

EDUKASI PENYAKIT HIPERTENSI DAN KOMPLIKASINYA PADA POSYANDU LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MENGWI I, KABUPATEN BADUNG

D. R. Kusuma¹, P. D. Aryawangsa², A. B. S. Satyarsa³ dan P. Aryani⁴

ABSTRAK

Hipertensi kini menjadi masalah global karena prevalensinya yang terus meningkat sejalan dengan pertambahan usia dan perubahan gaya hidup seperti merokok, obesitas, inaktivitas fisik dan stres psikososial. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2013, bahwa prevalensi hipertensi pada lansia meningkat seiring dengan peningkatan kelompok umur; yaitu pada usia 55-64 tahun didapatkan prevalensi hipertensi sebesar 45,9%, sedangkan pada kelompok usia 65-74 tahun dan diatas 74 tahun didapatkan prevalensi berturut-turut sebesar 57,6% dan 63,8%. Penatalaksanaan hipertensi seperti kepatuhan diet, kepatuhan minum obat hipertensi, dan modifikasi lingkungan merupakan hal penting yang dapat mengontrol hipertensi pada lansia yang selanjutnya dapat mencegah terjadinya komplikasi. Dalam melaksanakan manajemen hipertensi ini, dukungan dan motivasi kepada lansia penting dilakukan oleh berbagai pihak mulai dari keluarga, petugas kesehatan hingga masyarakat. Upaya untuk meningkatkan pemahaman lansia mengenai penyakit hipertensi dan komplikasinya salah satunya dapat dilakukan melalui kegiatan senam sehat pada saat diselenggarakannya Posyandu Lansia. Selain itu, edukasi yang dilakukan oleh dokter muda kepada lansia secara informatif diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran lansia untuk mengikuti manajemen hipertensi yang disarankan sehingga diharapkan tekanan darah lansia dapat tetap terkontrol dan terhindar dari terjadinya komplikasi.

Kata kunci : Hipertensi, Lansia, Posyandu Lansia dan Promosi Kesehatan Masyarakat.

ABSTRACT

Hypertension is a global problem because its prevalence continues to increase with age and lifestyle changes such as smoking, obesity, physical inactivity and psychosocial stress. Based on the 2013 Riskesdas record, that the prevalence of hypertension in the elderly increases with increasing age groups; that is, at the age of 55-64 years is 45.9%, while in the age group 65-74 years and above 74 years the prevalence is 57.6% and 63.8% respectively. Management of hypertension such as diet compliance, adherence to taking hypertension medication, and environmental modification are important things that can control hypertension which can further prevent complications. In implementing this management of hypertension, it is important to support and motivate the elderly by various parties ranging from families, health workers to the community. One of the efforts to increase the understanding of the elderly about hypertension and its complications can be done through healthy exercise activities at the holding of the Posyandu Elderly. In addition, education carried out by young doctors to the elderly informally is expected to increase the understanding and awareness of the elderly to follow the recommended hypertension management so that it is expected that the elderly's blood pressure can remain controlled and avoid complications.

Keywords: Elderly, Hypertension, Elderly Integrated Healthcare Center and Public Health Promotion.

¹ Fakultas Kedokteran Universitas Udayana, dianreginalda@gmail.com

² Fakultas Kedokteran Universitas Udayana, putudhanuaryawangsa@gmail.com

³ Fakultas Kedokteran Universitas Udayana, asatyarsa@gmail.com

⁴ Bagian Ilmu kedokteran Komunitas-Ilmu Kedokteran Pencegahan, Fakultas Kedokteran Universitas Udayana, aryanicomprev@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Meningkatnya prevalensi penyakit kardiovaskuler dan penyakit degeneratif setiap tahun menjadi masalah utama di negara berkembang dan negara maju (Darmawan dkk., 2018; Satyarsa dkk., 2019). Berdasarkan data Global Burden of Disease (GBD) tahun 2015, 50% dari penyakit kardiovaskuler disebabkan oleh hipertensi (Nuryanto dan Adiana, 2019).

