsi makanan asin dapat meningkatkan risiko hipertensi (Kemenkes RI, 2024).

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang banyak dialami oleh kelompok lanjut usia. Seiring bertambahnya usia, risiko hipertensi dapat meningkat dan kondisi ini perlu mendapat perhatian karena dapat menimbulkan berbagai komplikasi apabila tidak dikendalikan. Pengendalian hipertensi penting dilakukan untuk menjaga tekanan darah tetap terkontrol dan menurunkan risiko komplikasi. Upaya pengendalian dapat dilakukan melalui konsumsi obat sesuai anjuran tenaga kesehatan, membatasi konsumsi garam, menerapkan pola makan

sehat, melakukan aktivitas fisik secara teratur, menghindari rokok, mengelola stres, serta melakukan pemeriksaan tekanan darah secara berkala.

Berdasarkan data 50 diagnosis terbanyak pasien rawat jalan RSI Jemursari periode 1 Januari - 31 Juli 2026, essential (primary) hypertension tercatat sebanyak 11.332 kasus dan menempati urutan keempat. Tingginya jumlah kasus tersebut menunjukkan bahwa hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang perlu mendapatkan perhatian dalam kegiatan Promosi Kesehatan Rumah Sakit (PKRS). Data tersebut menjadi dasar perlunya pemberian informasi yang mendukung pasien dalam memahami dan melakukan pengendalian hipertensi.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan dalam kegiatan promosi kesehatan adalah memberikan edukasi melalui media yang mudah dipahami dan dapat digunakan kembali oleh pasien. Media edukasi dapat membantu menyampaikan informasi mengenai langkah-langkah pengendalian hipertensi secara sederhana, seperti kepatuhan minum obat, pembatasan garam, pola makan sehat, aktivitas fisik, berhenti merokok, pengelolaan stres, dan pemeriksaan tekanan darah secara berkala. Oleh karena itu, dilakukan perancangan media edukasi kesehatan tentang pengendalian hipertensi di RSI Jemursari sebagai salah satu upaya mendukung kegiatan Promosi Kesehatan Rumah Sakit dalam meningkatkan pemahaman pasien mengenai pengendalian hipertensi.

1.2 Tujuan Dan Manfaat

1.2.1 Tujuan Umum Magang Mahasiswa

Merancang dan menghasilkan media edukasi kesehatan tentang pengendalian hipertensi yang informatif, menarik, dan mudah dipahami serta dapat digunakan untuk mendukung kegiatan Promosi Kesehatan Rumah Sakit (PKRS) di RSI Jemursari.

1.2.2 Tujuan Khusus Magang Mahasiswa

- a. Memberikan pengalaman dalam mengidentifikasi masalah dan kebutuhan edukasi kesehatan melalui tahap Define.
- b. Meningkatkan keterampilan dalam merancang konsep dan desain media edukasi kesehatan melalui tahap Design.

- c. Meningkatkan kemampuan dalam memproduksi, memvalidasi, dan melakukan perbaikan media melalui tahap Develop.
- d. Memberikan pengalaman dalam menyebarluaskan media edukasi kesehatan melalui tahap Disseminate.
- e. Menghasilkan poster, leaflet, dan video animasi tentang pengendalian hipertensi yang dapat mendukung kegiatan PKRS di RSI Jemursari.

1.2.3 Manfaat Magang Mahasiswa

1. Bagi Peserta Magang

Kegiatan magang diharapkan dapat memberikan pengalaman langsung kepada mahasiswa dalam menerapkan teori promosi kesehatan serta meningkatkan keterampilan dalam menganalisis kebutuhan, merancang, dan mengimplementasikan media edukasi kesehatan tentang pengendalian hipertensi.

2. Bagi Politeknik Negeri Jember

Kegiatan magang ini dapat membantu institusi pendidikan dalam memperluas kerja sama dengan rumah sakit serta meningkatkan pengalaman praktik mahasiswa dalam bidang promosi kesehatan.

3. Bagi RSI Jemursari

Kegiatan magang ini dapat mendukung pelaksanaan Promosi Kesehatan Rumah Sakit (PKRS) melalui tersedianya media edukasi yang informatif, menarik, dan mudah dipahami mengenai pengendalian hipertensi bagi pasien dan pengunjung.

1.3 Lokasi Dan Waktu

Lokasi Magang Media Promosi Kesehatan di Rumah Sakit Islam Jemursari yang beralamat Jl. Raya Jemursari No.51 – 57, Jemur Wonosari, Kec. Wonocolo, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia 60237. Pelaksanaan Magang Media Promosi Kesehatan di RSI Jemursari dilaksanakan selama 1 bulan 1 minggu pada tanggal 10 Agustus - 12 September 2026.

1.4 Metode Pelaksanaan

Pelaksanaan magang di RSI Jemursari dilakukan selama 5 minggu, mulai tanggal 10 Agustus 2026 sampai dengan 12 September 2026, dengan mengikuti kegiatan yang dilaksanakan oleh unit terkait, terutama bagian Promosi Kesehatan Rumah Sakit (PKRS). Metode pelaksanaan magang meliputi beberapa tahapan yaitu observasi, partisipasi aktif, praktik langsung, serta bimbingan.

Pada tahap observasi, mahasiswa melakukan pengamatan terhadap kegiatan promosi kesehatan rumah sakit (PKRS), media edukasi kesehatan yang digunakan, serta kondisi dan kebutuhan edukasi terkait pengendalian hipertensi. Pada tahap partisipasi aktif, mahasiswa dilibatkan secara langsung dalam kegiatan PKRS, seperti kegiatan edukasi kesehatan dan pembuatan media promosi kesehatan. Tahap praktik langsung dilakukan melalui penugasan dari pembimbing lapangan, seperti melakukan edukasi kesehatan serta merancang dan membuat media edukasi tentang pengendalian hipertensi.

Selama pelaksanaan magang, mahasiswa memperoleh bimbingan langsung dari pembimbing lapangan pada bagian Promosi Kesehatan, serta bimbingan akademik dari dosen pembimbing kampus. Dokumentasi berupa foto kegiatan, laporan harian, dan logbook disusun sebagai bentuk dokumentasi dan pertanggungjawaban selama pelaksanaan magang.