



## **CAPER LENGAN PEDULI** (Cegah Hipertensi Lansia Dengan Penyuluhan Di Posyandu Lansia)

**Karleni Trianti, S.K.M.**



# DAFTAR ISI

Latar Belakang.....	3
Metode dan Strategis pemecahan masalah .....	4
Manfaat atau Dampak Hilir .....	8
Cara Kerja .....	10

# LATAR BELAKANG

Salah satu Penyakit Tidak Menular (PTM) yang banyak ditemukan di masyarakat saat ini adalah hipertensi yang dimulai pada tahap pre-hipertensi. World Health Organization (WHO) memperkirakan kasus hipertensi pada tahun 2025 akan mencapai 1,15 miliar atau terhitung sekitar 29% dari populasi dunia. Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik melebihi 140 mmHg dan peningkatan tekanan darah diastolik melebihi 90 mmHg. Di era globalisasi ini, kesadaran akan pentingnya kesehatan dalam masyarakat semakin meningkat. Masyarakat menuntut pelayanan kesehatan yang berkualitas dan menjadikan hal tersebut sebagai satu kebutuhan dasar yang harus terpenuhi. Tantangan terbesar dibidang kesehatan sekarang adalah meningkatnya penyakit tidak menular (PTM) yang salah satunya adalah hipertensi.

Berdasarkan data 20 penyakit terbanyak di UPT Puskesmas Lampihong tahun 2021 terdapat 672 kasus penyakit hipertensi dimana hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menduduki peringkat pertama diantara 20 jenis penyakit yang ada. Kasus hipertensi yang terjadi lebih banyak diderita oleh orang dewasa dan lanjut usia, dalam kasus ini perlu adanya dukungan berupa penyuluhan dengan materi dan media promosi kesehatan agar masyarakat lebih mengetahui tentang hipertensi dan dapat menjaga serta meningkatkan kesehatan mereka

## **METODE DAN STRATEGI PEMECAHAN MASALAH**

Upaya yang dilakukan setelah adanya Inovasi adalah terus melanjutkan kegiatan penyuluhan dan konseling di posyandu lansia disetiap desa

# Tahap Kegiatan Inovasi

## Tahap Perencanaan

Sebelum adanya novasi tentu saja adanya penjaringan ide terlebih dahulu untuk menentukan inovasi, selanjutnya setelah didapatkan ide yaitu melakukan sosialisasi terlebih dahulu kepada lintas program yang terlibat dalam kegiatan ini. Selanjutnya mempersiapkan media dan bahan penyuluhan.

# Tahap Pelaksanaan

Melakukan penyuluhan kepada kelompok lansia dan menayangkan video kesehatan dengan tujuan agar informasi lebih mudah dipahami. Kegiatan posyandu lansia biasanya dilakukan dengan melakukan pemeriksaan berat badan, tinggi badan, tekanan darah, gula darah, kolesterol dan asam urat. Untuk penyuluhan masyarakat tidak rutin setiap bulan mendapatkannya, jika ada penyuluhan biasanya hanya dilakukan berkelompok.

# Tahap Pelaksanaan

Selain itu juga ada kegiatan konseling individu terhadap lansia yang mengalami hipertensi agar dapat menggali lebih dalam terhadap faktor risiko hipertensi dan memberikan solusi untuk penanganan hipertensi serta pencegahan agar kejadian hipertensi tidak berulang.

