

Promosi Kesehatan tentang Edukasi Hipertensi di Puskesmas Sewon II Bantul

HATISUCI, J.A.^{1,*}, RATNASARI, N.¹, CHANDRADEWI, S.F.¹, YUGASWARI, P.² (BOLD, 11PT)

¹ Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker, Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta, Indonesia

² Puskesmas Sewon II Bantul

* corresponding author: Jasmine2107062056@webmail.uad.ac.id / ratnasari2107062040@webmail.uad.ac.id

ABSTRACT

Hipertensi adalah suatu keadaan ketika tekanan darah di pembuluh darah meningkat secara kronis. Hal tersebut dapat terjadi karena jantung bekerja lebih keras memompa darah untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi tubuh. Apabila tidak diterapi dengan baik hipertensi dapat mengganggu fungsi organ-organ vital lainnya seperti jantung dan ginjal. Hipertensi dinyatakan dengan tekanan darah sistole yang mencapai di atas 140 mmHg dan tekanan diastolik di atas 90 mmHg. Faktor-faktor yang berperan penting sebagai penyebab hipertensi antara lain perubahan gaya hidup seperti merokok, minum alkohol, pola makan tidak seimbang dan kurangnya aktifitas fisik.

Tujuan kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan efikasi diri dan kepatuhan minum obat masyarakat di Puskesmas Sewon II Bantul.

Metode penelitian Promosi kesehatan dilakukan secara perseorangan dengan media leaflet saat penyerahan obat di Loker Farmasi Puskesmas Sewon II Bantul.

Hasil yang didapat kegiatan ini mampu dapat meningkatkan efikasi diri dan kepatuhan minum obat masyarakat di Puskesmas Sewon II Bantul..

Received July 2022 | Revised July 2022 | Accepted July 2022

Keywords : Hipertensi, Edukasi, Leaflet

1. PENDAHULUAN

Hipertensi adalah keadaan tekanan darah persisten dengan meningkatnya tekanan sistol ≥ 140 mmHg dan tekanan diastol ≥ 90 mmHg. Penyakit kardiovaskular ini diperkirakan telah menyebabkan 4,5 % dari beban penyakit secara global serta memiliki prevalensi yang besar di berbagai negara. Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang menyebabkan tingginya angka kunjungan pemeriksaan ke dokter dan perawatan serta penggunaan obat jangka Panjang (Saseen, et.al, 2008). Hipertensi sering disebut “*the silent killer*” karena sering tanpa keluhan, sehingga penderita tidak tahu kalau dirinya mengidap hipertensi, tetapi kemudian mendapatkan dirinya sudah terdapat penyakit penyulit atau komplikasi dari hipertensi (*American Heart Association, 2017*).

Hipertensi merupakan gangguan pada sistem peredaran darah yang sering terjadi pada lansia, dengan kenaikan tekanan darah sistolik lebih dari 150 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg, tekanan sistolik 150-155 mmHg dianggap masih normal pada lansia (Sudarta, 2013). Hipertensi merupakan faktor resiko penyakit kardiovaskuler aterosklerosis, gagal jantung, stroke dan gagal ginjal ditandai dengan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg, berdasarkan pada dua kali pengukuran atau lebih (Smeltzer,

Bare, Hinkle, & Cheever, 2012). Perubahan lainnya berupa penurunan fungsi pankreas yang mengakibatkan hormon insulin tidak adekuat. Ketidakadekuatan hormon ini yang menimbulkan penumpukan gula dalam darah, maka terjadilah penyakit diabetes.

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang banyak di Indonesia. Hipertensi tidak dapat secara langsung membunuh penderitanya melainkan hipertensi memicu terjadinya penyakit lain yang tergolong kelas berat atau mematikan. Hipertensi yang terjadi terus-menerus bisa memicu stroke, serangan jantung, gagal jantung, dan merupakan penyebab utama gagal ginjal kronik (Wahdah, 2011). Seseorang dinyatakan hipertensi bila tekanan sistolnya mencapai diatas 140 mmHg dan tekanan diastolik diatas 90 mmHg. Faktor-faktor yang berperan penting sebagai penyebab hipertensi antara lain perubahan gaya hidup seperti merokok, minum alkohol, pola makan tidak seimbang dan kurangnya aktifitas fisik (Martha, 2013).

Data WHO 2015 menunjukkan bahwa sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi. Artinya, terdapat 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis menderita hipertensi, hanya 36,8% di antaranya yang minum obat. Diperkirakan juga setiap tahun ada 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi (Kemenkes, 2018).