Hipertensi kini menjadi masalah global karena prevalensinya yang terus meningkat sejalan dengan perubahan gaya hidup seperti merokok, obesitas, inaktivitas fisik dan stres psikososial. Hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah persisten dengan tekanan sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan diastolik ≥ 90 mmHg (Udayana, 2013).

Menurut *World Health Organization* (WHO) dan *The International Society of Hypertension* (ISH), saat ini terdapat 600 juta penderita hipertensi di seluruh dunia, dan 3 juta di antaranya meninggal setiap tahunnya (Sitompul, 2018). Tujuh dari setiap 10 penderita tersebut tidak mendapatkan pengobatan secara adekuat. Di Indonesia masalah hipertensi cenderung meningkat. Hasil SKRT (Survei Kesehatan Rumah Tangga) tahun 1995-2015 menunjukkan penyakit kardiovaskuler merupakan penyakit nomor satu penyebab kematian di Indonesia dan sekitar 20–35% dari kematian tersebut disebabkan oleh hipertensi (Wandra dkk., 2018, Satyarsa, 2019).

Hipertensi merupakan salah satu penyakit degeneratif. Risiko hipertensi meningkat seiring dengan pertambahan usia. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2013 mengungkapkan bahwa hipertensi merupakan penyakit yang paling banyak diderita oleh lansia. Prevalensi hipertensi pada lansia meningkat seiring dengan peningkatan kelompok umur. Pada usia 55-64 tahun didapatkan prevalensi hipertensi sebesar 45,9%, sedangkan pada kelompok usia 65-74 tahun dan diatas 74 tahun didapatkan prevalensi berturut-turut sebesar 57,6% dan 63,8% (Riskesdas, 2013).

Hipertensi adalah keadaan peningkatan tekanan darah yang dapat memberikan gejala yang bervariasi pada masing-masing individu dan sering kali gejalanya tidak spesifik atau menyerupai penyakit lain (Thomas dkk., 2014). Hal inilah yang menyebabkan hipertensi dikatakan sebagai silent killer karena sering kali tidak memberikan gejala dan cenderung dibiarkan tidak terkontrol (Satryasa dkk., 2018). Tekanan darah yang dibiarkan tinggi dalam waktu yang cukup lama dapat menimbulkan kerusakan organ tubuh lain seperti stroke (untuk otak), penyakit jantung koroner (untuk pembuluh darah jantung) dan left ventricle hypertrophy (untuk otot jantung). Komplikasi stroke inilah yang sering kali menjadi penyebab kematian seseorang yang memiliki hipertensi (Dodani, 2011; Balqis, 2019).

Penatalaksanaan hipertensi seperti kepatuhan diet, kepatuhan minum obat hipertensi, dan modifikasi lingkungan merupakan hal penting yang dapat mengontrol hipertensi pada lansia yang selanjutnya dapat mencegah terjadinya komplikasi (Andria, 2013; Brahmantya dan Adiputra, 2018). Dalam melaksanakan manajemen hipertensi ini, dukungan dan motivasi kepada lansia penting dilakukan oleh berbagai pihak mulai dari keluarga, petugas kesehatan hingga masyarakat (kader posyandu lansia) (Nuryanto dan Adiana, 2019).

Promosi kesehatan memang selama ini lebih difokuskan pada kelompok berisiko yang belum terkena penyakit (Gondodiputro, 2007; Sutedja, 2010). Namun, bukan berarti kelompok yang sudah menderita penyakit tidak mendapat perhatian untuk diedukasi (Candrasari, 2010; Nuridayanti dkk., 2018). Upaya untuk meningkatkan pemahaman lansia mengenai penyakit hipertensi dan komplikasinya salah satunya dapat dilakukan melalui kegiatan Pendidikan Kesehatan Masyarakat (PKM). Pemberian edukasi yang dilakukan oleh dokter muda kepada lansia diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran lansia untuk mengikuti manajemen hipertensi yang disarankan sehingga diharapkan tekanan darah lansia dapat tetap terkontrol dan

terhindar dari terjadinya komplikasi. Pelaksanaan kegiatan promosi kesehatan ini memiliki manfaat baik bagi dinas kesehatan setempat dan masyarakat sebagai berikut. Manfaat bagi dinas kesehatan yakni memberikan sumbangan pelaksanaan kegiatan pendidikan kesehatan bagi kelompok lansia dalam mengontrol kejadian hipertensi ini. Manfaat yang didapatkan oleh masyarakat yakni tambahan informasi mengenai upaya mencegah kejadian komplikasi penyakit hipertensi pada lansia sehingga dapat meningkatkan kualitas hidupnya (Nuridayanti dkk., 2018; Nuryanto dan Adiana, 2019).

