



Terbit *online* pada laman web jurnal : <http://wartaandalas.lppm.unand.ac.id/>

Warta Pengabdian Andalas

Jurnal Ilmiah Pengembangan dan Penerapan Ipteks

ISSN (Print) 0854-655X | ISSN (Online) 2797-1600

Upaya Penguatan Peran Puskesmas dalam Program Promosi Kesehatan Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi

Vivi Triana, Sri Siswati, Sofinar, Indah Permata Rizki, Vani Sulastri, Hanifazulhijjah, Siti Wanda Jhoyee Putri, Putri Maisa, Suci Ridha Raudhatul Jannah, Suci Dwi Setiawati, Eprilla Maharani Devisa, dan Yulia Parasati

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Andalas, Kampus Limau Manis, Padang, 25163. Indonesia

E-mail: vivitriana@ph.unand.ac.id

Keywords:

elderly, health center, health promotion, hypertension prevention

ABSTRACT

Hypertension is currently a significant problem for all of us, not only in Indonesia but also in the world. Hypertension is the silent killer because it is often without complaints. Patients do not know they have hypertension which is not uncommon only after complications occur. Based on data from the West Sumatra Health Office report, the highest number of hypertension cases was in Solok Regency (21,907 cases). Based on the analysis of health data at the Jua Gaek Health Center in 2020, hypertension is the main problem for non-communicable diseases, especially in the elderly group, while the methods or systems in health promotion efforts are inadequate. This activity aims to increase the commitment of Health Centre and community leaders to increase public knowledge about hypertension and design more innovative health promotion programs. Exercises to increase general knowledge use the lecture method, installing health promotion media, making banners, leaflets, booklets, and posters. The activity results showed an increase in public knowledge about the dangers of hypertension for health from 60% to 95% and the availability of health promotion media at the Health Centre and distributed in several public places.

Kata Kunci:

prevention hypertension, health promotion, health center, hypertension prevention

ABSTRAK

Hipertensi saat ini menjadi masalah utama kita semua, tidak hanya di Indonesia tapi juga di dunia. Hipertensi disebut sebagai *the silent killer* karena sering tanpa keluhan, sehingga penderita tidak mengetahui dirinya memiliki penyakit hipertensi dan tidak jarang diketahui setelah terjadi komplikasi. Berdasarkan data laporan Dinas Kesehatan Sumatera Barat bahwa jumlah kasus hipertensi terbanyak terletak di Kabupaten Solok (21.907 kasus). Berdasarkan analisis data kesehatan Puskesmas Jua Gaek tahun 2020, Hipertensi menjadi permasalahan utama penyakit tidak menular terutama pada kelompok usia lanjut, sedangkan metode atau sistem dalam upaya promosi kesehatan kurang memadai. Tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatkan komitmen Puskesmas dan Tokoh Masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang Hipertensi dan merancang metode program promosi kesehatan (promkes) yang lebih inovatif. Kegiatan peningkatan pengetahuan masyarakat dilakukan dengan metode ceramah, pemasangan media promosi kesehatan seperti pembuatan spanduk, leaflet, booklet dan poster. Hasil kegiatan menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat tentang bahaya hipertensi bagi kesehatan dari 60% menjadi 95% dan tersedianya media promkes di puskesmas dan disebar di beberapa tempat umum.

PENDAHULUAN

Terjadinya transisi demografi dan transisi teknologi yang paralel dengan terjadinya transisi epidemiologi dewasa ini, telah mengakibatkan perubahan pola penyakit dari penyakit infeksi ke penyakit tidak menular (PTM). Masalah penyakit tersebut meliputi penyakit degeneratif seperti penyakit kardiovaskuler salah satunya adalah Hipertensi, yang merupakan faktor utama masalah morbiditas dan mortalitas. Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskular yang paling umum dan paling banyak diderita masyarakat. Hipertensi disebut sebagai *the silent killer* karena sering tanpa keluhan, sehingga penderita tidak mengetahui dirinya memiliki penyakit hipertensi dan baru diketahui setelah memeriksa tekanan darah atau setelah terjadi komplikasi⁽¹⁾. Secara umum hipertensi dapat didefinisikan sebagai suatu kondisi dimana tekanan darah berada di atas normal, yaitu tekanan sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan diastolik ≥ 90 mmHg. Tekanan darah tinggi atau hipertensi ini menjadi masalah apabila tekanan darah tersebut persisten atau menetap, dimana dapat membuat sistem sirkulasi dan organ yang mendapat suplai darah termasuk jantung dan otak menjadi tegang⁽²⁾.

