

PERMAINAN

ACEK KATA

HIPERTENSI PADA LANSIA



**PERMAINAN KAKITA
(PERMAINAN MENCARI KATA)**

H I P E R T E N S I

Penyusun :

Mia Fatma Ekasari, MKep, Ns, Sp. Kep. Kom

Aan Nurhasanah, SKM, MKM

Eros Siti Suryati, SPd, MKM

Dr. Siti Badriah, MKep, Ns, Sp. Kep. Kom

Editor:

Salsabila Rizqi Narendra

© 2022

PRAKATA

Alhamdulillahirabbil'aalamin, segala puja dan puji syukur penulis panjatkan kepada Allah Yang Maha Penyayang. Atas karunia-Nya, **Permainan Kakita (Permainan Mencari Kata) dengan tema Hipertensi** dapat terselesaikan tepat waktu. Permainan kakita merupakan pengembangan permainan acak kata sebagai media promosi kesehatan untuk lansia. Melalui permainan kakita, lansia dapat belajar tanpa harus berhadapan dengan situasi yang menjemukan. Permainan Kakita merupakan media promosi kesehatan yang dikemas dengan Bahasa sederhana, singkat dan mudah dimengerti.

Permainan Kakita (Permainan Mencari Kata) dengan tema Hipertensi berisi 4 materi terkait hipertensi, yaitu 1) Pengertian dan Akibat Hipertensi; 2) Penyebab Hipertensi; 3) Tanda Gejala Hipertensi dan 4) Cara Penanganan Hipertensi.

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Direktur Poltekkes Kemenkes Jakarta III, seluruh jajaran manajemen serta keluarga tercinta yang telah mendorong penulis menyelesaikan buku ini. Akhir kata, penulis berharap semoga buku ini dapat meningkatkan kemampuan pengetahuan dan sikap masyarakat khususnya lansia terhadap kesehatan.

Jakarta, 20 Juni 2022

Tim Penulis

DAFTAR ISI

PRAKATA		ii
DAFTAR ISI		iii
PETUNJUK PENGGUNAAN		iv
MATERI 1	PENGERTIAN DAN AKIBAT HIPERTENSI	1
MATERI 2	PENYEBAB HIPERTENSI	2
MATERI 3	TANDA GEJALA HIPERTENSI	3
MATERI 4	CARA PENANGANAN HIPERTENSI	4
DAFTAR PUSTAKA		5

PETUNJUK PENGGUNAAN

1. Bacalah kata yang harus dicari dengan cermat
2. Cari kata yang pada huruf-huruf yang disusun acak dengan memperhatikan kata menurun, mendatar ataupun miring
3. Kata ditemukan diberikan tanda dengan melingkari kata tersebut
4. Sebelum mengakhiri permainan pastikan kata-kata yang dicari tersebut sudah ditemukan seluruhnya

MATERI 1

PENGERTIAN DAN AKIBAT DARAH TINGGI

I	F	T	E	N	S	I	M	E	T	E	R
V	Z	K	M	K	I	U	Y	I	R	G	F
H	T	I	D	G	Z	D	Y	S	Z	A	L
Y	Y	L	V	P	H	I	D	N	O	G	N
J	E	O	P	I	V	A	L	E	Z	A	W
N	L	T	W	B	Z	S	O	T	A	L	J
H	O	S	S	P	S	T	F	R	D	G	X
U	G	I	P	A	W	O	M	E	V	I	R
A	S	S	I	U	U	L	Z	P	S	N	V
R	K	U	X	S	D	I	O	I	K	J	M
E	B	U	J	D	G	K	B	H	F	A	D
M	I	C	T	E	K	O	R	T	S	L	D

CARILAH JAWABAN BERIKUT:

