

ARTIKEL PENELITIAN

EDUKASI PENCEGAHAN DAN PENGENDALIAN HIPERTENSI PADA PASIEN RAWAT JALAN PUSKESMAS IMOIRI 1 KABUPATEN BANTUL PERIODE NOVEMBER 2022

Wanda Puspita Sari^{1*}, Alfian Aji Wicaksono², Faridah Baroroh³, Hartatik⁴

Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker, Fakultas Farmasi, Universitas Ahmad Dahlan^{1,2}

Fakultas Farmasi, Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta³

Puskesmas Imogiri 1 Kabupaten Bantul, DI. Yogyakarta⁴

*Penulis korespondensi : 2207062036@webmail.uad.ac.id

ABSTRAK

Latar belakang : Penyakit hipertensi merupakan penyebab utama penyakit kardiovaskuler dan kematian di seluruh dunia, prevalensi angka kejadian hipertensi meningkat terutama pada negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Adapun faktor resiko yang dapat menyebabkan hal tersebut meliputi asupan garam yang tinggi, merokok, obesitas, konsumsi alkohol, aktivitas fisik dan pola makan yang tidak sehat.

Tujuan : Kegiatan ini dilaksanakan untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan pada masyarakat tentang pencegahan dan pengendalian hipertensi.

Metode : Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah metode ceramah dan metode tanya jawab.

Hasil : Pasien hipertensi dan pasien tidak hipertensi yang berada di Puskesmas Imogiri 1, aktif bertanya dan menjawab pertanyaan serta mampu memahami materi yang disampaikan.

Kesimpulan : Kegiatan ini mampu memberi pemahaman konsep perubahan perilaku untuk mencegah dan mengendalikan hipertensi sehingga tujuan dilaksanakannya kegiatan ini dapat tercapai dan memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan pasien hipertensi dan pasien tanpa hipertensi.

Kata kunci : Cegah, hipertensi, kendalikan.

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan keadaan tekanan darah yang meningkat dimana tekanan darah sistolik lebih besar atau sama dengan 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik lebih besar atau sama dengan 90 mmHg. Hipertensi merupakan hasil pengukuran darah terakhir minimal sekali dalam setahun. Pengukuran dilakukan terhadap penduduk yang memiliki usia lebih dari atau sama dengan 18 tahun (Kemenkes RI, 2018). Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal, Hipertensi telah menjadi salah satu penyebab kematian dan kesakitan yang tinggi serta dapat menyebabkan komplikasi seperti penyakit jantung, stroke dan gagal ginjal, penyakit kardiovaskuler menyebabkan sekitar 17 juta kematian pertahun, hampir sepertiga kasus disebabkan oleh komplikasi hipertensi mencapai 9,4 juta kematian (Kemenkes RI, 2017).

Upaya kesehatan menurut UU Nomor 36 Tahun 2014 tentang Kesehatan adalah setiap kegiatan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan, bertujuan untuk mewujudkan derajat kesehatan yang optimal bagi masyarakat. Puskesmas adalah fasilitas pelayanan kesehatan yang menyelenggarakan upaya kesehatan masyarakat dan upaya kesehatan perseorangan tingkat

pertama, dengan lebih mengutamakan upaya promotif dan preventif di wilayah kerjanya (Kemenkes RI, 2019).

Promosi kesehatan adalah upaya untuk meningkatkan kemampuan masyarakat melalui pembelajaran dari, oleh, untuk dan bersama masyarakat, agar mereka dapat menolong dirinya, sesuai sosial budaya setempat dan didukung oleh kebijakan publik yang berwawasan kesehatan. Puskesmas merupakan sarana kesehatan yang penting dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Puskesmas tidak hanya menjadi sarana pelayanan pengobatan dan rehabilitatif saja tetapi juga promotif dan preventif. Oleh karena itu promosi kesehatan menjadi salah satu upaya wajib di Puskesmas. Dengan promosi kesehatan menjadikan lingkungan Puskesmas menjadi aman, nyaman, bersih dan sehat dalam mendukung perilaku hidup bersih dan sehat (Kemenkes RI, 2011).

Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia lebih dari 18 tahun sebesar 34,1%, estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia yaitu 63.309.620 penduduk, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi yaitu 427.218 kematian (Kemenkes RI, 2018). Berdasarkan Profil kesehatan kabupaten bantul 2021 distribusi 10 besar penyakit di puskesmas se-kabupaten bantul tahun 2020 pada posisi pertama essential hypertension dengan jumlah kasus 83932 pasien. Pada puskesmas imogiri 1 terdapat banyak pasien penderita hipertensi yang baru dan lama yang beberapa belum melakukan kontrol rutin. (Dinkes, 2021)

Dari permasalahan tersebut, maka perlu dilakukan promosi kesehatan mengenai hipertensi yang berfokus pada cara mencegah hingga mengendalikan apabila seseorang telah mengidap hipertensi. Edukasi dengan tujuan promosi hidup sehat, perlu selalu dilakukan sebagai bagian dari upaya pencegahan dan merupakan bagian yang sangat penting dari pengelolaan hipertensi. Melalui pendidikan kesehatan secara terencana, individu, kelompok dan masyarakat dapat lebih patuh dalam penatalaksanaan penyakit hipertensi sehingga dapat mengurangi terjadinya komplikasi disamping upaya penatalaksanaan yang lainnya. Pelaksanaan promosi kesehatan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang penyakit hipertensi serta komplikasi yang bisa disebabkan oleh hipertensi apabila tidak terkontrol. Meningkatkan pengetahuan, kesadaran dan kewaspadaan tentang hipertensi, factor-faktor

METODE PENELITIAN

Sasaran, Tempat dan Waktu

Sasaran pelaksanaan kegiatan promosi kesehatan adalah pasien yang berada di Puskesmas Imogiri 1 terutama pasien dengan penyakit hipertensi dan pasien tidak dengan hipertensi. Bertempat di Puskesmas Imogiri 1 dilaksanakan pada tanggal 11-12 November 2022 pukul 08.00-11.00 WIB.

Prosedur Penelitian

Pelaksanaan kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan pada pasien hipertensi dan pasien tanpa hipertensi tentang cegah dan kendalikan hipertensi Sasaran kegiatan ini dilaksanakan pada pasien yang berada di Puskesmas Imogiri 1, pasien yang terlibat dalam kegiatan ini sebanyak 15 orang. Kegiatan ini dilakukan dengan memberikan sejumlah materi yang berkaitan dengan pencegahan dan pengendalian hipertensi. Metode pelaksanaan yang dilakukan adalah sebagai berikut:

1. Metode Ceramah:

Metode ini merupakan penyuluhan dengan penuturan atau penjelasan lisan secara langsung, yang dilakukan dengan memberikan informasi dan pemahaman terkait dengan topik pencegahan dan pengendalian hipertensi. Pada umumnya metode ceramah dilakukan di ruang tunggu pasien yang sedang menunggu pendaftaran dan pengambilan obat. Metode ini

memaparkan materi dengan leaflet seperti gambar 1 dan gambar 2, diuraikan dengan jelas, mudah dipahami dan menampilkan gambar-gambar yang berwarna agar lebih menarik perhatian pada pasien serta memberikan contoh-contoh yang mudah dimengerti yang terkait dengan perilaku pencegahan dan pengendalian hipertensi.

2. Metode Tanya Jawab

Metode tanya jawab merupakan metode dengan bentuk pertanyaan yang harus dijawab terutama dari penyuluh kepada para peserta. Hal ini dilakukan untuk memusatkan perhatian peserta, merangsang peserta untuk melatih dan mengembangkan daya pikir termasuk daya ingat.



Gambar 1. Leaflet Cegah dan Kendalikan Hipertensi Halaman 1



Gambar 2. Leaflet Cegah dan Kendalikan Hipertensi Halaman 2

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Jumat dan Sabtu, 11-12 November 2022 pukul 08.00-11.00 WIB. Sasaran pengabdian adalah pasien yang berada di Puskesmas Imogiri 1 Kabupaten Bantul

1. Tahap Persiapan

Persiapan dimulai dengan melakukan observasi pada pasien dengan penyakit hipertensi serta meminta izin pada pihak puskesmas untuk melaksanakan kegiatan tentang edukasi cegah dan kendalikan hipertensi

