

**OPTIMALISASI PENCEGAHAN KEJADIAN HIPERTENSI MELALUI PENYULUHAN
DI POSYANDU LANSIA UPT. PUSKESMAS LAMPIHONG**



Oleh:

KARLENI TRIANTI, S.K.M.

NIP. 199906102022022004

**PEMERINTAH PROVINSI BALANGAN
DINAS KESEHATAN KABUPATEN BALANGAN
BALANGAN**

PROFIL INOVASI DAERAH
Optimalisasi pencegahan hipertensi melalui penyuluhan di posyandu lansia UPT.
Puskesmas Lampihong

- 1. Nama Inovasi: Optimalisasi pencegahan hipertensi melalui penyuluhan di posyandu lansia UPT. Puskesmas Lampihong**
- 2. Tahap Inovasi : Penerapan**
- 3. Inisiator : ASN**
- 4. Bentuk Inovasi : Pelayanan Publik**
- 5. Urusan Inovasi : Penyuluhan Masyarakat**
- 6. Waktu Uji Coba : 18 Mei 2022**
- 7. Waktu Implementasi : 01 Juli 2022**

RANCANG BANGUN INOVASI

DASAR HUKUM

Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 71 Tahun 2015 Tentang Penanggulangan Penyakit Tidak Menular menimbang bahwa penyakit tidak menular menjadi masalah kesehatan masyarakat yang menimbulkan kesakitan, kecacatan dan kematian yang tinggi, serta menimbulkan beban pembiayaan kesehatan sehingga perlu dilakukan penyelenggaraan penanggulangan melalui pencegahan, pengendalian dan penanganan yang komprehensif, efisien, efektif, dan berkelanjutan. Penanggulangan PTM adalah upaya kesehatan yang mengutamakan aspek promotif dan preventif tanpa mengabaikan aspek kuratif dan rehabilitatif serta paliatif yang ditujukan untuk menurunkan angka kesakitan, kecacatan, dan kematian yang dilaksanakan secara komprehensif, efektif, efisien, dan berkelanjutan.

PERMASALAHAN

Di era globalisasi masyarakat semakin kritis terhadap segala aspek, termasuk terhadap mutu pelayanan kesehatan yang berkualitas. Strategi utama dalam pencapaian kesehatan bagi semua (health for all) melalui pelayanan kesehatan dasar (primary health care). Salah satu komponen di dalam pelayanan kesehatan dasar

adalah pendidikan kesehatan yang di Indonesia disebut dengan penyuluhan kesehatan. Seiring meningkatnya kesadaran masyarakat untuk mendapat pelayanan kesehatan terbaik perlu dilakukan perubahan khususnya dalam bidang kesehatan. Salah satu cara yang dapat diterapkan yaitu melalui promosi kesehatan yang diharapkan dapat merubah pola perilaku yang tidak sehat menjadi sehat sehingga mencegah dari berbagai masalah kesehatan.

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. Menurut WHO (2017) Prevalensi kejadian hipertensi di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% masyarakat dunia mengidap hipertensi angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2030 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di negara maju dan 639 sisanya berada di negara berkembang, sehingga hipertensi masih menjadi permasalahan kesehatan didunia yang membutuhkan perhatian.

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 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.

ISU STRATEGIS

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2018) prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%. Ini mengalami peningkatan dibandingkan prevalensi hipertensi pada Riskesdas Tahun 2013 sebesar 25,8%. Diperkirakan hanya 1/3 kasus hipertensi di Indonesia yang terdiagnosis, sisanya tidak terdiagnosis. Hipertensi dapat dicegah dengan mengendalikan perilaku berisiko seperti merokok, diet yang tidak sehat (kurang konsumsi sayur dan buah, konsumsi garam berlebih), obesitas, kurang aktivitas

fisik, konsumsi alkohol, dan stres. Keberhasilan mengontrol tekanan darah mencapai target terbukti menurunkan kejadian stroke sebesar 30-40% dan kejadian penyakit jantung koroner sebesar 20%.