Angka tekanan darah normal pada kelompok usia bayi adalah 80/40 sedangkan untuk angka hipertensi yaitu 90/60. Angka tekanan darah normal pada kelompok anak usia 7-11 tahun adalah 100/60 sedangkan angka hipertensi adalah 120/80. Angka tekanan darah normal untuk kelompok usia remaja 12-17 tahun adalah 115/70 sedangkan angka hipertensi yaitu 130/80. Angka tekanan darah normal untuk kelompok usia dewasa 20-45 tahun adalah 120-125/75-80 dengan angka hipertensi 135/90 dan untuk kelompok usia diatas 65 tahun angka tekanan darah normal yaitu 150/80 sedangkan angka hipertensi yaitu 160/95⁽³⁾.

World Health Organization (WHO) pada tahun 2014 memperkirakan terdapat sekitar 600 juta penderita hipertensi di seluruh dunia dan hipertensi menyebabkan 9,4 juta kematian per tahun, serta mencakup 7% dari beban penyakit di dunia. Sedangkan pada tahun 2015 berdasarkan data WHO, diperkirakan hipertensi menjadi salah satu penyebab kematian dini di seluruh dunia, lebih dari 1,13 miliar orang mengalami hipertensi, dan berperan dalam 45% kematian yang disebabkan karena penyakit jantung dan 51% kematian akibat penyakit stroke. Prevalensi hipertensi tertinggi berada di Afrika dengan presentase sebanyak 46% pada usia 25 tahun keatas, kemudian Asia Tenggara dengan presentase sebanyak 36% dan kawasan Amerika dengan persentase kejadian hipertensi sebanyak 35%⁽⁴⁾.

Data Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) tahun 2018 prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia 18 tahun sebesar 34,1 %, dengan persentase tertinggi di Kalimantan Selatan (44,1%) dan persentase terendah di Papua (22,2%). Kemudian berdasarkan kelompok umur, kejadian hipertensi banyak terjadi pada kelompok umur 55-64 tahun yaitu 55,2%, selanjutnya kelompok umur 45-54 tahun yaitu 45,3%. Data riskesdas ini menunjukkan penderita hipertensi mengalami peningkatan yang cukup bermakna dalam selang waktu 5 tahun terakhir, yaitu pada tahun 2013 prevalensi hipertensi sebesar 25,8% dan mengalami peningkatan pada tahun 2018 menjadi 34,1 %⁽¹⁾.

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Sumatera Barat tahun 2018 jumlah kasus penyakit hipertensi sebanyak 130.991 kasus dengan angka kejadian terbanyak di Kabupaten Solok sebanyak 21.907 kasus. Cakupan hipertensi Sumatera Barat masih berada di bawah angka Riskesdas 2013 yaitu 16,32%⁽⁵⁾. Faktor pemicu hipertensi dapat dibedakan atas yang tidak dapat terkontrol (seperti keturunan, jenis kelamin, dan umur) dan yang dapat dikontrol (seperti kegemukan, kurang olahraga, merokok, serta konsumsi alkohol dan garam), Hipertensi memiliki berbagai faktor resiko yang memiliki keterkaitan erat dengan pemicu terjadinya penyakit tersebut. Berbagai faktor resiko hipertensi meliputi genetik, ras, usia,

jenis kelamin, merokok, obesitas, serta stress psikologis dan faktor yang menyebabkan kambuhnya hipertensi antara lain pola makan, merokok dan stres ⁽⁶⁾.

Berdasarkan faktor pemicu hipertensi maka dibutuhkan promosi kesehatan untuk menambah pengetahuan masyarakat terkait hipertensi sehingga dapat dilakukan pencegahan. Menurut WHO, promosi kesehatan sebagai *“The process of enabling individuals and communities to increase control over the determinants of health and thereby improve their health”* (proses yang mengupayakan individu dan masyarakat untuk meningkatkan kemampuan mereka mengendalikan faktor kesehatan sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatannya). Promosi kesehatan merupakan revitalisasi dari pendidikan kesehatan pada masa yang lalu, di mana dalam konsep promosi kesehatan tidak hanya merupakan proses penyadaran masyarakat dalam hal pemberian dan peningkatan pengetahuan dalam bidang kesehatan saja, tetapi juga sebagai upaya yang mampu menjembatani perubahan perilaku, baik di dalam masyarakat maupun dalam organisasi dan lingkungannya. Perubahan lingkungan yang diharapkan dalam kegiatan promosi kesehatan meliputi lingkungan fisik-nonfisik, sosial-budaya, ekonomi, dan politik. Promosi kesehatan adalah perpaduan dari berbagai macam dukungan baik pendidikan, organisasi, kebijakan, dan peraturan perundang-undangan untuk perubahan lingkungan ⁽⁷⁾.

