Marlborough: Journal of Community Service

UPAYA PENCEGAHAN HIPERTENSI PADA USIALANJUT DI PUSKESMAS SAWAH LEBAR

Dyah Mayang Sari [1)],

[1)] Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Bengkulu
Coresponding Email: dyahms@gmail.com

Abstrak

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 yang kondusif untuk mendorong terbentuknya kemampuan tersebut. Salah satu penyebab masih tinggi kasus Hipertensi di wilayah UPTD Puskesmas Sawah Lebar adalah masih banyak masyarakat yang pola makannya tidak teratur serta masih banyak yang suka mengkonsumsi makanan yang cepat saji. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memberikan edukasi bagaimana cara menjaga pola makan yang sehat, menjaga hubungan kerjasama yang baik dengan lintas sektor, memberikan motivasi kepada masyarakat agar mau melakukan perubahan terhadap lingkungan, dan lain- lain. Edukasi yang sederhana dan mudah dipahami sangatlah penting bagai masyarakat, hasil dari kegiatan ini menunjukkan tingginya antusias masyarakat dalam mengikuti kegiatan edukasi ini.

Kata kunci: Hipertensi, usialanjut, sawah lebar

Abstract

The purpose of health promotion is to increase the ability of individuals, families, groups, and communities to be able to live healthy lives and develop community-based health efforts and create a conducive environment to encourage the formation of these abilities. One of the causes of the high prevalence of hypertension in the UPTD area of the Sawah Lebar Health Center is that there are still many people whose eating patterns are irregular and many who like to eat fast food. This service activity aims to provide education on how to maintain a healthy diet, maintain good cooperative relationships with cross-sectors, and motivate the community to want to good the environment, and others. Education that is simple and easy to understand is important for the community, the results of this activity show the high enthusiasm of the community in participating in this educational activity.

Keywords: Hypertension, elderly, sawah lebar

EISSN XXXX-XXX
Volume : 1
Nomor : 1
Bulan : Juni
Tahun : 2022

PENDAHULUAN

Kondisi UPTD Puskesmas Sawah Lebar dilihat dari segi pelayanan menunjukan bahwa dalam proses pelayannan pengobatan yang dilaksanakan oleh pihak Puakesmas Sawah Lebar Kecamatan Ratu Agung Kota Bengkulu, aspek pertama yang digunakan yaitu daya tanggap yang berkaitan dengan bagaimana cara pelayanan yang cepat dan menanggapi keluhan-keluhan serta permintaan masyarakat yang berobat.

Aspek selanjutnya yaitu aspek perhatian, yang diartikan dengan kepedulian dan perhatian tenaga kesehatan terhadap masyarakat yang berobat dalam memberikan pelayanan yang maksimal. Kemudian ada aspek jaminan, yakni yang berkaitan dengan kebaikan atau sikap sopan santun yang ditunjukan oleh dokter, perawat, dan staf lainnya. Untuk kualitas pelayanan pengobatan di puskesmas Sawah Lebar Kecamatan Ratu Agung Kota Bengkulu dalam melaksanakan pelayanan pengobatan terhadap masyarakat yang berobat sudah sangat baik.

Pelayanan kesehatan dilaksanakan secara berjenjang dimulai dari pelayanan kesehatan tingkat pertama. Pelayanan kesehatan tingkat kedua hanya dapat diberikan atas rujukan dari pelayanan kesehatan tingkat pertama. Pelayanan kesehatan tingkat ketiga hanya dapat diberikan atas rujukan dari pelayanan kesehatan tingkat kedua atau tingkat pertama, kecuali pada keadaan gawat darurat, kehususan permasalahan kesehatan pasien, pertimbagan geografis, dan pertimbagan ketersediaan fasilitas.