Prevalensi hipertensi di Indonesia yang didapat melalui pengukuran pada umur ≥ 60 tahun, berdasarkan data tahun 2013 bahwa didapatkan hasil sebesar 25,8% kemudian meningkat pada tahun 2018 menjadi sebanyak 34,1% penduduk Indonesia yang mengidap hipertensi (Kemenkes, 2018). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) prevalensi penyakit Hipertensi di Jawa Tengah meningkat dari 7,6 permil pada tahun 2007 menjadi 9,5 permil pada tahun 2013. Sedangkan provinsi DIY memiliki prevalensi sebesar 32,86%. Angka tersebut menduduki peringkat ke-12 prevalensi tertinggi penderita hipertensi dari 34 provinsi yang ada di Indonesia (Kemenkes, 2018).

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu bentuk intervensi dari promosi kesehatan. Pendidikan kesehatan ialah suatu upaya atau kegiatan untuk menciptakan perilaku masyarakat untuk menghindari atau mencegah hal – hal yang merugikan kesehatan mereka dan orang lain. Tujuan akhir dari pendidikan kesehatan adalah agar masyarakat dapat mempraktikkan hidup sehat bagi dirinya sendiri dan bagi orang lain. Pendidikan kesehatan merupakan bentuk intervensi terutama pada faktor perilaku. (Notoatmodjo, 2012).

Pendidikan kesehatan merupakan upaya meningkatkan perilaku masyarakat tentang pencegahan penyakit hipertensi. Pendidikan kesehatan ini tidak lepas dari faktor pendukung penelitian yang meliputi sarana dan prasarana yang mendukung misalnya media yang menarik berupa power point yang tuliasannya terpapar sesuai usia, ruangan yang cukup, serta adanya pelaku edukator yang memberikan penyuluhan dengan total dan ada kegiatan demonstrasi dan redemonstrasi. Dengan demikian masyarakat memahami apa yang dijelaskan. Adanya sarana yang mendukung dapat menarik masyarakat. Menurut Maulana (2009), media adalah alat yang digunakan oleh pendidikan dalam menyampaikan bahan pendidikan atau pengajaran.

Notoatmodjo (2012) juga mengemukakan Promosi kesehatan dalam arti pendidikan, secara umum adalah segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain, baik individu, kelompok, atau masyarakat, sehingga mereka melakukan apa yang diharapkan oleh pelaku pendidikan atau promosi kesehatan. pendidikan yang dimaksud adalah pendidikan kesehatan, yaitu segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain, baik individu, kelompok, atau masyarakat, sehingga mereka melakukan apa yang diharapkan oleh pelaku pendidikan atau promosi kesehatan. Dari batasan ini tersirat unsur-unsur input (sasaran dan pendidik dari pendidikan), proses (upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain) dan output (melakukan apa yang diharapkan).

Media pendidikan kesehatan disebut juga sebagai peraga karena berfungsi membantu dan memeragakan sesuatu dalam proses pendidikan atau pengajaran. Prinsip pembuatan alat peraga atau media bahwa pengetahuan yang ada pada setiap orang diterima atau ditangkap melalui pancaindra.

Semakin banyak pancaindra yang digunakan, semakin banyak dan semakin jelas pula pengertian atau pengetahuan yang diperoleh. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Arlita Saputri (2017) bahwa pemberian media buku saku cepat tensi mampu meningkatkan pengetahuan dan merubah sikap terhadap penyakit hipertensi. Berdasarkan hal tersebut diatas, menunjukkan bahwa keberadaan alat peraga dimaksudkan mengerahkan indra sebanyak mungkin pada suatu objek sehingga memudahkan pemahaman.

Puskesmas merupakan fasilitas pelayanan kesehatan masyarakat dan perseorangan tingkat pertama yang mengutamakan upaya promotive dan preventif untuk mencapai kualitas kesehatan masyarakat yang sebaik mungkin di wilayah kerjanya. Puskesmas bertanggung jawab atas penyelenggaraan kegiatan pelayanan kesehatan tingkat pertama yang menyeluruh, terpadu, dan berkesinambungan baik dalam lingkup pelayanan kesehatan perseorangan maupun lingkup pelayanan kesehatan masyarakat. Terdapat empat pilar dalam pelaksanaan kegiatan pelayanan puskesmas yaitu promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitative (Kemenkes,2019).

Promosi kesehatan merupakan proses penyadaran masyarakat dalam hal pemberian dan peningkatan pengetahuan kesehatan. Selain itu, promosi kesehatan juga merupakan salah satu upaya yang mampu menjembatani perubahan perilaku (Mubarak, et.al, 2007).

