

Edukasi Hipertensi pada Pasien PROLANIS Puskesmas Wonosari II

Zita Dhirani Pramono¹⁾, Idola Zulfi Tahesa²⁾, Rista Sanggrila³⁾, Kharisma Agus Putri⁴⁾, Tannala Hangno⁵⁾, Sheli Januarti⁶⁾, Adenta Schrabelia Priyatmoko⁷⁾, Jeffry Julianus⁸⁾, Florentinus Dika Octa Riswanto⁹⁾, Phebe Hendra¹⁰⁾

Fakultas Farmasi, Universitas Sanata Dharma Yogyakarta

Corresponding Author: Phebe Hendra, phebe_hendra@usd.ac.id

Abstrak: Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang menjadi penyebab kematian terbanyak di dunia. Pengendalian hipertensi dapat dilakukan dengan berbagai cara. BPJS Kesehatan telah menetapkan PROLANIS (Program Pengelolaan Penyakit Kronis) sebagai salah satu program yang ditujukan untuk pasien dengan penyakit kronis. Puskesmas Wonosari II merupakan salah satu layanan primer yang mengadakan program PROLANIS secara rutin. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan terkait hipertensi dan kepatuhan konsumsi obat peserta PROLANIS Puskesmas Wonosari II. Kegiatan ini diselenggarakan atas kerjasama dari tim dari Fakultas Farmasi Universitas Sanata Dharma dan Puskesmas Wonosari II. Sebanyak 26 peserta menghadiri kegiatan edukasi yang bersamaan dengan kegiatan senam PROLANIS. Hasil menunjukkan pemberian edukasi melalui media booklet dapat meningkatkan pengetahuan terkait hipertensi dan kepatuhan konsumsi obat peserta PROLANIS Puskesmas Wonosari II.

Kata Kunci: edukasi, booklet, hipertensi, PROLANIS

Abstract: Hypertension is one of the leading causes of death in worldwide. Hypertension control can be achieved in various ways. Hypertension control can be achieved through various methods. BPJS Kesehatan has established PROLANIS (Chronic Disease Management Program) as one of the programs aimed at patients with chronic diseases. Wonosari II Primary Health Centre is one of the primary services that regularly conducts the PROLANIS programs. This community service activity aimed to improve knowledge about hypertension and medication adherence among PROLANIS patients at Puskesmas Wonosari II. This activity was organized in collaboration with the team from Faculty of Pharmacy Sanata Dharma University and Wonosari II Primary Health Center. This community service project uses a booklet method to educate PROLANIS participants about hypertension. A total of 26 participants attended the educational session, which was held concurrently with the PROLANIS exercise program. The results showed that providing education through booklets improved knowledge about hypertension and medication adherence among PROLANIS patients at Puskesmas Wonosari II.

Keywords: education, booklet, hypertension, PROLANIS

I. Pendahuluan

Indonesia menghadapi transisi epidemiologi dengan meningkatnya prevalensi penyakit degeneratif seperti hipertensi dan diabetes melitus (DM). Program Pengobatan Penyakit Kronis (PROLANIS) hadir sebagai solusi terpadu untuk menangani masalah ini, bertujuan mengoptimalkan kualitas hidup penderita penyakit kronis (Kemenkes RI., 2021; Putra dkk.,

Submitted: 10-09-2024 , Revised 07-10-2024, Accepted: 08-10-2024

2023). Puskesmas Wonosari II, sebagai mitra pengabdian, melayani sekitar 200 pasien PROLANIS per bulan, termasuk lansia. Alkaff dkk. (2021) melaporkan pengendalian penyakit kronis, khususnya hipertensi dan DM tipe 2, masih belum efektif di fasilitas kesehatan primer di Indonesia.

Peningkatan jumlah lansia di Indonesia, mencapai 12,71% dari total populasi pada tahun 2021, menambah kompleksitas permasalahan kesehatan (BPS 2022). Tantangan utama meliputi kurangnya pengetahuan, pendampingan, dan motivasi pasien PROLANIS, terutama lansia, dalam mengelola penyakit kronis mereka. Situasi ini diperparah oleh keterbatasan akses ke layanan kesehatan dan persepsi negatif tentang penuaan. Mengingat urgensi masalah ini, diperlukan program pengabdian masyarakat yang berfokus pada pendampingan PROLANIS untuk meningkatkan kualitas hidup pasien di Puskesmas Wonosari II. Inisiatif ini sejalan dengan strategi nasional untuk mengatasi beban penyakit tidak menular dan mempromosikan penuaan aktif di Indonesia (Kemenker RI, 2022).

