

## PEMERIKSAAN KESEHATAN PASIEN HIPERTENSI LANSIA DI PUSKESMAS DENPASAR UTARA

*Health Examination of Elderly Hypertension Patients at Puskesmas North Denpasar*

<sup>1)</sup>Ni Nyoman Wahyu Udayani, <sup>2)</sup>Puguh Santoso, <sup>3)</sup>I Gusti Agung Ayu Kusuma Wardani

<sup>1,2,3)</sup>Sarjana Farmasi, Diploma Tiga, Fakultas Farmasi  
Universitas Mahasaraswati Denpasar  
Jalan Kamboja No 11A Denpasar

Email: <sup>1)</sup>udayani.wahyu@unmas.ac.id, <sup>2)</sup>p.santoso@unmas.ac.id, <sup>3)</sup>kusumawardani@unmas.ac.id

### DOI:

10.36418/comserva.v1i4.18

### Histori Artikel:

Diajukan:  
14/08/2021

Diterima:  
26/08/2021

Diterbitkan:  
28/08/2021

### ABSTRAK

Jumlah lansia di Indonesia semakin meningkat dan angka kematian menurun mengharuskan lansia untuk dapat mempertahankan kualitas hidup, tetap aktif dan produktif. Cara menjaga kesehatan fisik lansia melalui pemeriksaan kesehatan secara rutin dimana cek kesehatan secara rutin merupakan salah satu langkah yang penting dilakukan untuk memelihara kondisi tubuh. Pemeriksaan kesehatan oleh lansia pada dasarnya adalah mendeteksi dini penyakit atau berusaha untuk mencegah penyakit dari terjadi. Penyuluhan kesehatan merupakan upaya untuk memberikan pemahaman, penyebaran informasi tentang masalah kesehatan dan solusi pemecahan masalah kesehatan kepada masyarakat agar berperilaku atau mengubah perilaku ke arah yang dapat menunjang kesehatannya. Jumlah peserta prolanis yang mengikuti kegiatan pengabdian ini sebanyak 49 orang. Program kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat diselenggarakan dengan baik dan berjalan dengan lancar sesuai dengan rencana kegiatan yang telah disusun meskipun belum semua peserta menguasai dengan baik atas konseling yang diberikan. Kegiatan ini mendapat sambutan sangat baik terbukti dengan keaktifan peserta mengikuti rangkaian acara sampai selesai.

**Kata Kunci** : penyuluhan, senam, hipertensi, prolanis.

### ABSTRACT

The number of elderly people in Indonesia is increasing and the mortality rate is decreasing, requiring the elderly to be able to maintain their quality of life, remain active and productive. How to maintain the physical health of the elderly through routine health checks where regular health checks are one of the important steps taken to maintain their body condition. Health checks by the elderly are basically detecting disease early or trying to prevent disease from occurring. Health education is an effort to provide understanding, disseminate information about health problems and solutions to solve health problems to the public in order to behave or change behavior in a direction that can support their health. The number of prolanist participants who took part in this service activity was 49 people. Community service activity programs can be carried out well and run smoothly in accordance with the activity plans that have been prepared, although not all participants have mastered the counseling provided well. This activity received a very good response as evidenced by the activeness of the participants in following the series of events until its completion.

*Keywords:* health education; exercise;hypertension; prolanist.

## PENDAHULUAN

Hipertensi salah satu penyakit kronis yang merupakan tantangan kesehatan global karena prevalensinya yang tinggi. Secara global WHO (*World Health Organization*) memperkirakan penyakit tidak menular menyebabkan sekitar 60% kematian dan 43% kesakitan di seluruh dunia. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan prevalensi hipertensi mengalami kenaikan jika dibandingkan dengan Riskesdas 2013 sebanyak 8,3% ([Kurniawan, 2010](#)). Hipertensi meningkat seiring bertambahnya usia pada kelompok usia lansia dan lebih besar pada kelompok perempuan. Terjadinya hipertensi pada perempuan lebih meningkat dibandingkan dengan pria yang diakibatkan faktor hormonal. Penderita prehipertensi dan hipertensi dianjurkan menerapkan gaya hidup sehat. Kejadian hipertensi bisa merusak dinding pembuluh darah yang bisa dengan mudah akan menyebabkan penyumbatan bahkan pecahnya pembuluh darah di otak ([Laily, 2017](#))