2. Tahap Pelaksanaan

Pada pelaksanaan kegiatan ini, pada mulanya dilakukan perkenalan kemudian dilanjutkan pemaparan materi dengan topik “Cegah dan Kendalikan Hipertensi”. Pemateri menjelaskan materi dengan menggunakan bantuan media Leaflet yang menampilkan materi yang berwarna dan bergambar, sehingga materi yang diberikan lebih menarik dan membuat peserta lebih fokus untuk menyimak materi yang disampaikan. Namun dalam memberikan penjelasan materi, terdapat juga beberapa pasien kurang memahami materi yang diberikan sehingga pemateri memberikan penjelasan secara berulang-ulang, kemungkinan karena kegiatan ini dilaksanakan saat sedang menunggu pendaftaran dan pengambilan obat. Berikut dibawah ini dokumentasi pemateri seperti gambar 3 dan gambar 4.



Gambar 3. Pemateri menjelaskan Leaflet cegah dan Kendalikan Hipertensi



Gambar 4. Pemateri menjelaskan Leaflet Cegah dan Kendalikan Hipertensi

3. Tahap Evaluasi

Kegiatan ini berlangsung dengan baik. Pasien yang diberikan penjelasan sangat antusias, aktif bertanya dan menjawab pertanyaan serta mampu memahami cara mencegah dan mengendalikan hipertensi. Pertanyaan yang diberikan kepada pasien tentang hipertensi dapat dijawab dengan benar, kemudian pertanyaan mengenai pencegahan dan pengendalian hipertensi dapat dijawab dengan benar.

Berdasarkan penelitian Yofa Anggriani Utama tahun 2023 terdapat peningkatan pengetahuan sebelum dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat tentang pencegahan komplikasi hipertensi sebanyak 6 orang peserta (18%) peserta memiliki pengetahuan yang baik mengenai pencegahan komplikasi hipertensi. Setelah diberikan edukasi terdapat peningkatan sebanyak 24 orang peserta (73%) memiliki pengetahuan yang baik mengenai Pencegahan komplikasi hipertensi.

Berdasarkan pemaparan informasi mengenai upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat untuk mencegah dan mengendalikan hipertensi. Upaya kontrol rutin mengetahui kondisi tekanan darah, selain kontrol rutin dapat melakukan juga mengurangi resiko dengan melakukan diet garam, berhenti merokok, olahraga secara rutin, menjaga berat badan agar tidak obesitas, dan mengurangi stress berlebih. Hasil dari interaksi tanya jawab secara langsung diperoleh bahwa sebagian pasien yang diberikan penjelasan promkes cegah dan kendalikan hipertensi memahami informasi yang dipaparkan. Namun perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dan membuat media untuk mengukur pemahaman pasien yang diberikan pemaparan seperti membuat pretest dan posttest.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan promosi kesehatan yang dilaksanakan 2 hari didapatkan para pasien memahami dan mengerti cara mencegah dan mengendalikan hipertensi. Dengan adanya tanya jawab juga dapat mengetahui bagaimana pemahaman pasien yang telah diberikan pemaparan materi tersebut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pembimbing, preceptor dan karyawan Puskesmas Imogiri 1 yang telah membantu dalam pelaksanaan penyuluhan dan pembuatan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Dinkes. 2019. Profil Kesehatan Kabupaten Bantul Tahun 2021, Kabupaten Bantul.
2. Kemenkes RI. 2011. Promosi Kesehatan di Daerah Bermasalah Kesehatan: Panduan bagi Petugas Kesehatan di Puskesmas, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.
3. Kemenkes RI. 2014. Infodatin Hipertensi. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI
4. Kemenkes RI. 2018. Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). Jakarta.
5. Kemenkes RI. 2017. Sebagian Besar Penderita Hipertensi Tidak Menyadarinya. Jakarta
6. Kemenkes RI. 2019. Petunjuk Teknis Standar Pelayanan Kefarmasian di Puskesmas. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
7. Utama, Y.A. 2023. Pencegahan Komplikasi Hipertensi Melalui Edukasi dan Pemeriksaan Tekanan Darah di Posyandu Lansia Aster Wilayah Kerja Puskesmas 23 Ilir Palembang. Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK), Januari 2023, 5 (1): 163-171, Palembang.
8. World Health Organization. 2021. Vaccine Safety Basics (Dasar-Dasar Keamanan Vaksin). Modul 1.