Salah satu program pengabdian yang dapat meningkatkan kualitas hidup pasien PROLANIS adalah pemberian edukasi menggunakan *booklet*. Adapun media *booklet* memiliki sejumlah keunggulan dibandingkan dengan media informasi lainnya. Salah satu keunggulan utamanya adalah aksesibilitas yang tinggi, memungkinkan pengguna untuk mempelajari kontennya kapan saja. Hal ini dimungkinkan karena *booklet* dirancang dalam format buku yang kompak namun informatif. Selain itu, *booklet* mampu menyajikan informasi yang lebih komprehensif dalam satu wadah, serta memiliki efisiensi yang tinggi dalam penyebaran informasi. Dalam konteks medis, *booklet* dapat berfungsi sebagai alat bantu yang efektif untuk meningkatkan retensi informasi, memperdalam pemahaman, dan membantu pasien mempersiapkan diri secara lebih baik sebelum menjalani prosedur medis tertentu. Banyak penelitian telah melaporkan adanya pengaruh pemberian edukasi menggunakan *booklet* dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat (Utario dkk, 2023; Santi dan Mariyani, 2023; Ersila dkk., 2021).

Materi yang disampaikan dalam *booklet* difokuskan pada hipertensi. Adapun informasi yang disampaikan terkait definisi, tanda, gejala dan komplikasi hipertensi, cara penanganan dan pola hidup sehat bagi penderita hipertensi. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan terkait hipertensi dan kepatuhan dalam mengonsumsi obat peserta PROLANIS Puskesmas Wonosari II untuk meningkatkan kualitas hidup mereka.

II. Metodologi

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada 16 Agustus 2024 dengan kelompok sasaran berupa peserta PROLANIS di Puskesmas Wonosari II. Metode kegiatan berupa pemberian edukasi menggunakan *booklet*.

1. Tahap Persiapan, tim pengabdian melakukan survei ke lokasi untuk menemukan permasalahan yang dihadapi oleh mitra (UPT Puskesmas Wonosari II). Informasi yang digali adalah gambaran pemeriksaan fisik dan laboratorium peserta PROLANIS secara umum.
2. Tahap Perencanaan. Pada tahapan ini tim pengabdian menyusun dan mengajukan proposal pengabdian kepada LPPM Universitas Sanata Dharma. Adapun proposal yang diajukan memuat analisis situasi, permasalahan prioritas mitra, solusi yang ditawarkan, target luaran, metode pelaksanaan, rencana kegiatan serta rencana anggaran biaya. Setelah pengajuan tersebut, maka pihak LPPM melakukan review dan menyetujui proposal yang diajukan. Selanjutnya tim pengabdian mempersiapkan pelaksanaan pengabdian.
3. Tahap Pelaksanaan. Pada tahapan ini, tim pengabdian menyusun *booklet* hipertensi. Adapun informasi yang disampaikan terkait definisi, tanda, gejala dan komplikasi hipertensi, cara

penanganan dan pola hidup sehat bagi penderita hipertensi. Metode kegiatan pengabdian diawali dengan senam bersama dan dilanjutkan dengan pemberian edukasi *booklet*.

4. Tahap evaluasi. Pada tahapan evaluasi dilakukan dengan testimoni langsung dengan peserta PROLANIS. Adapun evaluasi dilakukan untuk mengetahui tingkat penerimaan program pengabdian kepada masyarakat terutama peserta PROLANIS Puskesmas Wonosari II. Selain itu informasi yang disampaikan dengan menggunakan dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan kualitas hidup peserta PROLANIS.

III. Hasil dan Pembahasan

A. Hasil

Adapun hasil yang diperoleh pada saat melakukan survei lapangan adalah profil tekanan darah dan gula darah peserta PROLANIS yang relatif tinggi. Hal ini tentu membutuhkan perhatian khusus. Oleh karena itu tim pengabdian mencarikan solusi untuk memecahkan permasalahan yang mitra hadapi dengan fokus pada hipertensi. Metode yang dipilih adalah kegiatan senam bersama dan dilanjutkan dengan pemberian edukasi *booklet* hipertensi.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini sudah berjalan dengan baik yang diikuti oleh sebanyak 26 peserta PROLANIS. Kegiatan ini diawali dengan adanya kegiatan senam PROLANIS pada pukul 07.30, selama 30-40 menit. Setelah itu tim yang telah bekerja sama dengan puskesmas membagikan *booklet* kepada peserta PROLANIS sembari melakukan edukasi terkait penyakit hipertensi.