Tujuan promosi kesehatan adalah meningkatkan kemampuan baik individu, keluarga, kelompok dan masyarakat agar mampu hidup sehat dan mengembangkan upaya kesehatan yang bersumber masyarakat, serta terwujudnya lingkungan kondusif untuk mendorong terbentuknya kemampuan tersebut ⁽⁸⁾. Promosi kesehatan di puskesmas memiliki peran sebagai pusat pelayanan kesehatan masyarakat yang memberikan layanan atau fasilitas kesehatan pada masyarakat untuk mewujudkan masyarakat yang sehat dan sejahtera. Puskesmas adalah fasilitas pelayanan kesehatan yang menyelenggarakan upaya kesehatan masyarakat dan upaya kesehatan perorangan dengan lebih mengutamakan upaya promotif dan preventif untuk mencapai derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya ⁽⁹⁾.

Puskesmas Jua Gaek merupakan salah satu puskesmas tertua di kabupaten Solok yang didirikan pada tahun 1980 dengan luas wilayah 19,38 KM² terdiri dari satu nagari yaitu nagari Cupak. Nagari Cupak terdiri dari sembilan jorong diantaranya Jorong Aia Angek Songsang, Jorong Pasar Baru, Jorong Pasar Usang, Jorong Sungai Rotan, Jorong Balai Tengah, Jorong Balai Pandan, Jorong Sawah Taluak, Jorong Tengah Padang dan Jorong Panyalai yang sebagian besar mata pencarian penduduknya adalah bertani ($\pm > 60\%$) dengan jumlah penduduknya 15.747 jiwa dan 4.409 KK⁽¹⁰⁾.

Berdasarkan data morbiditas Puskesmas Jua Gaek tahun 2020, Hipertensi merupakan 10 jenis penyakit yang terbanyak dan merupakan peringkat ke empat dengan jumlah kasus sebanyak 569. Hipertensi sering menyebabkan perubahan pembuluh darah yang sering mengakibatkan makin tingginya tekanan darah. Tekanan darah adalah kekuatan lateral pada dinding arteri oleh darah yang didorong dengan tekanan dari jantung. Tekanan sistemik atau arteri darah adalah tekanan darah dalam sistem arteri tubuh juga yang indikator yang baik tentang kesehatan kardiovaskuler. Aliran darah mengalir pada sirkulasi karena perubahan tekanan. Darah mengalir dari daerah yang tekanannya tinggi ke daerah yang tekanan daerah yang lebih rendah. Kontraksi jantung mendorong darah dengan tekanan tinggi ke aorta ⁽¹¹⁾. Kondisi masih kurangnya media promosi kesehatan terkait pencegahan penyakit hipertensi merupakan salah satu akibat tingginya angka hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jua Gaek, Kabupaten Solok. Promotif dan preventif merupakan suatu hal yang sangat penting dilakukan di puskesmas karena sebagai fungsi puskesmas.

METODE

Kegiatan edukasi ini diawali dengan penyuluhan kesehatan kelompok terkait pencegahan dan pengendalian hipertensi pada masyarakat. Tujuannya untuk meningkatkan pengetahuan terkait hipertensi pada masyarakat di Jorong Sungai Rotan sebagai jorong dengan angka penemuan kasus tertinggi di Wilayah Kerja Puskesmas Jua Gaek Tahun 2020. Sasarannya yaitu masyarakat di Jorong Sungai Rotan, Cupak, Gunung Talang. Kegiatan ini dilaksanakan pada Kamis, 28 Oktober 2021 di Mushalla Jorong Sungai Rotan dari pukul 09.30 – 12.00 WIB. Kegiatan dimulai dengan mengadakan *Pre-Test*, lalu dilanjutkan dengan penyuluhan mengenai pengertian hipertensi, gejala hipertensi, kondisi hipertensi di Jorong Sungai Rotan, Pencegahan dan Pengendalian hipertensi, program inovasi totok punggung sebagai salah satu upaya pencegahan hipertensi, dan minuman tradisional pencegah hipertensi. Setelah itu, kegiatan dilanjutkan dengan *Post-Test* dan pengukuran tensi.