Jika seseorang mengalami hipertensi, maka upaya yang harus dilakukan adalah mengontrol tekanan darah. Masyarakat diimbau melakukan cek tekanan darah di fasilitas kesehatan terdekat. Kalau pasien yang sudah hipertensi diharapkan segera mengunjungi dokter untuk mendapatkan penanganan dan upaya-upaya yang harus dilakukan untuk mengontrol hipertensi. Hipertensi adalah penyakit kronik yang tidak bisa disembuhkan. Jadi kalau seseorang tekanan darahnya sudah mencapai target bukan berarti dia sembuh, tapi terkontrol. Kalau sudah terkontrol maka diharapkan penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal, risikonya akan menurun. Hipertensi juga menjadi salah satu focus Standar Pelayanan Minimal (SPM) yaitu salah satu penyakit tidak menular yang harus diturunkan angka kesakitannya.

METODE PEMBAHARUAN

Upaya yang Dakukan Sebelum Inovasi

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.

Upaya yang Dilakukan Setelah Inovasi

Kegiatan Posyandu lansia setiap bulannya tidak hanya melakukan pemeriksaan berat badan, tinggi badan, tekanan darah, gula darah, kolesterol dan asam urat tetapi juga rutin melaksanakan penyuluhan kepada masyarakat, selain itu untuk penderita yang terdiagnosa hipertensi setelah melakukan pemeriksaan tekanan darah akan dilakukan konseling mengenai hipertensi. Petugas penyuluhan kesehatan akan menyampaikan penyuluhan terlebih dahulu kepada masyarakat dengan bantuan layar LCD agar semua peserta yang hadir dapat melihat kemudian dilanjutkan dengan pemeriksaan kesehatan, jika ada peserta yang mengalami hipertensi maka akan dilakukan konseling yang dilaksanakan secara individu baik untuk peningkatan kualitas pengetahuan,

mencari faktor risiko, cara pencegahan dan pengendalian hipertensi yang dibantu dengan media leaflet agar penderita hipertensi dapat menganalisis faktor risiko yang menyebabkan dirinya hipertensi sehingga dapat mengontrol dan mencegah dikemudian hari.

KEUNGGULAN/KEBAHARUAN

Kegiatan optimalisasi pencegahan hipertensi melalui penyuluhan di posyandu lansia merupakan kegiatan baru yang menyatukan kegiatan penyuluhan kelompok, menayangkan video kesehatan serta kegiatan konseling individu terhadap penderita hipertensi sehingga dianggap lebih optimal dalam meningkatkan kesadaran masyarakat untuk mencegah dan mengendalikan hipertensi secara mandiri.

TAHAPAN INOVASI

Tahapan dari kegiatan Optimalisasi Pencegahan Hipertensi Melalui Penyuluhan di Posyandu Lansia adalah:

1. Persiapan

Tahap pertama untuk melaksanakan kegiatan optimalisasi pencegahan hipertensi melalui penyuluhan di posyandu lansia adalah persiapan. Hal yang perlu disiapkan adalah koordinasi dengan pemegang program posyandu lansia untuk pelaksanaan,, kemudian menyiapkan materi yang efektif dan mudah dipahami oleh masyarakat yang tergolong lanjut usia atau lansia serta menyiapkan media promosi kesehatan lainnya.

2. Pelaksanaan

Pelaksanaan optimalisasi pencegahan hipertensi melalui penyuluhan di posyandu lansia memiliki beberapa kegiatan seperti:

- a. Penyuluhan kelompok tentang Hipertensi yang ditanyangkan melalui media *power point*
- b. Penayangkan video hipertensi
- c. Melakukan konseling secara individu kepada penderita hipertensi

TUJUAN INOVASI

Inovasi ini dilaksanakan bertujuan:

1. Mengoptimalkan kegiatan penyuluhan di posyandu lansia
2. Menjalin kerjasama lintas program
3. Meningkatkan kesadaran masyarakat untuk mencegah dan mengendalikan kejadian hipertensi secara mandiri
4. Sebagai wadah masyarakat untuk menganalisis faktor risiko penyakit hipertensi

MANFAAT INOVASI

1. Kegiatan penyuluhan di posyandu lansia yang terlaksana secara optimal
2. Terjalin kerjasama yang baik antar lintas program
3. Meningkatnya kesadaran masyarakat untuk mencegah dan mengendalikan kejadian hipertensi secara mandiri
4. Masyarakat terbantu dalam menganalisis faktor risiko kejadian hipertensi

HASIL INOVASI

Pada kegiatan optimalisasi pencegahan hipertensi melalui penyuluhan di posyandu lansia masyarakat memberikan feedback baik sehingga terjadi komunikasi 2 arah, serta peserta dapat mengulangi apa yang telah disampaikan.