Booklet yang diberikan kepada peserta berisikan informasi terkait seluk beluk penyakit hipertensi. Informasi yang disampaikan melalui *booklet* serta sesi tanya jawab memberikan padangan baru kepada peserta terkait penyakit tersebut. Banyak peserta yang merasa sangat terbantu dengan kegiatan tersebut. Hal ini terlihat dari evaluasi program berupa testimoni dari para peserta. Berikut komentar dari beberapa peserta terkait pemberian *booklet* dan sesi tanya jawab selama kegiatan berlangsung:

"Adanya booklet dan informasi yang diberikan dapat membantu saya dalam memahami penyebab darah tinggi saya dan cara menjaga tekanan darah saya." (Responden 1, 2024)

"Saya belajar banyak tentang penyakit yang saya alami dan pengobatan yang saya terima, saya diingatkan untuk menjalankan pengobatan dengan rutin." (Responden 2, 2024)

"Adanya kegiatan senam ini dan edukasi yang ada membantu saya untuk memperbaiki gaya hidup saya seperti mengurangi konsumsi garam" (Responden 3, 2024)

"Setelah mendapat booklet ini, saya jadi lebih mengerti pentingnya minum obat teratur. Dulu saya sering lupa atau sengaja tidak minum kalau merasa sudah baikan, sekarang saya akan lebih disiplin." (Responden 4, 2024)

"Booklet-nya bagus, ada gambar jadwal minum obat yang membantu saya mengingat. Saya juga jadi paham kalau hipertensi itu harus diobati terus menerus, tidak bisa putus-putus." (Responden 5, 2024)

"Saya senang ada penjelasan tentang efek samping obat di booklet ini. Jadi saya tidak takut lagi minum obat hipertensi dalam jangka panjang karena sudah mengerti manfaatnya lebih besar." (Responden 6, 2024)

B. Pembahasan

Rangkaian tahapan yang dilakukan menunjukkan pendekatan yang terstruktur dan komprehensif dalam upaya meningkatkan kesehatan masyarakat, khususnya pasien hipertensi PROLANIS Puskesmas Wonosari II. Saat awal pertemuan tim melakukan *focus group discussion* dengan Puskesmas Wonosari II untuk mengetahui latar belakang dan perkembangan program PROLANIS yang ada di Puskesmas Wonosari II (Gambar 1).

Tim melakukan pembuatan *booklet* terkait Hipertensi yang memiliki prevalensi penyakit besar di Puskesmas Wonosari II. Hipertensi menjadi salah satu penyebab kematian terbanyak di dunia. Hipertensi disebut juga sebagai “*the silent killer*”, karena penyakit ini sering kali terjadi tanpa disertai dengan keluhan oleh penderita. Hasil Riskesdas 2018, menyatakan bahwa DI Yogyakarta menjadi salah satu provinsi yang memiliki prevalensi pasien hipertensi yang tidak minum obat (Kementerian Kesehatan RI, 2018).



Gambar 1. Koordinasi dengan pihak UPT Puskesmas Wonosari II

BPJS Kesehatan telah memberikan rujukan kepada layanan primer untuk melakukan pendekatan proaktif kepada masyarakat penyandang penyakit kronis (Diabetes Melitus Tipe 2 dan Hipertensi), aktivitas yang dilakukan PROLANIS beragam, salah satunya adalah senam (BPJS Kesehatan, 2014). Senam menjadi salah satu kegiatan wajib di PROLANIS, hal yang sama dilakukan oleh peserta PROLANIS Puskesmas Wonosari II (Gambar 2.).



Gambar 2. Senam bersama peserta PROLANIS

Aktivitas fisik dapat menjadi salah satu cara untuk menjaga kesehatan pada usia lanjut. Makawekes, dkk. melaporkan bahwa adanya aktivitas fisik dapat mempengaruhi kontrol tekanan darah pada usia lanjut (Makawekes dkk., 2020). Hal ini juga tim sampaikan kepada peserta PROLANIS dimana aktivitas fisik yang cukup dan rutin dapat menjaga tekanan darah dalam batas yang terkendali. Adapun senam PROLANIS yang diadakan oleh Puskesmas Angsau, Banjarmasin dilakukan secara rutin dan terdapat perubahan secara bermakna pada tekanan darah sistolik di awal dan di akhir minggu setelah dilakukannya senam yang diadakan 2x/minggu (Jamini dkk., 2021). Adanya kegiatan senam ini diharapkan dapat diikuti secara rutin oleh peserta PROLANIS untuk menjaga kesehatan dengan baik.

