

# **TATACARA MENGAMBIL & MEREKOD TEKANAN DARAH (MENGUNAKAN MESIN DIGITAL)**

---

**LATIHAN PERAWATAN KESIHATAN  
PEMBANTU PERAWATAN KESIHATAN  
KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA**

# PENGENALAN

---

1. Tekanan darah itu membawa maksud tekanan yang dihasilkan oleh aliran darah dalam salur darah.
2. Diukur melalui milimeter merkuri (mm Hg) berdasarkan dua angka utama:
  - i. **Tekanan sistolik** – Mengukur tekanan pada salur darah semasa organ jantung mengepam darah keluar ke seluruh tubuh badan (angka yang berada di atas)
  - ii. **Tekanan diastolik** – Mengukur tekanan pada salur darah di antara waktu degup jantung sementara darah kembali kepada organ jantung (angka yang berada di bawah)
3. Kedua-duanya adalah sangat penting untuk kita semua mengetahui sama ada tekanan darah tersebut normal, tinggi (Hypertension) atau rendah (Hypotension).

# TUJUAN

---

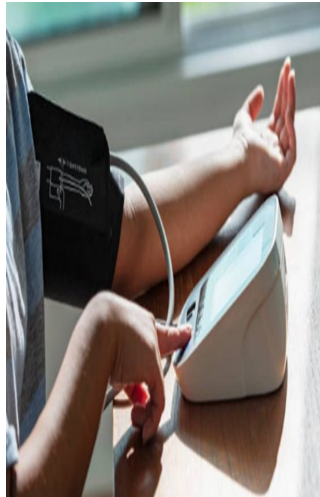
Tujuan pengambilan tekanan darah pesakit adalah untuk:

1. Menilai status hemodinamik pesakit
2. Mengesan penyakit lebih awal
3. Memantau keadaan pesakit
4. Menilai keberkesanan rawatan yang diberikan
5. Menilai risiko komplikasi
6. Panduan klinikal untuk rawatan lanjut
7. Penilaian sebelum, semasa dan selepas prosedur

# PERALATAN

---

1. Terdapat empat peralatan utama yang lazim digunakan:
  - i. *electronic devices*
  - ii. *aneroid sphygmomanometer*
  - iii. *automated ambulatory BP devices*
  - iv. *mercury column sphygmomanometer*
2. *Mercury sphygmomanometer* kekal sebagai piawaian emas (*gold standard*) bagi pengukuran tekanan darah.
3. Walau bagaimanapun, penggunaannya semakin digantikan dengan peranti elektronik kerana:
  - i. Kebimbangan terhadap alam sekitar
  - ii. Risiko kesihatan berkaitan merkuri



# SAIZ CUFF

---

1. Pemilihan saiz cuff yang betul adalah sangat penting.
2. Faktor yang perlu diambil kira:
  - i. Panjang cuff: meliputi sekurang-kurangnya 80% lilitan lengan
  - ii. Lebar cuff: sekurang-kurangnya 40% lilitan lengan
  - iii. Saiz standard cuff: 13 cm x 24 cm
3. Kesan saiz cuff tidak sesuai:
  - i. Cuff terlalu kecil → bacaan tekanan darah lebih tinggi palsu
  - ii. Cuff terlalu besar → bacaan tekanan darah lebih rendah palsu

\*CPG Management of Hypertension 5<sup>th</sup> Edition (2018) KKM

# Urutan Pengukuran yang Betul



## Langkah 1: Rehat

Pastikan pesakit berada dalam keadaan rehat sekurang-kurangnya 1 minit sebelum pengukuran dimulakan.



## Langkah 2: Ulang

Ambil sekurang-kurangnya 2 bacaan pada lengan yang sama dan dalam posisi yang sama.



## Langkah 3: Jarak

Jarakkan setiap bacaan dengan sela masa 1-2 minit.

# TATACARA

1. Pastikan peralatan berfungsi dengan baik.
2. Cuci tangan.
3. Beri salam dan perkenalkan diri kepada pesakit.
4. Terangkan tujuan pengambilan tekanan darah kepada pesakit.
5. Selesaikan pesakit dalam posisi yang betul.
6. Memasang cuff pada lengan pesakit dengan menggunakan cuff yang betul.
7. Tekan butang “Mula/Start” pada mesin dan tunggu sehingga bacaan tekanan darah dipaparkan di monitor mesin.
8. Buka semula cuff yang telah dipasang pada lengan pesakit dan selesaikan pesakit.
9. Rekodkan kadar bacaan tekanan darah ke dalam carta pemerhatian atau buku rekod pesakit.
10. Laporkan kepada Pegawai Perubatan / PPP / Jururawat yang bertugas jika terdapat bacaan yang tidak normal.
11. **Jangan sesekali melakukan pengukuran tekanan darah pada lengan yang mempunyai fistula arteriovena (AV fistula) pada pesakit hemodialisis.**



# KLASIFIKASI TEKANAN DARAH (DEWASA)

<b>Classification*</b>	<b>Systolic (mmHg)</b>		<b>Diastolic (mmHg)</b>
<b>Optimal</b>	<120	and	<80
<b>Normal</b>	120-129	and/or	80-84
<b>At Risk</b>	130-139	and/or	85-89
<b>Hypertension</b>			
<b>Stage 1 (Mild)</b>	140-159	and/or	90-99
<b>Stage 2 (Moderate)</b>	160-179	and/or	100-109
<b>Stage 3 (Severe)</b>	≥180	and/or	≥110
<b>Isolated Systolic Hypertension</b>	≥140	and	<90

---

**SEKIAN  
TERIMA KASIH**