Berdasarkan data UPT Puskesmas Mengwi I tahun 2018 didapatkan kecenderungan serupa dimana kasus penyakit hipertensi primer menjadi nomor satu kasus sakit masyarakat di wilayah kerja puskesmas dengan jumlah sebanyak 1307 orang atau sekitar 16,5% dari 10 kasus terbanyak. Jika data ini dibandingkan dengan tahun 2017 dan tahun 2016, jumlah kasus hipertensi primer di wilayah kerja puskesmas meningkat setiap tahunnya. Sebagian besar penderita hipertensi di Puskesmas Mengwi I merupakan lansia yang diketahui dari hasil survei menyeluruh rumah tangga di wilayah kerja dalam program PISPK atau singkatan dari Program Indonesia Sehat-Pendekatan Keluarga (Ramachandran dan Aryani, 2018). Diperoleh bahwa Desa Sembung yang memiliki kasus hipertensi yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan desa lainnya. Kasus hipertensi ini didominasi dari kelompok lansia. Hal tersebut tercermin dalam pelaksanaan posyandu lansia pada bulan Mei yang mencatat bahwa sekitar 70% lansia memiliki penyakit hipertensi. Dengan demikian, kami tertarik melakukan edukasi kepada Lansia dan kader posyandu lansia beserta keluarga lansia untuk memahami masalah hipertensi dan upaya pengobatan dalam mencegah risiko komplikasi yang terjadi.

2. METODE PELAKSANAAN

Tujuan pelaksanaan

Tujuan umum dari penyuluhan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman bagi lansia mengenai hipertensi dan hal-hal yang dapat memperburuk kondisi hipertensi serta kepatuhan minum obat hipertensi pada kelompok bina keluarga lansia sehingga terwujud kualitas hidup lansia penderita hipertensi yang lebih baik.

Adapun tujuan khusus pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut.

1. Meningkatkan pemahaman lansia tentang faktor risiko penyakit hipertensi.
2. Meningkatkan pemahaman lansia tentang upaya non-farmakologis untuk mengobati hipertensi.
3. Meningkatkan pemahaman dan kesadaran lansia tentang pentingnya mengonsumsi obat hipertensi secara teratur.
4. Meningkatkan pemahaman lansia mengenai komplikasi akibat penyakit hipertensi.

Kelompok sasaran

Kelompok sasaran program ini adalah kelompok bina keluarga lansia di Desa Sembung, Kecamatan Mengwi, Kabupaten Badung. Kegiatan ini menasar usia lansia dikarenakan tingginya angka hipertensi pada lansia di Desa Sembung dan permasalahan yang ada pada lansia di Desa Sembung yaitu kurangnya pemahaman mengetahui faktor-faktor yang dapat memperburuk kondisi hipertensi dan masih ada lansia yang tidak melaksanakan pengobatan secara rutin dan bertahap. Selain itu, Desa Sembung juga merupakan desa di posisi utara yang jauh dari puskesmas utama dan masih banyak banjar di desa ini masuk ke dalam dan jalan yang kecil. Banjar Karangjung sebagai tempat pelaksanaan kegiatan dipilih karena lokasi yang strategis di jalan utama dan berada di tengah yang dapat memudahkan kelompok lansia hadir dalam pelaksanaan kegiatan PKM ini.