Munculnya masalah kesehatan tidak hanya disebabkan oleh kelalaian individu saja, namun dapat juga disebabkan oleh ketidaktahuan masyarakat sebagai akibat dari kurangnya informasi yang benar mengenai suatu penyakit pada kesehatan (Rahmadiana, 2012). Rendahnya pengetahuan masyarakat tentang hipertensi merupakan penyebab tidak dapat terkontrolnya tekanan darah terutama pada pasien hipertensi di Asia (Wang, J.G., 2015).

Promosi kesehatan merupakan salah satu agenda kegiatan yang dilakukan oleh Mahasiswa Pendidikan Profesi Apoteker UAD angkatan 42 melalui kegiatan PKPA periode 3-15 Januari 2022 di Puskesmas Sewon II. Pelaksanaan Promosi Kesehatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, pemahaman masyarakat, upaya pencegahan, dan pengobatan tentang penyakit Hipertensi.

2. PELAKSANAAN KEGIATAN

1.1. Sasaran

Kegiatan promosi kesehatan dilakukan secara langsung kepada masyarakat yang berobat di Puskesmas Sewon II dengan media penyampaian berupa leaflet.

1.2. Tanggal dan Tempat Pelaksanaan

Kegiatan promosi kesehatan kepada masyarakat dilaksanakan pada tanggal 3-15 Januari, 2022 pukul 08.00-13.00 WIB di Loket Farmasi Puskesmas Sewon II.

1.3. Metode

Promosi Kesehatan dilakukan di Puskesmas Sewon II oleh mahasiswi PKPA UAD Periode 3-15 Januari 2022 dilaksanakan dengan menggunakan media penyampaian informasi berupa leaflet secara perorangan. Penyampaian informasi dilakukan secara bersamaan saat penyerahan obat. Materi yang tercantum didalam leaflet yaitu :

1. Pengertian Hipertensi
2. Penyebab Hipertensi
3. Tanda dan Gejala Hipertensi
4. Perawatan Hipertensi

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kejadian pandemi COVID-19 berdampak terhadap kegiatan promosi Kesehatan di Puskesmas Sewon II. Hal ini menyebabkan terhambatnya beberapa kegiatan sosial puskesmas seperti promosi kesehatan. Oleh karena itu, kegiatan promosi kesehatan dilakukan dengan metode penyampaian leaflet.

Leaflet dipilih sebagai media promosi kesehatan karena memiliki beberapa kelebihan yaitu media yang ringkas, desain menarik, dan mudah dipahami. Kekurangan media ini adalah harus mencetak media dalam jumlah yang tidak sedikit sehingga membutuhkan biaya yang lebih. Penelitian efektivitas media promosi kesehatan di Puskesmas Andalas didapatkan hasil bahwa media leaflet dapat meningkatkan pengetahuan (Putri *et al*, 2020).

Pembuatan media leaflet dimulai dengan menyusun materi dan berkonsultasi dengan dosen pembimbing serta preseptor Puskesmas Sewon II Bantul. Setelah mendapatkan persetujuan materi, tahap selanjutnya yaitu membuat desain leaflet. Leaflet yang disusun memuat informasi tentang Pengertian, Penyebab, Faktor risiko, Pencegahan, Pengendalian, Contoh obat terapi hipertensi, dan risiko hipertensi tidak terkontrol. Adapun leaflet yang digunakan dapat dilihat pada gambar dibawah ini :





Gambar 1. Leaflet yang digunakan untuk penyampaian edukasi Hipertensi di Puskesmas Sewon II Bantul.

Tahap selanjutnya pemberian media informasi leaflet kepada pasien pada saat penyerahan obat di Loker Farmasi Puskesmas Sewon II Bantul. Penyampaian informasi dalam leaflet dilakukan secara perseorangan kepada pasien yang datang untuk menebus obat di loket farmasi. Pasien merupakan warga dalam lingkup Puskesmas Sewon II yaitu warga Kelurahan Bangunharjo dan Kelurahan Panggunharjo.

Penyampaian informasi secara perseorangan membuat pasien merasa lebih nyaman dan penyampaian informasi lebih jelas. Metode penyampaian secara perseorangan juga membuat pasien aktif bertanya dan antusias saat dilakukan penyampaian informasi. Dengan pemberian media informasi diharapkan dapat meningkatkan efikasi diri dan kepatuhan minum obat. Hal ini sesuai dengan penelitian Dewanti, S (2015) Pemberian leaflet kepada pasien dapat meningkatkan efikasi diri dan kepatuhan minum obat, serta menurunkan tekanan sistolik dan diastolik secara signifikan.