Sistem rujukan pelayanan kesehatan diselenggarakan dengan tujuan memberikan pelayanan kesehatan secara bermutu, efektif dan efisien, sehingga tujuan pelayanan kesehatan tercapai tampa menggunakan biaya yang mahal. Pelayanan kesehatan primrt adalah strategi yang dapat dipakai untuk menjamin tingkat minimal dari pelayanan kesehatan untuk semua penduduk. Pelayanan kesehatan primer bersifat paling dasar yang dilaksanakan bersama masyarakat dan tenaga kesehatan seperti dokter maupun perawat. Pelayanan kesehatan primer yang diberikan oleh puskesmas salah satunya adalah sifat pelayanan berobat jalan pada pasien yang sangat ringan atau masyarakat sehat untuk meningkatkan kesehatannya.

Dari segi penyakit, di wilayah kerja UPTD Puskesmas Sawah Lebar setiap tahunnya kasus pelayanan Hipertenai masih menempati yang paling tertinggi. Tahun2020 kasus penyakit Hipertensi berjumlah 765 orang yang mengidap Hipertensi.

Salah satu penyebab masih tinggi kasus Hipertensi di wilayah UPTD Puskesmas Sawah Lebar adalah masih banyak masyarakat yang pola makannya tidak teratur serta masih banyak yang suka mengkonsumsi makanan yang cepat saji. Disamping itu minat masyarakat mengikuti edukasi yang dilakukan oleh petugas sangat kurang.

A. Analisis Situasi

Perilaku Hidup Sehat dan menjaga pola makan yang baik adalah upaya untuk memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat dengan membuka jalur komunikasi, memberikan informasi dan melakukan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang penyakit Hipertensi serta gejala-gejala Hipertensi dan dampak yang diakibatkan oleh Hipertensi.

B. Tujuan dan Manfaat

Diharapan masyarakat dapat menjaga kesehatan yang akan menjadi salah satu permasalahan hipertensi yang ada di lingkungan puskesmas Sawah Lebar

METODE

A. Waktu dan Tempat Kegiatan

Lokasi kegiatan ini di lakukan pada puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu. Dengan waktu pelaksanaan dilaksanakan pada tanggal 06 September hingga 09 Oktober 2021, dengan mengetahui yang menjadi sasaran dalam menentukan identifikasi masalah, prioritas masalah dan penyebab masalah adalah masyarakat di dalam wilayah puskesmas Sawah Lebar.

B. Tahapan Kegiatan

Pengumpulan data primer yang langsung didapatkan dari sumber dan diberi kepada pengumpulan data atau penelitian, data primer adalah data yang dikumpulkan secara langsung seperti wawancara, observasi, eksperimen maupun pengukuran langsung terhadap suatu objek yang menjadi pokus utama pengambilan data, data primer sendiri dapat dapat berupa memo, surat, hasil wawancara, hasil observasi (dalam bentuk audio, video, atau trasnkip), standar, peraturan putusan pengadilan data sesnsus atau sebagainya. Secara langsung pada responden atau masyarakat saat mengikuti kegaitan posyandu di wilayah kerja puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.

Data sekunder adalah data yang sudah diolah dahulu dan baru didapatkan dari sumber yang lain sebagai informasi yang bersumber dari olahan data pihak UPTD Puskesmas Sawah Lebar khususnya terkait permasalahan Penyakit Hipertensi.