Strategi pelaksanaan

a. Persiapan penyuluhan

Persiapan penyuluhan terdiri dari beberapa bagian antara lain:

1. Berdiskusi dengan pemegang program Promosi Kesehatan dan program Posyandu Lansia di UPT Puskesmas Mengwi I.
2. Survei tempat dan meminta izin dari Kepala UPT Puskesmas Mengwi, Kepala Desa Sembung dan Kelian Banjar Adat Kerangjung.
3. Penyusunan materi penyuluhan dalam bentuk poster publik yang menarik dan informatif serta pembagian pamflet untuk dibawa pulang.

b. Tempat dan waktu pelaksanaan

Hari/Tanggal : Rabu, 29 Mei 2019
Waktu : 08.30 – 10.30 WITA
Tempat : Balai Banjar Kerangjung, Desa Sembung, Mengwi, Badung

c. Pelaksanaan penyuluhan

Adapun pelaksanaan kegiatan sebagai berikut.

1. Tim pelaksana program meminta izin dari pihak pemegang program Posyandu Lansia serta Klian Banjar Kerangjung.
2. Tim pelaksana berkoordinasi dengan kader lansia untuk mengkoordinir kelompok lansia agar berkumpul bersama di aula banjar.
3. Tim pelaksana memperkenalkan diri bersama dengan tim posyandu lansia kepada kelompok lansia beserta keluarga dan menjelaskan tujuan kegiatan PKM.
4. Pemaparan materi selama 15 menit mengenai penyakit Hipertensi dan kepatuhan minum obat hipertensi kepada kelompok lansia.
5. Pelaksanaan senam lansia untuk menghilangkan stress setelah pemaparan materi.
6. Evaluasi dengan mengadakan sesi diskusi dua arah antara pemberi materi dengan audiensi. Menilai pemahaman dari kelompok lansia terhadap informasi yang diperoleh.

Materi penyuluhan

Adapun materi penyuluhan yang diberikan adalah sebagai berikut (Nuridayanti, 2018).

1. Pengertian Hipertensi.
2. Penyebab Hipertensi, terdiri dari faktor yang tidak dapat dikontrol dan faktor yang dapat dikontrol.
3. Tanda dan gejala Hipertensi.
4. Perawatan keluarga pada lansia Hipertensi.
5. Pengobatan Hipertensi.
6. Komplikasi Hipertensi.
7. Kepatuhan Minum Obat Hipertensi.

Metode penyuluhan

Program penyuluhan ini dilakukan di dalam aula Banjar Kerangjung, Desa Sembung dengan metode audiovisual yaitu pemaparan materi menggunakan poster publik disertai penjelasan lisan dan pembagian leaflet. Penyuluhan juga dilakukan secara interaktif agar peserta penyuluhan tidak bosan. Penyuluhan juga disertai dengan sesi tanya jawab dengan lansia. Selain itu, setelah

EDUKASI PENYAKIT HIPERTENSI DAN KOMPLIKASINYA

pelaksanaan kegiatan dilaksanakan senam lansia untuk menghilangkan stress lansia agar dapat meningkatkan kualitas hidup lansia itu sendiri (Gondodiputro, 2007; Sutedja, 2010; Nuryanto dan Adiana, 2019).

Sebelum penyuluhan, dilaksanakan pemeriksaan kesehatan gratis yakni pemeriksaan tekanan darah, pemeriksaan asam urat dan kolesterol untuk menarik minat lansia menghandiri dan mengikuti penyuluhan dengan baik sehingga diharapkan materi dapat diimplementasikan setelah selesai penyuluhan ini.

Media penyuluhan

Dalam menunjang dan mempermudah penyampaian materi, kami menggunakan beberapa media antara lain (Amalia, 2013):

1. Materi presentasi berupa poster publik dan leaflet yang berisi gambar-gambar untuk membuat materi lebih menarik sehingga lebih mudah dimengerti oleh lansia.
2. Pelaksanaan pemeriksaan kesehatan baik cek tensi dan pemeriksaan glukosa, asam urat dan kolesterol gratis oleh pemegang program posyandu lansia beserta kader lansia.
3. Bingkisan untuk kelompok bina keluarga lansia yang hadir dan ikut aktif dalam pelaksanaan promosi kesehatan.
4. Senam sehat lansia sebagai penutup pelaksanaan kegiatan oleh pemegang program posyandu lansia.