Keterbatasan penelitian ini tidak dilakukan pengukuran mengenai pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi. Dokumentasi kegiatan promosi kesehatan pemberian edukasi terkait hipertensi, dapat dilihat pada gambar berikut :



Gambar 2. Dokumentasi kegiatan saat pemberian edukasi terkait informasi

4. KESIMPULAN

Kegiatan promosi kesehatan dengan tema Edukasi Hipertensi dapat meningkatkan efikasi diri dan kepatuhan minum obat masyarakat di Puskesmas Sewon II Bantul, Kegiatan promosi kesehatan mendapatkan respon positif dan antusias yang baik dari masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada pihak Puskesmas Sewon II yang telah memberi kesempatan bagi mahasiswa Praktikum Kerja Profesi Apoteker Universitas Ahmad Dahlan periode 1 untuk melaksanakan kegiatan Praktek Kerja. Terima kasih kepada Ibu Petrina Yugaswari, Amd, Farm. selaku pembimbing kami di Puskesmas Sewon II selama kegiatan berlangsung serta pihak lainnya yang telah membantu kami dalam pelaksanaan kegiatan promosi kesehatan.

Kontribusi Penulis : Jasmine Amira Hatisuci, S. Farm. dan Nelly Ratnasari, S. Farm. sebagai perancang penelitian. Jasmine Amira Hatisuci, S. Farm dan Nelly Ratnasari, S. Farm sebagai pelaksana penelitian. Apt. Susan Fitria Candra Dewi, M. Sc. sebagai pembimbing peneliti. Jasmine Amira Hatisuci, S. Farm. dan Nelly Ratnasari, S. Farm. menafsirkan hasil data penelitian dan merevisi makalah. Jasmine Amira Hatisuci, S. Farm. dan Nelly Ratnasari, S. Farm. menulis naskah. Semua penulis membaca dan menyetujui naskah akhir.

PENDANAAN

Penelitian ini tidak menerima pendanaan public, komersial atau sektor nirlaba.

BERSAING

Penulis mengungkapkan tidak ada konflik dalam pelaksanaan Promosi Kesehatan.

PENGAKUAN

Tidak tersedia.

PUSTAKA

- AHA (American Heart Association). Hupertension : The Silent Killer : Updated JNC-8 Guideline Recommendations. 2017.
- Arlita, S. 2017. Efektivitas Cepat Tensi (Cegah dan Pantau Hipertensi) Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Pada Wanita Menopause. *Jurnal Of Health Education*
- Depkes RI. 2013. Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Badan Penelitian dan pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Dewanti, S., Andrajati, R., & Supardi, S. (2015). Pengaruh Konseling dan Leaflet terhadap Efikasi Diri, Kepatuhan Minum Obat, dan Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Dua Puskesmas Kota Depok. *Jurnal Kefarmasian Indonesia*, 5(1), 33-40.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2015). *Hipertensi. The Silent Killer*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2019. Petunjuk Teknis Standar Pelayanan Kefarmasian di Puskesmas. Jakarta : Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Martha, K. 2012. Panduan Cerdas Mengatasi Hipertensi. Yogyakarta : Araska
- Maulana, H. 2009. *Promosi Kesehatan*. Jakarta: PT. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Mubarak, W.I., Chayatin, N., Rozikin, K. & Supradi.2007. Promosi Kesehatan sebuah pengantar proses belajar dalam Pendidikan. Yogyakarta : Grha Ilmu.
- Putri, K.D., Semiarty, R., Linosef. 2020. Pengaruh Efektivitas Media Promosi Kesehatan Leaflet dengan Video TOSS TB Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*.
- Rahmadiana, M. (2012). *Statistik Kesehatan : Belajar Mudah Teknik Analisis Data dalam Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Media Cendekia Press.
- Saseen JJ, Maclaughlin JM.In : Dipiro JT, Talbert RL, Yee GC, Matzke GR, Wells BG, Posey LM (ed). *Pharmacotherapy : a pathophysiology approach*, 7th Edition. New York : McGraw Hill Company ; 2008.
- Smeltzer, S. C., Bare, B. G., Hinkle, J. L., & Cheever, K. H. 2012. Brunner & Suddarth: Treaty of medical surgical nurshing. *Guanabara, Rio de Janeiro*.
- Soekidjo, Notoatmodjo. (2012). Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Sudarta, Wayan. 2013. *Asuhan Keperawatan Klien Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler*. Yogyakarta. Gosyen Publishing
- Wahdah, Nurul. 2011. *Menaklukan Hipertensi dan Diabete*. Yogyakarta: Multipress.
- Wang, J. G., & Park, J. B., Kario, K. (2015). Systilic hypertension: An increasing clinical challenge in Asia. *Hypertension Research*, 38(4), 227-236.