Selain itu, tim juga melakukan edukasi menggunakan *booklet* untuk memberikan informasi terkait penyakit hipertensi dan penanganannya. Selain itu juga mengingatkan peserta PROLANIS agar patuh pada pengobatan yang ada dan menjaga berat badan serta menjaga pola makan dengan baik. Secara umum, sebagian besar peserta mengalami peningkatan pengetahuan terkait penyakit hipertensi. Peserta merasa terbantu dan diingatkan melalui *booklet* untuk patuh dalam mengkonsumsi obat hipertensi. Secara keseluruhan pelaksanaan PROLANIS yang ada sudah berjalan dengan baik, peserta banyak yang proaktif dalam mengikuti berbagai kegiatan yang telah ditetapkan oleh Puskesmas Wonosari II.

Meskipun program edukasi menggunakan *booklet* telah menunjukkan hasil positif, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Durasi program yang relatif singkat (satu kali pertemuan) mungkin belum cukup untuk memastikan perubahan perilaku jangka panjang pada peserta PROLANIS. Idealnya, diperlukan sesi *follow-up* untuk memantau dan mendukung kepatuhan peserta terhadap pengobatan. Selain itu metode evaluasi yang mengandalkan testimoni verbal mungkin tidak sepenuhnya menggambarkan dampak program secara objektif. Diperlukan instrumen pengukuran yang lebih terstruktur untuk menilai perubahan pengetahuan dan perilaku peserta.

IV. Simpulan

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat berupa Edukasi Hipertensi pada Pasien PROLANIS Puskesmas Wonosari II menggunakan *booklet* memegang peranan dalam meningkatkan kualitas hidup pasien PROLANIS. Pemberian edukasi melalui *booklet* dapat meningkatkan pengetahuan akan hipertensi serta kepatuhan konsumsi obat sehingga mereka dapat mengontrol tekanan darah. Adapun kegiatan ini berjalan sesuai dengan jadwal yang telah direncanakan dengan dukungan semua pihak.

Ucapan Terima Kasih

Tim pengabdian mengucapkan terimakasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Sanata Dharma yang telah mendanai kegiatan pengabdian ini (No: 027/LPPM-USD/III/2024), serta Puskesmas Wonosari II yang telah memberikan ijin pengabdian sehingga dapat berjalan dengan baik.

Daftar Pustaka

- Alkaff FF, Illavi F, Salamah S, Setiyawati W, Ramadhani R, Purwantini E, Tahapary D L. 2021. "The Impact of the Indonesian Chronic Disease Management Program (PROLANIS) on Metabolic Control and Renal Function of Type 2 Diabetes Mellitus Patients in Primary Care Setting," *J Prim Care Community Health* 12: 1-10, doi: 10.1177/2150132720984409.
- Badan Pusat Statistik (BPS). 2022. "Statistik Penduduk Lanjut Usia di Indonesia 2021". Jakarta: BPS.
- BPJS Kesehatan. (2014). *PROLANIS (Program Pengelolaan Penyakit Kronis)*
- Ersila W, Prafitri L D, Sabita R. 2021. " Pengaruh media booklet terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu dalam mendeteksi perkembangan balita usia 24-36 bulan." *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah* 6 (4): 48-55.
- Jamini, T., Kristiana, D., STIKES Suaka Insan Banjarmasin, D., Selatan, K., & Puskesmas Angsau, P. (2021). "Pengaruh senam prolanis terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di puskesmas angsau. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI)*, 6(1).
- Kemendes RI. 2021. "Pedoman Pengelolaan Penyakit Kronis di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama. Jakarta." Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemendes RI. 2022. "Strategi Nasional Penanggulangan Penyakit Tidak Menular 2020-2024. Jakarta." Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Makawekes, E., Suling, L., Kallo, V., (2020). "Pengaruh aktivitas fisik terhadap tekanan darah pada usia lanjut 60-74 tahun". *Jurnal Keperawatan (JKp)*, 8, 83-90.
- Putra D P, Rahmiwati A, Windusari Y, Novrikasari, Fajar N A. 2023. "Program pengelolaan penyakit kronis diabetes mellitus (Prolanis DM/PPDM) sebagai pencegahan penyakit degeneratif diabetes mellitus, Dan Dampaknya Bagi Pekerja di Indonesia". *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia* (8) 12. doi:10.36418/syntax-literate.v7i9.13935 8 (12): 6293-6303.
- Kementerian Kesehatan RI, 2018, Laporan Nasional RISKESDAS 2018, Jakarta
- Santi R, Mariyani M. 2023. "Pengaruh Edukasi MP-ASI menggunakan media booklet terhadap peningkatan pengetahuan MP-ASI pada ibu bayi usia 0-6 bulan." *Jurnal Ners* 7 (2): 1303-1307.
- Utario Y, Misniarti, Sutriyanti Y. 2023. "Edukasi dengan Media Booklet Meningkatkan Pengetahuan Ibu tentang Stunting dan Responsive Feeding." *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak* 6 (1): 22-31.