Rencana evaluasi kegiatan

a. Evaluasi proses

1. Indikator penilaian
 - a) Dukungan dari pihak Puskesmas Mengwi I dalam membantu menghubungi Klian Banjar Kerangjung dalam bentuk penyediaan waktu dan tempat pelaksanaan penyuluhan.
 - b) Dukungan dari pihak kader lansia desa untuk mengumpulkan lansia di aula Banjar Keranjung.
 - c) Ketepatan durasi waktu pelaksanaan yaitu selama 1 jam 30 menit.
 - d) Sarana yang dipergunakan untuk penyuluhan berupa poster publik dan leaflet mengenai hipertensi dan kepatuhan minum obat hipertensi sudah dipersiapkan.
 - e) Kehadiran peserta diharapkan 80% yaitu berjumlah 40 orang dan tidak ada peserta yang meninggalkan tempat penyuluhan selama kegiatan berlangsung.
 - f) Peserta penyuluhan memperhatikan materi yang diberikan.
 - g) Selama proses penyuluhan terjadi interaksi antara penyuluh dengan sasaran.
2. Waktu penilaian
Penilaian dilakukan sebelum, selama, dan sesudah pelaksanaan
3. Cara pelaksanaan
Dengan mengamati pelaksanaan.
4. Penilai
Dokter muda FK Unud.

b. Evaluasi hasil

1. Indikator penilaian

- a) Terdapatnya pertanyaan dari peserta yang diajukan selama sesi penyuluhan berlangsung yang menandakan peserta menyimak materi penyuluhan.
 - b) Peserta penyuluhan mampu menjelaskan kembali faktor risiko hipertensi, upaya non-farmakologis dan farmakologis untuk mengontrol hipertensi, serta komplikasi hipertensi.
 - c) Peserta penyuluhan yang mengalami hipertensi memiliki kesadaran untuk meminum obat hipertensi secara teratur.
2. Waktu penilaian
Waktu penilaian dilakukan selama dan sesudah penyuluhan.
 3. Cara penilaian
Menanyakan secara spontan terhadap peserta penyuluhan
 4. Penilai
Dokter muda FK Unud

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pelaksanaan kegiatan

Penyuluhan dilakukan oleh tiga orang dokter muda dan pemegang program posyandu lansia. Dua orang dokter muda menjadi pemberi materi dan satu orang menjadi fasilitator, dokumentasi serta time keeper. Kegiatan penyuluhan ini didampingi oleh perwakilan dari UPT Puskesmas Mengwi I, kader posyandu lansia serta Klian Banjar Adat Kerangjung. Peserta yang hadir adalah kelompok bina keluarga lansia di Banjar Kerangjung, Desa Sembung, Mengwi. Pelaksanaan kegiatan dimulai pada pukul 08.30 WITA.

Saat pelaksanaan kegiatan, tim penyuluh datang pukul 07.30 WITA ditemani oleh Ibu Tu Aryani dan Ibu Luh De sebagai pemegang posyandu lansia serta wakil dari UPT Puskesmas Mengwi I. Sesampainya di lokasi kegiatan, kami diterima langsung oleh Klian Banjar Adat Kerangjung didampingi oleh Ketua Kelompok Bina Keluarga Lansia “Werda Dana” Banjar Kerangjung. Kemudian tim penyuluh melakukan persiapan di aula Banjar yang digunakan sebagai tempat pelaksanaan kegiatan. Sebelum pelaksanaan penyuluhan dilaksanakan pemeriksaan kesehatan oleh kader posyandu lansia didampingi oleh pemegang program posyandu lansia serta dokter muda.



Gambar 1. Pemeriksaan Kesehatan Lansia sebelum Pelaksanaan Edukasi Kesehatan di Banjar Kerangjung, Desa Sembung, Kecamatan Mengwi, Badung.