Data WHO pada tahun 2015 menunjukkan 1,3 milyar penduduk di dunia menderita hipertensi ([Cloutier, Morris, Bruneau, McLean, & Campbell, 2013](#)), yang berarti 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi dan hanya 36,8% yang melaksanakan terapi farmakologis. Prevalensi hipertensi diprediksi akan terus meningkat setiap tahunnya dan diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 milyar penderita hipertensi.

Terjadi perbedaan prevalensi hipertensi antara negara ekonomi berkembang yaitu 40% dan negara maju yaitu 35%. Keberhasilan suatu pengobatan tidak hanya dipengaruhi oleh kualitas pelayanan kesehatan, sikap dan keterampilan petugasnya, sikap dan pola hidup pasien serta keluarganya, tetapi dipengaruhi juga oleh kepatuhan pasien terhadap pengobatannya ([Nengrum & Wahyudi, 2019](#)). Salah satu manfaat dari pemberian informasi obat adalah meningkatkan kepatuhan pasien dalam penggunaan obat yang rasional oleh pasien sehingga angka kematian dan kerugian (baik biaya maupun hilangnya produktivitas) dapat ditekan ([Dianita, Kusuma, & Septianingrum, 2017](#)). Puskesmas adalah fasilitas pelayanan kesehatan yang menyelenggarakan upaya kesehatan masyarakat dan upaya kesehatan perseorangan tingkat pertama, dengan lebih mengutamakan upaya promotif dan preventif (Ramadhan, Muhafidin, & Miradhia, 2021) untuk mencapai derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya di wilayah kerjanya ([Setiyabudi & Yuliarti, 2017](#)). Puskesmas Denpasar Utara merupakan salah satu puskesmas di kota Denpasar. Berdasarkan Data Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS) tahun 2016 jumlah penduduk Puskesmas Denpasar Utara sebesar 47.091 jiwa yang terdiri dari penduduk laki-laki sebanyak 23.075 jiwa dan penduduk perempuan sebanyak 24.016 jiwa.

Konseling merupakan salah satu tindakan tatalaksana terapi pasien hipertensi untuk mencapai tujuan terapi (Shaleha, Sumiwi, & Levita, 2019). Konseling terhadap penderita diharapkan mampu memberikan perubahan perilaku agar bisa patuh dalam mengkonsumsi obat yang telah diberikan sehingga tekanan darah dapat terkontrol. Oleh karena itu diperlukan konseling sebagai salah satu upaya untuk mengedukasi dan memantau pengobatan pasien guna mencapai hasil terapi yang optimal dengan harapan adanya perubahan perilaku pasien terutama peningkatan kepatuhan pasien selama pengobatan. Melihat hal tersebut, upaya pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular perlu menjadi perhatian bersama ([Nugraheni & Hartono, 2018](#)). Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk memberikan informasi terkait penggunaan obat kepada pasien hipertensi lansia di Puskesmas Denpasar Utara, sehingga pasien akan patuh minum obat, menjaga gaya hidup, mengelola stres serta melakukan olahraga secara teratur.

## METODE

Berdasarkan latar belakang di atas, metode pelaksanaan yang digunakan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu dengan:

1. Pemeriksaan tekanan darah
2. Pemberian informasi penggunaan obat oleh tenaga farmasi.

Pihak Puskesmas Denpasar Utara juga mengadakan senam Prolanis yang dilaksanakan setiap minggu, yang diikuti oleh pasien hipertensi dan diabetes melitus, atau peserta lain yang ingin mengikuti kegiatan senam tersebut. Jumlah peserta mencapai 70 orang, namun tidak semua dari mereka yang mengikuti kegiatan ini secara rutin. Selain pemberian informasi obat, pasien hipertensi juga diberikan konseling. Selain kegiatan senam, pihak Puskesmas juga mengadakan safari kesehatan bekerjasama dengan Dinas kesehatan atau lembaga pemerintah lainnya. Kegiatan ini sangat membantu masyarakat dalam meningkatkan kesehatan dan kualitas hidup pasien hipertensi.