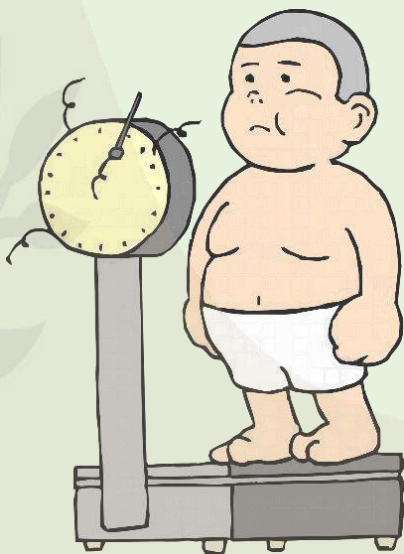
1. HIPERTENSI
2. TENSIMETER
3. SISTOLIK
4. DIASTOLIK
5. STROKE
6. GAGAL GINJAL



MATERI 2

PENYEBAB DARAH TINGGI

O	J	N	I	S	A	N	A	K	I	J	T
W	F	A	D	D	N	J	D	Q	C	Q	R
Z	H	U	E	P	H	Y	E	I	J	T	S
K	S	J	L	K	A	O	W	R	W	O	Q
Z	D	H	Q	F	O	N	H	J	O	L	M
B	I	Q	S	P	B	K	S	R	S	A	V
N	W	G	R	N	C	G	O	S	T	I	N
K	M	Z	E	J	J	J	G	R	R	D	Z
B	M	Y	S	M	X	Z	Q	N	E	L	X
F	H	G	R	W	U	V	B	S	S	M	B
D	B	Z	L	W	V	K	T	D	A	I	H
X	I	M	I	N	U	M	K	O	P	I	Q



CARILAH JAWABAN BERIKUT:

- 1. GEMUK**
- 2. STRES**
- 3. MEROKOK**
- 4. IKAN ASIN**
- 5. MINUM KOPI**
- 6. JEROAN**

MATERI 3

TANDA GEJALA DARAH TINGGI

Q	Q	P	J	L	U	S	E	V	Y	N	F
E	T	M	T	P	S	A	O	X	N	C	R
F	C	C	U	D	Q	K	Q	T	H	Z	H
A	E	H	K	U	E	I	V	Y	V	T	R
P	S	R	A	I	X	T	Z	T	N	I	R
L	A	G	K	A	F	K	U	Z	H	N	M
J	M	N	R	Q	W	E	Y	R	Z	N	M
T	E	I	E	X	Z	P	A	T	D	I	I
S	L	S	H	L	D	A	P	E	B	T	R
W	P	U	E	E	W	L	D	V	R	U	M
E	I	P	L	O	X	A	D	E	R	S	A
A	P	K	U	H	A	S	I	L	E	G	V

CARILAH JAWABAN BERIKUT:

1. PUSING
2. GELISAH
3. LEMAS
4. SAKIT KEPALA
5. TELINGA BERDENGING
(TINNITUS)
6. LEHER KAKU



MATERI 4

PENANGANAN DARAH TINGGI

O	T	K	H	D	M	D	M	Q	X	K	W
L	P	U	P	Q	U	C	I	Y	G	E	S
A	D	R	R	B	C	D	N	S	K	L	G
H	L	A	N	Z	E	U	U	S	T	O	S
R	Y	N	K	U	C	Z	M	H	J	L	L
A	B	G	E	H	D	L	O	D	F	A	T
G	Q	I	C	S	U	L	B	W	T	S	F
A	I	G	E	U	X	L	A	R	Z	T	M
O	T	A	H	A	R	I	T	S	I	R	H
B	Q	R	N	K	F	W	A	P	Y	E	Q
U	S	A	C	E	V	S	A	U	D	S	G
T	M	M	M	C	L	O	R	T	N	O	K



CARILAH JAWABAN BERIKUT:

- 1. MINUM OBAT**
- 2. KONTROL**
- 3. OLAHRAGA**
- 4. KURANGI GARAM**
- 5. ISTIRAHAT**
- 6. KELOLA STRES**

DAFTAR PUSTAKA

Depkes RI. (2013). Buletin Jendela Data & Informasi Kesehatan. Departemen Kesehatan Republik IndonesiaKemenkes RI.

Kemenkes RI. (2017). Profil Penyakit Tidak Menular Tahun 2016.

Lewis, Dirksen, Heitkemper dan Bucher (2014). Medical surgical nursing. vol 1. Mosby : Elsevier.