EDUKASI PENYAKIT HIPERTENSI DAN KOMPLIKASINYA

Kegiatan dimulai sekitar pukul 08.30 WITA dengan jumlah peserta sebanyak 51 orang. Sebelum memberi materi, tim penyuluh memperkenalkan diri terlebih dahulu kepada peserta dan menjelaskan tujuan dari kegiatan penyuluhan tersebut. Penyampaian materi disampaikan dengan 2 cara, yaitu pemaparan materi mengenai hipertensi dan kepatuhan minum obat hipertensi oleh dokter muda dan pembagian pamflet kepada audiensi. Pemberian materi berlangsung secara dua arah. Para lansia sangat antusias dalam menerima materi yang diberikan.

Setelah memberikan materi, tim penyuluh memberikan pertanyaan terkait dengan materi yang diberikan lalu meminta peserta angkat tangan apabila dapat menjawab pertanyaan. Lalu peserta yang angkat tangan diminta untuk menjawab pertanyaan sesuai dengan pemahamannya. Kemudian, peserta yang sudah menjawab pertanyaan diberikan hadiah sebagai wujud apresiasi atas respon positifnya terhadap penyuluhan yang diberikan. Kegiatan dilanjutkan dengan senam sehat lansia dan bersukaria oleh pemegang program posyandu lansia dari puskesmas. Akhir dari kegiatan penyuluhan ini ditutup dengan foto bersama tim penyuluh dengan pemegang program posyandu lansia dan para kader posyandu lansia.



Gambar 2. Pemberian Edukasi Penyakit Hipertensi dan Penanganannya dengan pendekatan yang informatif melalui media poster kepada Lansia di Banjar Keranjung, Desa Sembung, Kecamatan Mengwi, Badung.

Hasil evaluasi kegiatan

Evaluasi pelaksanaan kegiatan ini dapat dilihat dari beberapa aspek, yaitu dari segi proses berlangsungnya kegiatan dan dari perbandingan antara hasil penilaian pengetahuan peserta sebelum kegiatan dan setelah kegiatan berlangsung. Proses pelaksanaan PKM ini berjalan dengan sangat baik karena mendapat dukungan dari pihak UPT Puskesmas Mengwi I. Dukungan tersebut terlihat dalam bentuk bantuan yang diberikan dalam proses pelaksanaan penyuluhan yaitu mendampingi selama berjalannya PKM, berkoordinasi dengan pihak kelompok bina keluarga usia lanjut lansia Desa Sembung, memberikan masukan tentang berlangsungnya kegiatan, menyediakan microphone dan loud speaker sebagai prasarana penyuluhan. Dukungan terhadap kegiatan ini juga didapatkan dari pihak Klian Banjar Adat Keranjung yang memberikan waktu dan kesempatan sehingga kegiatan ini dapat terlaksana, membantu mengumpulkan peserta, dan menyediakan aula sebagai tempat pelaksanaan kegiatan serta peralatan lain yang dibutuhkan untuk kegiatan.

Kegiatan penyuluhan berlangsung kurang lebih selama 1 jam sesuai dengan perkiraan waktu yang telah direncanakan sebelumnya. Jumlah peserta yang hadir adalah kelompok bina keluarga lansia di Desa Sembung sebanyak 51 orang.

Proses berjalannya diskusi yang telah berlangsung dapat dilaporkan bahwa diskusi terjadi secara dua arah. Penilaian keberhasilan dinilai ketika sesi diskusi berlangsung, peserta diminta secara acak

untuk menjawab setiap pertanyaan yang diberikan dengan total 6 buah pertanyaan. Setiap pertanyaan dapat dijawab oleh lebih dari 1 peserta yang berpartisipasi untuk menjawab pertanyaan. Respon peserta juga terlihat sangat baik, peserta mengatakan bahwa kegiatan yang diberikan sangat menarik dan bermanfaat dalam menambah ilmu. Pihak kader lansia juga memberikan apresiasi yang baik terhadap kegiatan ini dan berharap di kemudian hari ada kegiatan lain yang diadakan oleh dokter muda Fakultas Kedokteran Universitas Udayana ataupun dari UPT Puskesmas Mengwi I.