**Tabel 1**  
**Tabel Tahapan Pelaksanaan Kegiatan**

No	Kegiatan	Hasil	Keterangan
1	Pemeriksaan tekanan darah	Tekanan darah terkontrol	
2	Informasi obat hipertensi	Pasien memahami penggunaan obat, patuh minum obat	
3	Senam bersama	Tekanan darah terkontrol	

Materi Konseling yang diberikan yaitu :

- a. Riwayat penyakit, obat, dan menjelaskan upaya yang bisa dilakukan untuk menurunkan tekanan darah seperti olahraga ringan, makanan yang dihindari dan memberikan kesempatan untuk pasien bertanya berkaitan dengan penyakit dan obat.
- b. Menjelaskan tentang obat yang didapatkan, fungsi dan kandungan obat, aturan minum obat, efek samping obat, kontraindikasi dan bagaimana bila obat lupa diminum.
- c. Pentingnya kontrol secara rutin, olahraga yang teratur, pola hidup sehat dengan makan yang baik dan istirahat yang cukup serta menjaga pikiran agar tidak stres.
- d. Bila pasien merokok, perlu dijelaskan bahwa merokok dapat memperparah penyakit.
- e. Bila pasien minum alkohol, perlu dijelaskan bahaya alkohol pada pasien yang mempunyai penyakit hipertensi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini dilakukan secara tatap muka saat dilakukan senam setiap minggunya. Untuk pasien hipertensi dengan fasilitas kesehatan di puskesmas ini, pasien juga melakukan kontrol setiap dua minggu sekali, untuk dilakukan pemeriksaan tekanan darah dan mendapatkan obat hipertensi. Pasien hipertensi juga mengikuti senam setiap minggunya, peserta sejumlah 49 orang, di mana 11 orang laki-laki dan 38 wanita, akan dicek tekanan darahnya sebelum dan sesudah senam, sambil diberikan informasi terkait obat dan penyakit pasien. Dengan demikian, diharapkan tekanan darah pasien bisa terkontrol dengan baik.

Senam yang dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi yaitu senam jantung sehat. Senam jantung sehat adalah olahraga yang mempunyai tujuan untuk menyehatkan jantung.

Olahraga ini berintikan olahraga aerobik ditambah dengan olahraga yang dapat memberikan kelenturan, kekuatan dan peningkatan otot-otot secara mudah, murah, meriah, masal dan manfaat serta aman (Perdana & Maliya, 2017). Cara menjaga kesehatan fisik lansia melalui pemeriksaan kesehatan secara rutin dimana cek kesehatan secara rutin merupakan salah satu langkah yang penting dilakukan untuk memelihara kondisi tubuh. Pemeriksaan kesehatan oleh lansia pada dasarnya adalah mendeteksi dini penyakit atau berusaha untuk mencegah penyakit dari terjadi. Pasien juga ada yang kurang menjaga pola hidup, diet garam ataupun melakukan olahraga secara teratur. Kebanyakan dari mereka ikut senam prolanis dengan tujuan berolahraga namun senam prolanis di puskesmas dilakukan satu kali seminggu sehingga perlu disarankan kepada pasien untuk melakukan olahraga selain senam bersama.



**Gambar 1**  
**Foto Kegiatan**

Dalam melakukan komunikasi, informasi dan edukasi tidak semua pasien memahami tentang apa yang dijelaskan oleh Apoteker terkait obat yang diminum. Hal ini dikarenakan beberapa lansia memiliki daya tangkap materi, pemahaman bahasa Indonesia dimana masyarakat lebih sering menggunakan bahasa daerah dan tingkat pendidikan yang beragam. Menurut (Tjekyan & Zulkarnain, 2017) dalam memberikan penyuluhan terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan suatu penyuluhan, diantaranya adalah pendidikan, sosial ekonomi, adat istiadat, kepercayaan masyarakat, ketersediaan waktu.