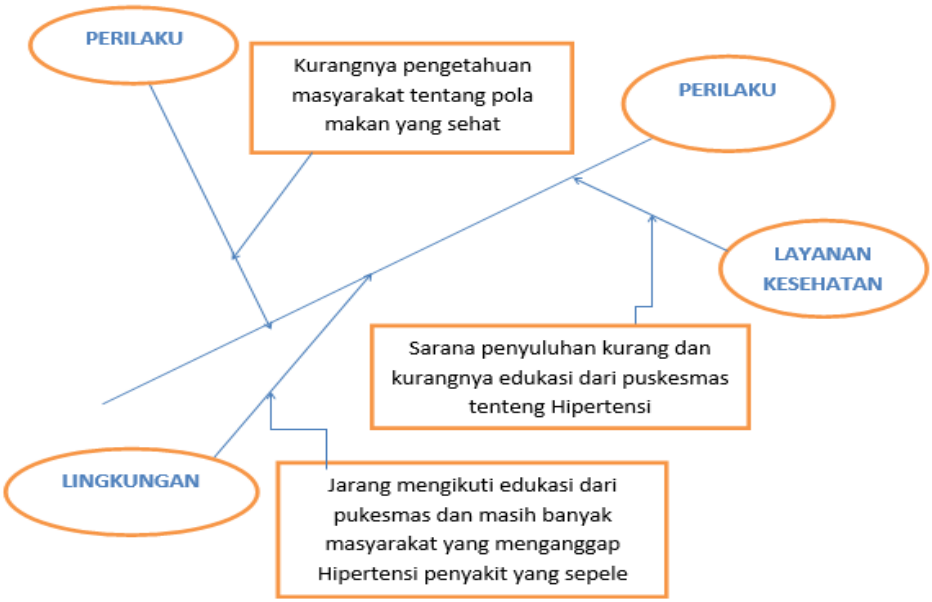
HASIL DAN PEMBAHASAN

4.3 Akar Penyebab Masalah

Hasil dari pendataan ini menyatakan bahwa masalah tinggi angka penyakit Hipertensi di wilayah UPTD Puskesmas Sawah Lebar. Hal itu dikarenakan masih adanya warga yang kurang mengetahui pentingnya menjaga lingkungan yang sehat serta menjaga pola makan terutama di masa pandemic yang sedang mewabah seperti sekarang ini.

Dalam menganalisis penyebab masalah utama mengapa warga masih ada yang kurang mengetahui pentingnya menjaga kesehatan serta pola makan terdapat beberapa faktor, yaitu seperti yang ditunjukan serta di dalam gambar tulang ikan yang disajikan dibawah ini:

EISSN XXXX-XXX
Volume : 1
Nomor : 1
Bulan : Juni
Tahun : 2022



Gambar 1. Masalah yang terjadi

Dari hasil diskusi diharapkan dapat merumuskan alternatif pemecahan masalah tersebut. Masalah-masalah yang terjadi prioritas dapat dilihat pada tabel:

Tabel 1. Alternatif Pemecahan Masalah

No	Masalah	Alternatif
1	**Perilaku** Kurangnya pengetahuan masyarakat tentang pentingnya pola makan yang sehat	Melakukan pendekatan untuk memperbaiki informasi tentang pentingnya menjaga pola makan dan memperhatikan pola makan yang sehat
2	**Lingkungan** Jarang mengikuti edukasi dari puskesmas dan masih banyak masyarakat yang menganggap Hipertensi penyakit yang sepele	Memberikan edukasi Hipertensi secara langsung kepada masyarakat, agar masyarakat mengerti apa itu Hipertensi dan bisa mengubah pola piker masyarakat yang menganggap Hipertensi adalah penyakit yang sepele
3	**Layanan Kesehatan** Sarana penyuluhan kurang dan kurangnya edukasi dari puskesmas tentang Hipertensi, belum adanya leaflet tentang Hipertensi	Melakukan penyuluhan di sela-sela kegiatan posyandu dan polansia atau dengan cara membuat poster dan membagikan brosur tentang pentingnya menjaga kesehatan serta pola makan yang baik dan sehat

Dari hasil diskusi diharapkan dapat merumuskan alternatif pemecahan masalah tersebut. Masalah-masalah yang menjadi prioritas tersebut dapat dilihat pada tabel:

Tabel 2. Prioritas Pemecahan Masalah

No	**Penyelesaian Masalah**	**M**	**I**	**V**	**C**	**Total**	**Urutan**
1	Penyuluhan Hipertensi Kepada Masyarakat	4	4	3	2	24	l
2	Pembuatan Leaflet	3	2	2	1	6	ll

