

# SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC002025095769, 23 Juli 2025

## Pencipta

Nama : **Arwinder Singh, dr., M.Kes., Sp.BS (K), Bryan Anna Wijaya dkk**

Alamat : Jl. Taman S. Parman No.1, Tomang, Kec. Grogol petamburan, Kota Jakarta Barat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 114401, Grogol Petamburan, Kota Adm. Jakarta Barat, DKI Jakarta, 11440

Kewarganegaraan : Indonesia

## Pemegang Hak Cipta

Nama : **Arwinder Singh, dr., M.Kes., Sp.BS (K), Bryan Anna Wijaya dkk**

Alamat : Jl. Taman S. Parman No.1, Tomang, Kec. Grogol petamburan, Kota Jakarta Barat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 114401, Grogol Petamburan, Kota Adm. Jakarta Barat, DKI Jakarta, 11440

Kewarganegaraan : Indonesia

Jenis Ciptaan : **Poster**

Judul Ciptaan : **KENALI, CEGAH, KENDALIKAN HIPERTENSI: EDUKASI DAN SKRINING UNTUK HIDUP LEBIH SEHAT!**

Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : 23 Juli 2025, di Kota Adm. Jakarta Barat

Jangka waktu perlindungan : Berlaku selama hidup Pencipta dan terus berlangsung selama 70 (tujuh puluh) tahun setelah Pencipta meninggal dunia, terhitung mulai tanggal 1 Januari tahun berikutnya.

Nomor Pencatatan : 000936030

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.  
Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.



a.n. MENTERI HUKUM  
DIREKTUR JENDERAL KEKAYAAN INTELEKTUAL  
u.b  
Direktur Hak Cipta dan Desain Industri

Agung Damarsasongko,SH.,MH.  
NIP. 196912261994031001

**LAMPIRAN PENCIPTA**

No	Nama	Alamat
1	Arwinder Singh, dr., M.Kes., Sp.BS (K)	Jl. Taman S. Parman No.1, Tomang, Kec. Grogol petamburan, Kota Jakarta Barat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 114401 Grogol Petamburan, Kota Adm. Jakarta Barat
2	Bryan Anna Wijaya	Jl. Taman S. Parman No.1, Tomang, Kec. Grogol petamburan, Kota Jakarta Barat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 11440 Grogol Petamburan, Kota Adm. Jakarta Barat
3	Gracienne	Jl. Taman S. Parman No.1, Tomang, Kec. Grogol petamburan, Kota Jakarta Barat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 11440 Grogol Petamburan, Kota Adm. Jakarta Barat
4	Yohanes Firmansyah	Jl. Taman S. Parman No.1, Tomang, Kec. Grogol petamburan, Kota Jakarta Barat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 11440 Grogol Petamburan, Kota Adm. Jakarta Barat

**LAMPIRAN PEMEGANG**

No	Nama	Alamat
1	Arwinder Singh, dr., M.Kes., Sp.BS (K)	Jl. Taman S. Parman No.1, Tomang, Kec. Grogol petamburan, Kota Jakarta Barat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 114401 Grogol Petamburan, Kota Adm. Jakarta Barat
2	Bryan Anna Wijaya	Jl. Taman S. Parman No.1, Tomang, Kec. Grogol petamburan, Kota Jakarta Barat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 11440 Grogol Petamburan, Kota Adm. Jakarta Barat
3	Gracienne	Jl. Taman S. Parman No.1, Tomang, Kec. Grogol petamburan, Kota Jakarta Barat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 11440 Grogol Petamburan, Kota Adm. Jakarta Barat
4	Yohanes Firmansyah	Jl. Taman S. Parman No.1, Tomang, Kec. Grogol petamburan, Kota Jakarta Barat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 11440 Grogol Petamburan, Kota Adm. Jakarta Barat



# KENALI, CEGAH, KENDALIKAN: HIPERTENSI

## EDUKASI DAN SKRINING UNTUK HIDUP LEBIH SEHAT!

### HIPERTENSI

Hipertensi adalah suatu kondisi medis kronis di mana tekanan darah di dalam arteri secara konsisten berada di atas batas normal, yaitu  $\geq 140$  mmHg untuk sistolik atau  $\geq 90$  mmHg untuk diastolik. Hipertensi merupakan faktor risiko utama penyakit kardiovaskular seperti stroke, penyakit jantung, dan gagal ginjal.

### BERAPA TEKANAN DARAH YANG NORMAL?

Kategori	Tekanan Sistolik (mmHg)	Tekanan Diastolik (mmHg)
Normal	< 120	< 80
Prehipertensi / Risiko	120–129	< 80
Hipertensi Stage 1	130–139	80–89
Hipertensi Stage 2	$\geq 140$	$\geq 90$

### MENGAPA PERLU DIPERIKSA?

- ✓ Hipertensi bisa muncul sejak usia muda, terutama jika:
  - Gaya hidup tidak sehat
  - Pola makan tinggi garam
  - Kurang aktivitas fisik
  - Stres berkepanjangan
  - Riwayat keluarga hipertensi
- ✓ Deteksi dini = pencegahan komplikasi jangka panjang!

#### 🎯 Penting untuk:

- Rutin cek tekanan darah
- Kenali gejala dan faktor risiko
- Cegah sejak dini dengan pola hidup sehat

💡 Ingat, hipertensi bisa dicegah dan dikendalikan jika terdeteksi lebih awal!