## **SIMPULAN**

Program kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat diselenggarakan dengan baik dan berjalan dengan lancar sesuai dengan rencana kegiatan yang telah disusun meskipun belum semua peserta menguasai dengan baik atas konseling yang diberikan. Kegiatan pemeriksaan tekanan darah, pemberian informasi obat hipertensi dan senam bersama yang dilakukan seminggu sekali ini mendapat sambutan sangat baik terbukti dengan keaktifan peserta mengikuti rangkaian acara sampai selesai.

## **DAFTAR PUSTAKA**

---

- Cloutier, Lyne, Morris, Dorothy, Bruneau, Jill, McLean, Donna, & Campbell, Norm. (2013). World Health Organization celebrates world health day, April 7, 2013--focusing on hypertension. *Canadian Journal of Cardiovascular Nursing= Journal Canadien En Soins Infirmiers Cardio-Vasculaires*, 23(2), 9–11. <https://doi.org/10.35790/jbm.4.2.2012.755>
- Dianita, Puspita Septie, Kusuma, Tiara Mega, & Septianingrum, Ni Made Ayu Nila. (2017). [Evaluasi penerapan standar pelayanan kefarmasian di puskesmas kabupaten Magelang berdasarkan Permenkes RI no. 74 tahun 2016](#). *URECOL*, 2(1), 125–134.
- Kurniawan, Indra. (2010). [Diabetes melitus tipe 2 pada usia lanjut](#). *Majalah Kedokteran Indonesia*, 60(12), 576–584.
- Laily, Siti Rohmatul. (2017). [Hubungan karakteristik penderita dan hipertensi dengan kejadian stroke iskemik](#). *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 5(1), 48–59.
- Nengrum, Lilis Sulistiya, & Wahyudi, Angga Setya. (2019). Pengaruh Penerapan Chronic Condition Self-Management (CCSM) Terhadap Kepatuhan Pengobatan Pasien Hipertensi Peserta Prolanis BPJS di Malang Jawa Timur. *Borneo Journal of Medical Laboratory Technology*, 1(2), 82–86. <https://doi.org/10.33084/bjmlt.v1i2.716>
- Nugraheni, Wahyu Pudji, & Hartono, Risky Kusuma. (2018). Strategi penguatan program posbindu penyakit tidak menular di kota Bogor. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(3), 198–206. <https://doi.org/10.26553/jikm.2018.9.3.198-206>
- Perdana, Revansia Missi, & Maliya, Arina. (2017). [Senam Ergonomik dan Aerobic Low Impact Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi](#). *Jurnal Berita Ilmu Keperawatan*, 10(2), 8–19.
- Ramadhan, Fhirman, Muhafidin, Didin, & Miradhia, Darto. (2021). KUALITAS PELAYANAN KESEHATAN PUSKESMAS IBUN KABUPATEN BANDUNG. *JANE-Jurnal Administrasi Negara*, 12(2), 58–63. <https://doi.org/10.24198/jane.v12i2.28684>
- Setiyabudi, Ragil, & Yuliarti, Yuliarti. (2017). Identifikasi kesalahan penyajian data pada profil kesehatan kabupaten/kota di Indonesia. *MEDISAINS*, 14(3). <http://dx.doi.org/10.30595/medisains.v14i3.1617>
- Shaleha, Resha Resmawati, Sumiwi, Sri Adi, & Levita, Jutti. (2019). Pengaruh Konseling Terhadap Kepatuhan Minum Obat Dan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Terapi Kombinasi Di Poliklinik Tasikmalaya. *Jurnal Sains Dan Teknologi Farmasi Indonesia*, 8(2). <http://dx.doi.org/10.30595/medisains.v14i3.1617>
- Tjekyan, R. M. Suryadi, & Zulkarnain, M. (2017). [Faktor–faktor risiko dan angka kejadian hipertensi pada penduduk Palembang](#). *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8(3), 180–191.