Untuk mengetahui kebiasaan masyarakat menerapkan pola makan serta hidup yang sehat di masyarakat berjalan dengan lancer maka akan dilakukan penyuluhan kepada masyarakat sekitar wilayah kerja UPTD Puskesmas Sawah Lebar khususnya kelurahan sawah lebar baru. Kondisi pandemi yang sedang melanda seperti sekarang ini akan membuat kegiatan penyuluhan sedikit terganggu, karena tidak boleh mengumpulkan oleh atau berkerumunan. Sehingga, untuk melakukan edukasi tentang Hipertensi kepada masyarakat ini maka akan dilakukan edukasi tentang Hipertensi di Kelurahan Sawah Lebar yang termasuk wilayah kerja UPTD Puskesmas Sawah Lebar.

Kegiatan untuk memberikan edukasi kepada masyarakat tentang Hipertensi pertama-tama membuat jadwal untuk penyuluhan, membuat jadwal penyuluhan di kelurahan Sawah Lebar, bertujuan untuk memberikan edukasi bagaimana cara menjaga pola makan yang sehat, menjaga hubungan kerjasama yang baik dengan lintas sektor, memberikan motivasi kepada masyarakat agar mau melakukan perubahan terhadap lingkungan, dan lain- lain.

Tabel 3. Kegiatan Pengabdian

No	Kegiatan	Waktu	Tempat	Sasaran	Output	Evaluasi
1	Penyuluhan kepada masyarakat mengenaicara mencegah Hipertensi	08 Oktober 2021	Posyandu Kelurahan Sawah Lebar	Masyarakat	Memberikan informasi dan pembelajaran kepada masyarakat agar mengetahui cara pencegahan Hipertensi	Kegiatan berjalan cukup lancer
2	Pembagian leaflet mengenai Hipertensi	08 Oktober 2021	Posyandu Kelurahan Sawah Lebar	Masyarakat	Memberikan kemudahan mengakses informasi pengetahuan mengetahui Hipertensi	Masyarakat tidak menolak saat diberikan leaflet

EISSN XXXX-XXX
Volume : 1
Nomor : 1
Bulan : Juni
Tahun : 2022

Kegiatan edukasi dilakukan dengan cara penyuluhan kepada masyarakat di posyandu yang terletak di Jalan Sepakat bersama dengan Pembimbing Lapangan. Sasaran pada kegiatan edukasi ini yaitu masyarakat umum di Jalan Sepakat. Materi penyuluhan yang disampaikan yaitu mengenai Hipertensi. Kegiatan edukasi dilakukan pada hari Jumat, 8 Oktober 2021. Kegiatan edukasi dilakukan dengan cara memberikan leaflet pada responden memberikan edukasi/penyuluhan kepada responden dan memberikan pertanyaan sebelum di mulai penyuluhan dan sesudah dimulainya penyuluhan.

Adapun hasil dari kegiatan ini didapatkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan dan sikap peserta setelah diberikan edukasi mengenai Hipertensi.

Kegiatan intervasi di lakukan di Posyasndu Jalan Sepakat pada hari Jumat tanggal 8 Oktober 2021. Kegiatan ini dihadiri oleh Pembimbing Lapagan, Petugas Puskesmas, serta 18 peserta penyuluhan dengan rincian 4 orang laki-laki dan 14 orang perempuan dalam rentang umur 44 tahun.

Pelaksanaan edukasi dilakukan dengan melakukan penyuluhan/ edukasi, membagikan leamflet, serta mennayakan beberapa pertanyaan sebelum di mulai penyuluhan dan sesudah penyuluhan.