Kegiatan selanjutnya yaitu penyediaan, pemasangan dan penyebaran media promosi kesehatan berupa spanduk, poster dan booklet tentang hipertensi kepada pihak puskesmas. Kegiatan dimulai dengan merancang isi *poster*, *booklet*, dan *leaflet* dengan tampilan dan bahasa yang menarik. Selanjutnya, poster dicetak dan dibingkai dengan rapi, lalu dipasang di setiap ventilasi yang ada di ruang tunggu Puskesmas. Sedangkan booklet hipertensi diserahkan kepada dokter di poli umum, sebagai media untuk menjelaskan hipertensi kepada pengunjung Puskesmas Jua Gaek. Kegiatan ini dilakukan pada Senin, 25 Oktober 2021-Sabtu, 30 Oktober 2021.

Selanjutnya kegiatan penyuluhan terkait bahaya merokok dan Komitmen Perwujudan Kawasan Tanpa Rokok. Tujuannya meningkatkan pengetahuan masyarakat terkhususnya para pemangku kebijakan di Nagari Cupak dan penyepakatan komitmen perwujudan Kawasan Tanpa Rokok di ruang publik Nagari Cupak. Sasarannya: Wali Nagari, Wali Jorong, Staff Kantor Wali Nagari, Tokoh Masyarakat, dan masyarakat umum dilaksanakan Jumat, 29 Oktober 2021 di Aula Kantor Wali Nagari Cupak pada pukul 09.00-11.00 WIB. Kegiatan dimulai dengan penyuluhan mengenai bahaya perokok pasif, lalu dilanjutkan dengan *Focus Group Discussion* membahas komitmen perwujudan Kawasan Tanpa Rokok di seluruh ruang publik yang ada di Nagari Cupak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Permasalahan yang telah diidentifikasi dan dianalisis selanjutnya dilaksanakan upaya pemecahannya dengan melakukan kegiatan intervensi. Intervensi tersebut diharapkan mampu membantu petugas puskesmas dan masyarakat dalam memecahkan masalah kesehatan terutama terkait masalah hipertensi di Puskesmas Jua Gaek. Kegiatan ini dilakukan untuk mencegah terjadinya penyakit hipertensi dan meningkatkan angka cakupan penderita hipertensi melakukan pengobatan teratur. Adapun bentuk intervensi yang dilakukan oleh kelompok adalah sebagai berikut :

1) Penyuluhan kesehatan kepada masyarakat terkait pencegahan dan pengendalian hipertensi

Kegiatan penyuluhan kesehatan mengenai pencegahan dan pengendalian hipertensi dilakukan pada Kamis, 28 Oktober 2021 pukul 10.00 WIB kepada masyarakat di jorong Sungai Rotan nagari Cupak. Kegiatan diawali dengan pembukaan oleh moderator, lalu dilanjutkan dengan pemberian materi namun sebelum dan sesudah pemberian materi masyarakat yang mengikuti penyuluhan diberikan sebuah test untuk melihat apakah ada perbedaan tingkat pengetahuan masyarakat sebelum dan sesudah diberikannya intervensi. Kegiatan ditutup dengan pengukuran tekanan darah dan foto bersama.



Gambar 1. Pelaksanaan Penyuluhan



Gambar 2. Pengukuran Tekanan Darah



Gambar 3. Pelaksanaan Pre-Test



Gambar 4. Foto Bersama

2) Penyediaan, pemasangan dan penyebaran media promosi kesehatan berupa spanduk, poster dan booklet tentang hipertensi kepada pihak Puskesmas Jua Gaek

Kegiatan pemberian media promosi kesehatan ini secara resmi dilaksanakan pada Sabtu, 30 Oktober 2021 pukul 13.00 WIB kepada pihak puskesmas yaitu yang diwakili oleh kepala puskesmas, kepala tata usaha dan pembimbing lapangan mahasiswa PBL di Puskesmas Jua Gaek.