Hambatan yang dirasakan salah satunya adalah kurangnya fokus peserta lansia secara menyeluruh dalam menerima materi penyuluhan yang diberikan. Hal ini disebabkan oleh adanya rekan sesama lansia yang mengajak bicara. Hambatan ini diatasi dengan cara menarik perhatian peserta, memberikan hadiah yang sebelumnya sudah disiapkan oleh tim penyuluh kepada peserta yang bisa menjawab pertanyaan yang diberikan, agar lansia dapat kembali fokus mendengarkan penyuluhan.

Manfaat yang dirasakan oleh tim penyuluh dalam pelaksanaan PKM ini adalah sebagai sarana latihan untuk menjadi penyuluh yang baik di masyarakat mulai dari pengumpulan materi, penguasaan materi, dan mengasah kemampuan bicara di depan orang agar dapat menarik perhatian dan dapat menyampaikan materi yang mudah dipahami oleh pendengar. Manfaat yang dirasakan oleh peserta adalah adanya suatu pemahaman baru mengenai penyakit hipertensi yang meliputi faktor risiko hipertensi, upaya pengobatan hipertensi nonfarmakologis, komplikasi yang dapat ditimbulkan oleh penyakit hipertensi serta peningkatan kesadaran pentingnya meminum obat hipertensi secara teratur.

4. KESIMPULAN

Kegiatan ini dilaksanakan dengan hasil yang baik dan responsif dari peserta yakni lansia. Proses persiapan hingga pelaksanaan kegiatan penyuluhan berjalan lancar dibantu oleh pihak puskesmas dan juga kader lansia. Selama penyuluhan dan setelah penyuluhan berlangsung, terdapat perubahan pengetahuan dari yang kurang paham menjadi lebih paham mengenai penyakit hipertensi, hal – hal yang dapat memperburuk penyakit hipertensi, upaya non-farmakologis untuk mengontrol hipertensi dan pentingnya minum obat hipertensi secara teratur untuk mencegah terjadinya komplikasi dari penyakit hipertensi. Berdasarkan hal tersebut dapat diperoleh beberapa saran yakni kepada kader posyandu lansia diharapkan kedepannya dapat membantu mengawasi hasil penerapan penyuluhan ini terutama kepatuhan minum obat hipertensi disetiap kegiatan posyandu lansia sehingga manfaat dari penyuluhan ini bisa dirasakan berkesinambungan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih penulis ucapkan kepada Ibu Tu Aryani dan Ibu Luh De sebagai pemegang posyandu lansia serta wakil dari UPT Puskesmas Mengwi I yang telah membimbing dan membantu pelaksanaan promosi Kesehatan ini. Selain itu juga, penulis juga mengucapkan terimakasih kepada Kepala UPT. Puskesmas Mengwi 1 yakni dr. dr. M. Ngurah Arya Yogie Kharsna, M.Kes, M.Biomed-AAM yang telah memberikan izin serta membimbing pelaksanaan Promosi Kesehatan Masyarakat ini, sehingga berjalan dengan baik. Terimakasih kepada lansia yang telah hadir dan berpartisipasi dalam pelaksanaan kegiatan ini. Tidak lupa juga penulis berterimakasih kepada Bapak Kepala Desa Sembung dan Bapak Kelian Banjar Keranjung yang telah memberikan izin melaksanakan kegiatan ini dan membantu selama proses pelaksanaan kegiatan ini berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