Perubahan pengetahuan dilakukan dengan melihat perubahan pengetahuan warga terhadap materi. Dari hasil penyuluhan tersebut terlihat bahwa rerata perbedaan pengetahuan antara sebelum dan sesudah penyuluhan, pengetahuan sebelum penyuluhan lebih rendah dari pada setelah di beri penyuluhan. Artinya pada peningkatan pengetahuan berat setelah diberikan penyuluhan edukasi Hipertensi. Adapun materi yang di sampaikan meliputi apa itu hipertensi, bagaimana tanda dan gejalanya, apa yang menyebabkan terjadinya darah tinggi, apa akibat lanjut dari darah tinggi, dan bagai mana cara mencegah komplikasi darah tinggi. setelah dilakukan kegiatan penyuluhan, nilai hasil pengamatan meningkat dan peserta menjadi paham mengenai Hipertensi.

Dari pembahasan di atas dan telah dilaksanakan penyuluhan mengenai permasalahan yang ada di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu yaitu dengan memberikan penyuluhan/edukasi mengenai Hipertensi. Pelaksanaan kegiatan telah berjalan sesuai dengan rencana.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

a. Identifikasi masalah kesehatan yang ada di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar adalah kurangnya masyarakat yang menerapkan pola hidup sehat dan pola makan yang benar.
b. Didapatkan bahwa ada beberapa akar penyebab permasalahan kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar, faktor utama adalah kurangnya kurangnya pengetahuan masyarakat.

c. Ada beberapa alternatif pemecahan masalah yang didapatkan adalah melakukan penyuluhan ke masyarakat mengenai cara-cara meningkatkan pola hidup sehat dan pola makan yang baik.
d. Kegiatan Edukasi dapat dilakukan di di wilayah kerja puskesmas Sawah Lebar dengan tujuan peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan penyakit hipertensi.

B. Saran

a. Puskesmas Sawah Lebar
   Diharapkan puskesmas, meningkatkan penyuluhan kesehatan secara umum khususnya tentang kegiatan pola hidup sehat dan pola makan yang baik. Serta adanya peningkatan penyuluhan kesehatan di dalam tantanan rumah tangga seperti pemasangan poster di tempat posyandu dan penyebaran stiker ke rumah warga.
b. Masyarakat di wilayah kerja UPTD
   Puskesmas Sawah Lebar, diharapkan masyarakat dapat menerapkan prilaku hidup sehat dan dapat mengetahui pentingnya menjaga pola makan yang baik dan pola hidup sehat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada pihak Universitas Muhammadiyah Bengkulu dan pihak Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu yang telah memberikan masukan dan motivasi.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmada, Syukar. 2015. *Buku Ajar Ilmu Kesehatan Masyarakat* Jakarta

Astuti, Anjar., Kumala, Dewi Ratih., ddk 2021. *Mutu Pelayanayanan Kebidanan: standar, indicator dan penilaian*. Yoyakarta

Setyaningsih, dkk. 2021. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta

Depkes, 2019, *Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat,* Departemen Kesehatan RI, Jakarta.

Notoatmodjo, Soekidjo, 2010, *Metodologi Penelitian*.Rineka Cipta, Jakarta

Nurheti, Yulianti. 2009. *Panduan Pencegahan*. Jakarta: PT.Rineka Cipta.

Dika P, Rano K. Sinurya, Irma M. Puspitasari, Ajeng Dianitini, *Pengukuran Tingkat Kepatuhan Pengobatan Pasien Hipertensi Fasilitas Kesehatan tingkat pertama di Kota Bandung,* diakses tanggal 12 September 2019 (http://jurnal.unpad.ac/ijcp/article/view/16375)

Notoatmodjo, Soekidjo. 2012 *Pendidikan dan perilaku kesehatan*. Jakarta

Umniyati, Helwiyah. 2009. *Kepuasan Pasien Terhadap Pelayanan Di Puskesmas Kecamatan Tanjung Agung Priok. Jakarta Utara Jurnal Kedokteran Yasri* 18(1):009-020(2010).

Muchid, Abdul, 2006, *Buku Saku Hiprtyrnsi: Pharmacheutical Care Untuk Penyakit Hipertensi,* Jakarta: Depkes RI Ditjen Bina Farmasi Komunitas dan Klinik.