# MANFAAT DAN DAMPAK HILIR

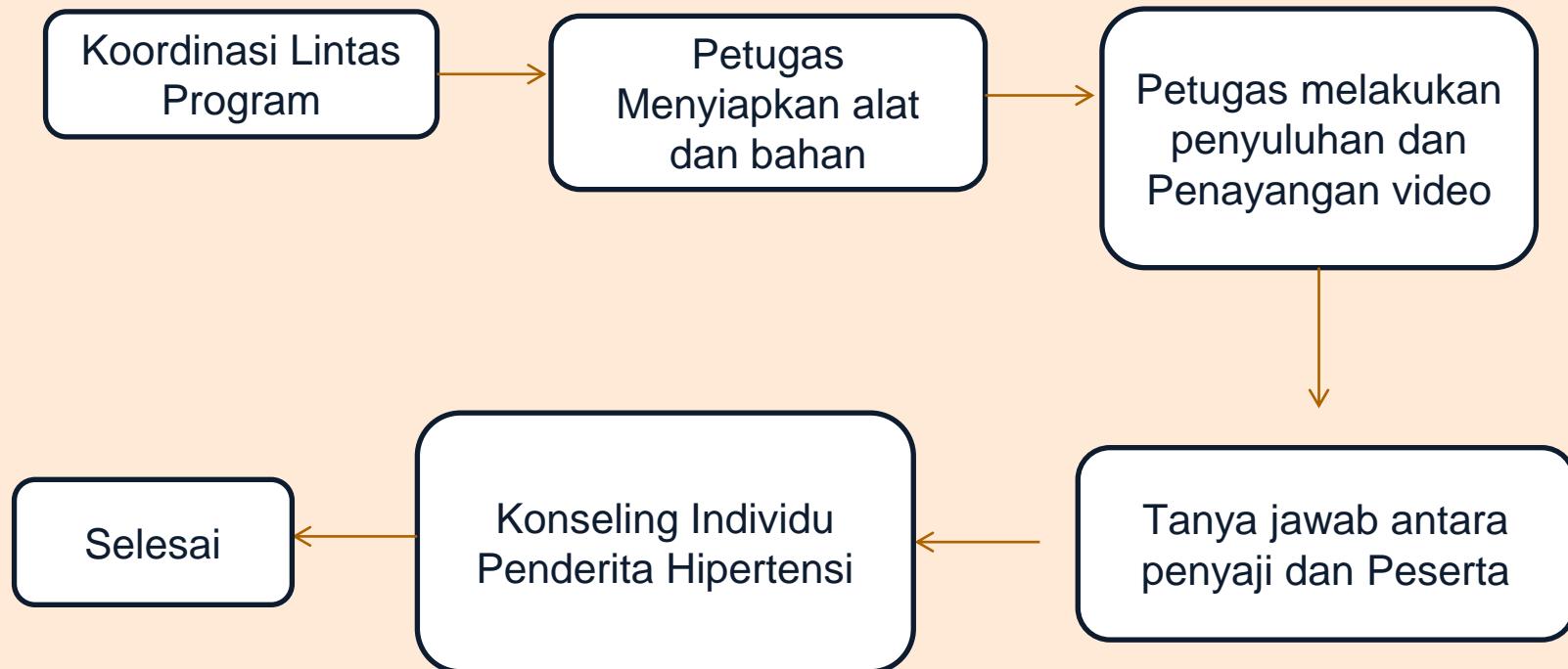
## MANFAAT INOVASI

1. Kegiatan penyuluhan di posyandu lansia yang terlaksana secara optimal
2. Terjalin kerjasama yang baik antar lintas program
3. Mempermudah dalam penangakapan informasi kesehatan
4. Meningkatkan pengetahuan masyarakat
5. Menganalisis secara mendalam mengenai faktor risiko hipertensi
6. Memberikan solusi pemecahan penanganan dan pengcegahan hipertensi
7. Menghindari kesalahan informasi kesehatan

# HASIL INOVASI

Pada kegiatan “Caper Lengan Peduli (Cegah Hipertensi lansia dengan Penyuluhan di Posyandu Lansia)” masyarakat memberikan feedback baik sehingga terjadi komunikasi 2 arah, serta peserta dapat mengulangi apa yang telah disampaikan. Jika dilihat dari data terakhir UPTD Puskesmas Lampihong, terjadi penurunan angka kejadian hipertensi yang awalnya berjumlah 741 kasus pada tahun 2022 menjadi 559 kasus pada tahun 2023 per desember.

# CARA KERJA



## **PENUTUP**

Kegiatan Caper Lengan Peduli merupakan kegiatan yang dimaksudkan untuk menurunkan angka kesakitan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Lampihong terutama hipertensi pada lansia. Sehingga perlunya dilakukan penyuluhan dan konseling terhadap audiens guna meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi khususnya untuk masyarakat dengan usia lanjut. Setelah kegiatan penyuluhan akan dilakukan evaluasi melalui *feedback* yang dilakukan masyarakat sebagai peserta dengan saya sebagai penyaji atau pemateri dan para peserta telah mengerti dengan apa yang disampaikan serta mengetahui mengenai tekanan darah yang dikatakan hipertensi, makanan yang perlu dihindari, pencegahan dan penanganannya. Menurut perbantingan hasil data UPTD Puskesmas Lampihong tahun 2022 dan tahun 2023 adanya penurunan jumlah kasus hipertensi yaitu awalnya pada tahun 2022 sejumlah 741 kasus menjadi 559 kasus dan tahun 2024 menjadi 543 kasus.