EDUKASI PENYAKIT HIPERTENSI DAN KOMPLIKASINYA

- Amalia, I.S. (2013). Evaluasi Media Poster Hipertensi Pada Pengunjung Puskesmas Talaga Kabupaten Majalengka. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*; 9(1).
- Andria, K.M. (2013). Hubungan antara perilaku olahraga, stress dan pola makan dengan tingkat hipertensi pada lanjut usia di posyandu lansia Kelurahan Gebang Putih Kecamatan Sukolilo Kota Surabaya. *Jurnal Promkes*, 1(2), pp.111-117.
- Balqis, S. (2019). Hubungan Lama Sakit dengan Kepatuhan Minum Obat pada Pasien Hipertensi di Dusun Depok Ambarketawang Gamping Sleman Yogyakarta (Doctoral dissertation, Universitas' Aisyiyah Yogyakarta).
- Brahmantya, I. B. Y., & Adiputra, P. A. T. (2018). Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Siswa Sekolah Menengah Atas Di Kota Denpasar Terkait Pencegahan Penyakit Kanker Kolorektal. *E-Jurnal Medika Udayana*, 7(12):1-5.
- Candrasari dan Widyasari. (2010). Pengaruh Pendidikan tentang Hipertensi terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Lansia di Desa Makamhaji Kartasura Sukoharjo. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Darmawan, I. P. G. P., Satyarsa, A. B. S., Sari, N. N. S., Suryantari, S. A., & Budiana, I. N. G. (2018). General profile of cervical cancer patients in sanglah general hospital-bali from january 2016 to december 2017. In *international journal of gynecological cancer* (Vol. 28, pp. 265-265). British med assoc house, tavistock square, london wc1h 9jr, england: bmj publishing group.
- Dodani, S. (2011). Partisipatif Berbasis Masyarakat untuk Pengendalian dan Pencegahan Hipertensi di Gereja-gereja Afrika Amerika. Pusat Pos Polio Rehabilitasi, 2308 W, 127 Street, Leawood, KS 66209, USA.
- Gondodiputro, S. (2007). Perencanaan Promosi Kesehatan Pencegahan Penyakit Tidak Menular di Puskesmas.
- Nuridayanti, A., Makiyah, N. dan Rahmah, R. (2018). Pengaruh Edukasi terhadap Kepatuhan Minum Obat Penderita Hipertensi di Pos Pembinaan Terpadu Kelurahan Mojo Kota Kediri Jawa Timur. *Jurnal Kesehatan Karya Husada (JKKH)*, 6(1).
- Nuryanto, K. dan Adiana, N., (2019). Dukungan Sosial dan Perilaku Promosi Kesehatan pada Lansia dengan Hipertensi. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 1(2), pp.151-159.
- Ramachandran, V., & Aryani, P. (2018). Association between educational level and hypertension with decrease of cognitive function among elderly at Puskesmas Mengwi I. *Intisari Sains Medis*, 9(1), 43-48.
- Riskesdas. (2013). Riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2013. Lap. Nas, pp.1-384.
- Satryasa, Suryantari, Pratama, G. M. C. T., Hartawan, I. G. R. M., & Muliarta, I. M. (2018). Potensi Pranayama Dalam Meditasi Raja Yoga Sebagai Modalitas Pencegahan Serta Terapi Komplementer Pada Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK). *Essential: Essence of Scientific Medical Journal*, 16(1), 21-29.
- Satyarsa, A. B. (2019). Potential Effects of Alkaloid vindolicine Substances in Tapak Dara Leafs (*Catharanthus roseus* (L.) G. Don) in Reducing Blood Glucose Levels. *Journal of Medicine and Health*, 2(4):1009-19.
- Satyarsa, A. B. S., Suryantari, S. A. A., Gumilang, P. G. A., & Dewi, N. N. A. (2019). Potensi FuMA stem cells, kombinasi fukoidan dan Bone Marrow Stem Cells (BMSCs), sebagai penatalaksanaan mutakhir pada Infark Miokard Akut. *Intisari Sains Medis*, 10(1), 174-180.
- Sitompul, I.T.H., (2018). Pengaruh Health Self-Efficacy Terhadap Kepatuhan Minum Obat pada Pasien Hipertensi.
- Sutedja. (2010). Aspek Promotif dan Preventif Penyakit Kardiovaskuler.
- Thomas, N. S., Susanto, M., Sasmita, P. K., & Satya, A. R. (2014). Kontribusi Hipertensi dan Diabetes Mellitus Tipe 2 atau Keduanya terhadap Stroke Berulang. *Damianus Journal of Medicine*, 13(2), 110-116.
- Udayana, J.P., (2013). Kepatuhan mengonsumsi obat pasien hipertensi di Denpasar ditinjau dari kepribadian tipe A dan tipe B.
- Wandra T, Rufaunama dan Hidayat S. (2018). Deteksi dini faktor risiko penyakit jantung dan pembuluh darah berbasis masyarakat di Kabupaten Bireun Provinsi Aceh.