Layanan Pengaduan dilakukan melalui Whats app group, Email dan Telp dengan rasio pelayanan 90%

Email : sariyunita12483@yahoo.com

Telp : 085714147870

1. ***Inovasi bumil masang dasi itu apa dan untuk siapa…?***

Cemia minta fe adalah sebuah inovasi program KIA puskesmas Jasinga dalam upaya menurunkan angka kejadian hipertensi pada ibu hamil dengan pemantauan makan pisang. Tujuannya adalah untuk meningkatkan kemauan,kesadaran serta pengetahuan tentang hipertensi pada kehamilan dan manfaat makan pisang,dan agar ibu hamil terbiasa rutin mengkonsumsi pisang sehingga mencegah kejadian hipertensi yang berdampak besar pada kehamilan persalinan dan nifas.

1. ***Kegiatannya apa aja…?***

Kegiatan dari BUMIL MASANG DASI meliputi :

* Penyuluhan tentang hipertensi dan manfaat makan pisang di kelas ibu hamil
* Pengisian format ceklis harian oleh kader kesehatan
* Pemantauan makan pisang melalui group wa mamah utun
* Pemeriksaan tensi tiap minggu di kelas ibu hamil
* Pelaksanaan kunjungan rumah oleh kader kesehatan tiap minggu
* Pembentukan kader bumil masang dasi
1. **Kenapa harus pemantauan tekanan darah...?**

Pemantauan tekanan darah pada ibu hamil bertujuan untuk mencegah terjadinya komplikasi yang berpotensi mengancam nyawa ibu dan bayi oleh karena itu penting untuk pemantauan tekanan darah pada ibu hamil setiap minggunya agar jika terdapat kenaikan tekanan darah pada ibu hamil dapat segera terdeteksi dan dapat segera tertangani.

1. ***Apakah ada perbedaan jika ada pemantauan tekanan darah...?***

Karena hipertensi dalam kehamilan merupak kondidi ketika tekanan darah ibu hamil berada di atas angka 140/90 mm/hg, diperkirakan sekitar 5-10% ibu hamil di seluruh dunia mengalami hipertensi dalam kehamilan.kondisi ini biasanya muncul saat usia kehamilan sekitar 20 minggu tetapi keadaan hipertensi atau kenaikan tekanan darah pada ibu hamil dapat secara tiba tiba ini lah pentingnya pemantauan tekanan darah pada ibu hamil setiap minggunya.jika ibu hamil tidak terpantau tekanan darahnya maka jika ada kenaikan tekanan darah tapat tidak terdeteksi dan akan terlambat untuk tindakan segera untuk penanganannya.

1. ***Apa dampak dari hipertensi pada ibu hamil,bayi dan masa persalinan ...?***

Hipertensi beresiko menyebabkan kejang pada saat kehamilan persalinan dan nifas,pada jangka panjang dapat menyebabkan kerusakan organ pada otak jantung paru paru ginjal dan hati sedangkan pengaruh pada janin menyebabkan kelahiran premature,IUGR dan bahkan kematian bayi karena tekanan darah yang tinggi mengurangi aliran nutrisi melalui plasenta ke bayi.

1. ***Apakah Hipertensi juga dapat menyebabkan penyakit covid 19...?***

Seorang wanita ketika tengah hamil akan lebih rentang terkena covid 19 hal ini dikarenakan aktifitas sel di tubuh ibu hamil akan mengalami penurunan yang mengakibatkan imunitas menjadi lemah, selain itu sistem imun dan kardiovaskular ibu hamil berpotensi memperberat jika terserang virus,keadaan hipertensi dapat memperberat sistem imun dan kardiouvaskular oleh karena itu di harapkan semua ibu hamil tidak mengalami hipertensi yang dapat menyebabkan imun ibu hamil lebih menurun.

#### *Apakah pencegahan hipertensi cukup dengan konsumsi pisang saja...?*

Melansir buku solusi sehat mengatasi hipertensi (2009) redaksi Agromedia buah pisang hampir tidak mengandung natrium tetapi banyak mengandung kalium vit B6 vit C dan E.vitamin E dan Kalium tersebut berkasiat menurunkan tekanan darah tetapi pencegahan hipertensi pada ibu hamil tidak cukup hanya konsumsi pisang saja tetapi ada hal-hal lain seperti:

#### Ketahuilah tekanan darah sebelum hamil

#### Kurangi asupan garam

#### Olah raga teratur

#### Perhatikan obat obatan yang di konsumsi

#### Jalani pemeriksaan prenatal rutin

#### *Bagaimana cara mencegah hipertensi pada ibu hamil ...?*

Pencegahan hipertensi dalam kehamilan merupakan kondisi yang harus selalu mendapat pemantauan penting sekali untuk ibu hamil rutin melakukan pemeriksaan ke petugas kesehatan.dan makan yang bergizi,mencukupi waktu istirahat, dan mengelola stres dengan baik.

#### *Kapan waktu makan pisang ...?*

**Konsumsi pisang 2 pagi dan malam hari**

1. ***Berapa kali sehari konsumsi pisang dan adakah efek sampingnya…?***

Konsumsi pisang 2 x sehari pisang mengandung potasium dan kalium yang tinggi 450 mg sehingga bermanfaat untuk mencegah hipertensi karena dapat membantu pengeluaran natrium,semangkin banyak kalium yang di konsumsi maka semangkin banyak natrium yang di buang lewat urine kandungan potasium dapat membantu relaksasi pembulu darah sehingga dapat mengurangi tekanan darah tidak ada efek samping dari pisang terhadap ibu hamil.