Gambar 5. Penyerahan Media Promosi Hipertensi

3) Penyuluhan bahaya rokok dan upaya mewujudkan komitmen kawasan tanpa rokok di ruang publik Nagari Cupak melalui Forum Diskusi Group (FGD)

Kegiatan penyuluhan bahaya rokok dan upaya mewujudkan komitmen kawasan tanpa rokok di ruang publik nagari Cupak dilakukan pada Jum'at, 29 Oktober 2021 pukul 10.00 WIB di kantor Wali Nagari Cupak. Kegiatan ini dihadiri oleh Sekretaris nagari Cupak, Kepala Puskesmas Jua Gaek, Kepala Tata Usaha Puskesmas Jua Gaek, dan Kepala Jorong di nagari Cupak serta mahasiswa PBL. Kegiatan diawali dengan pembukaan oleh moderator lalu dilanjutkan dengan kata sambutan oleh sekretaris nagari Cupak dan Kepala Puskesmas Jua Gaek, setelah itu penyampaian materi bahaya rokok dan diakhiri dengan *Focus Group Discussion* (FGD) mengenai komitmen kawasan tanpa rokok di ruang publik nagari Cupak.



Gambar 6. Foto Bersama



Gambar 7. Pemberian Materi Kawasan Tanpa Rokok

KESIMPULAN

Prioritas masalah kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Jua Gaek, berdasarkan analisis prioritas masalah yang telah dilakukan menggunakan teknik USG yaitu rendahnya cakupan promosi kesehatan dan tingginya angka penyakit hipertensi. Penyebab masalah terkait rendahnya cakupan promosi kesehatan dan tingginya angka penyakit hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jua Gaek, dikelompokkan dari segi *man, money, method, material*, dan *environment*. Upaya intervensi yang ditetapkan berdasarkan alternatif pemecahan masalah untuk dilaksanakan di Puskesmas Jua Gaek, berupa pembuatan dan penyediaan media promosi kesehatan berupa spanduk, *booklet*, *leaflet* dan poster mengenai pencegahan dan pengendalian hipertensi kepada pihak puskesmas, kegiatan penyuluhan kesehatan terkait pencegahan dan pengendalian hipertensi kepada masyarakat, kegiatan penyuluhan bahaya rokok dan upaya mewujudkan komitmen KTR untuk menekan hipertensi serta pemberian *draft* instrumen evaluasi berupa kuesioner *pre-test* dan *post-test* kepada peserta penyuluhan.

Diharapkan kedepannya pihak Puskesmas dapat meningkatkan kegiatan penyuluhan tentang hipertensi pada masyarakat menggunakan media yang lebih menarik dan mudah dipahami masyarakat, seperti menggunakan video animasi dan *power point*. Meningkatkan penyediaan dan penyebaran media promosi kesehatan terkait hipertensi seperti *leaflet*, *booklet*, dan poster di seluruh wilayah kerja puskesmas. Meningkatkan koordinasi lintas sektor dan lintas program agar semua upaya intervensi yang dilakukan untuk pencegahan kejadian hipertensi dan peningkatan kunjungan berobat teratur penderita hipertensi dapat dilakukan secara efektif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Puskesmas Jua Gaek yang telah memfasilitasi kegiatan ini dan terimakasih kepada mahasiswa FKM Unand yang telah menyelesaikan kegiatan ini dengan sebaik-baiknya.

DAFTAR PUSTAKA

- Kementrian Kesehatan RI. 2019. Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat.
- Edi Heru. 2010. Kader Kesehatan Masyarakat. Edisi Ke II Egc. Jakarta.
- Masriadi. 2017. Epidemiologi Penyakit Menular, Depok: Rajawali Pers.
- WHO. 2014. Health for the world's adolescents: a second chance in the second decade. Geneva. World health organization departemen of noncommunicable disease surveillance
- Dinas Kesehatan Kota Padang. 2019. Profil Dinas Kesehatan Sumatera Barat Tahun 2019.
- Zuhrina Aidha, Azhari Akmal Tarigan. 2018. Survey Hipertensi Dan Pencegahan Komplikasinya Di Wilayah Pesisir Kecamatan Precut Sei Tuan. Fakultas Kesehatan Masyarakat Uinsu Medan.
- Mubarak. 2007. Promosi Kesehatan Sebuah Pengamatan Proses Belajar Mengajar Dalam Pendidikan. Jogjakarta: Graha Ilmu.
- Notoatmodjo, S. 2012. Promosi Kesehatan Dan Prilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Menteri Kesehatan RI. 2016. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 44 Tahun 2016 Tentang Pedoman Manajemen Puskesmas.
- Muttaqin, Arif. 2010. Pengkajian Keperawatan: Aplikasi Pada Praktik Klinik. Jakarta: Salemba Medika.