



Penggunaan media booklet pada kader untuk meningkatkan kepatuhan berobat penderita hipertensi

Daryono^{*)}, Cek Masnah

Published online: 21 November 2023

ABSTRACT

Sebagian besar pasien yang mengalami hipertensi ditemukan memiliki tingkat kepatuhan gaya hidup sehat yang tergolong rendah. Tidak patuhnya pasien hipertensi terhadap gaya hidup sehat mengakibatkan tidak terkontrolnya tekanan darah. Tekanan darah sistolik dan diastolik harus selalu dikontrol agar tetap dalam batas normal karena komplikasi hipertensi akan terjadi apabila tekanan darah tidak dikendalikan. Pengabdian ini bertujuan untuk mengetahui penggunaan media booklet pada kader untuk meningkatkan kepatuhan berobat penderita hipertensi. Metode pengabdian kepada masyarakat menggunakan pemberian edukasi berupa penggunaan media booklet pada kader. Sebelum pemberian edukasi, tim pengabdian melakukan pengukuran pengetahuan dan setelah pemberian edukasi diukur lagi pengetahuan penderita hipertensi. Pendampingan pasien Hipertensi dengan pemberian booklet, kotak obat dan pemasangan poster sebagai upaya pemberdayaan dapat meningkatkan pengetahuan.

Kata kunci: Media Booklet; Kader; Kepatuhan Berobat; Penderita Hipertensi

PENDAHULUAN

Berdasarkan data Riskesdas 2013, prevalensi hipertensi di Indonesia yang didapat melalui pengukuran pada umur ≥ 18 tahun sebesar 25,8 persen, di Provinsi Jambi sebesar 24,6%. Dari data Riskesdas 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia yang didapat melalui pengukuran meningkat menjadi 34,11 % dan di Provinsi Jambi 28,99%. Riskesdas 2018 juga menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di perkotaan sebesar 34,43 % dan di perdesaan sebesar 33,72% (Kemkes RI, 2020). Data dari Profil Kesehatan Provinsi Jambi tahun 2018 menunjukkan bahwa penyakit hipertensi berada pada urutan ke-3 dari 10 penyakit terbanyak di Provinsi Jambi dan pada tahun 2019 meningkat menjadi urutan ke-1 (Dinas Kesehatan Provinsi Jambi, 2020).

Penanganan penderita hipertensi pada dasarnya terdiri dari pengendalian faktor risiko dan terapi farmakologis (Sudayasa et al., 2020). Salah satu perilaku yang harus dilakukan oleh penderita hipertensi adalah keteraturan minum obat anti hipertensi. Ternyata masih banyak penderita hipertensi yang tidak teratur minum obat anti hipertensi, dimana secara nasional penderita hipertensi yang teratur minum obat hanya 54,40% sedangkan di Provinsi Jambi sebesar 44,35% (Kemenkes RI, 2018)

Penderita hipertensi tahun 2020 di Puskesmas Talang Banjar sebanyak 225 orang mengalami peningkatan pada tahun 2021 sebanyak 345 orang. Dari hasil wawancara kepada petugas kesehatan

Poltekkes Kemenkes Jambi

**) corresponding author*

Daryono

Email: daryono.poltekkes@gmail.com

diketahui bahwa masih banyak pasien yang tidak teratur minum obat hipertensi. Tidak teraturnya penderita hipertensi dalam minum obat antihipertensi dapat menimbulkan masalah yang lebih besar. Penghentian pengobatan, cepat atau lambat akan diikuti dengan naiknya tekanan darah

sampai seperti sebelum dimulai pengobatan antihipertensi. Ketidakteraturan minum obat antihipertensi berpotensi menimbulkan komplikasi yang lebih serius, antara lain : terjadinya hipertensi resisten, payah jantung (Congestive heart failure), stroke, gagal ginjal, kerusakan penglihatan, atherosclerosis (La Ode Alifariki et al., 2021; Sudayasa et al., 2023; Taiso et al., 2021)

Sehubungan dengan hal diatas, maka perilaku berobat secara teratur bagi penderita hipertensi merupakan suatu hal yang sangat penting. Hal ini sejalan dengan kebijaksanaan Kementerian Kesehatan, bahwa dalam rangka pelaksanaan Program Indonesia Sehat telah disepakati adanya 12 indikator utama untuk penanda status kesehatan sebuah keluarga, dimana salah satunya adalah “penderita hipertensi melakukan pengobatan secara teratur” (Saputri et al., 2023).

Perilaku berobat secara teratur sangat terkait dengan kepatuhan seseorang untuk mengikuti proses pengobatan yang dianjurkan atau ditentukan. Kepatuhan menjalani proses pengobatan sangat penting untuk penyakit-penyakit kronis, diantaranya adalah penderita hipertensi (Agustina et al., 2023; Fakhriyah et al., 2022).

Dari berbagai pendapat para ahli, seperti (Sinuraya et al., 2018; Udayana, 2013), ketidakpatuhan pasien dalam melakukan pengobatan dapat disebabkan oleh berbagai hal, antara lain : kurangnya pemahaman manfaat pengobatan, lupa/penurunan daya ingat, kesehatan emosional (depresi), kurang motivasi, pengetahuan (pemahaman & persepsi terhadap hipertensi, persepsi risiko), penyesuaian dan coping, faktor demografi seperti usia dan pendidikan, status sosial ekonomi, efek samping obat, kompleksitas rejimen obat, kurang jelasnya petunjuk, hubungan/komunikasi pasien-petugas kesehatan kurang optimal, kekurangan informasi tentang pengobatan, kurangnya dukungan keluarga, faktor penyakit (lama, gejala, keparahan) (La Ode Alifariki et al., 2021; Sudayasa et al., 2020, 2023).

Mangendai et al (2017) dalam penelitiannya di Puskesmas Ranotana Weru terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan, motivasi dan dukungan keluarga dengan kepatuhan berobat pada pasien hipertensi di Puskesmas Ranotana Weru.

Penelitian (Sukma et al., 2018) di Puskesmas Pandanaran Kota Semarang, menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara tingkat pendidikan, pengetahuan, keyakinan, motivasi, dukungan keluarga dengan kepatuhan pasien hipertensi dalam melakukan terapi. Penelitian (Dewi et al., 2018) di Puskesmas Dau Kabupaten Malang juga menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan kepatuhan berobat pada pasien penderita penyakit hipertensi. Penelitian (Masnah & Daryono, 2022) di wilayah Puskesmas Simpang Tuan menunjukkan bahwa media edukasi “*booklet*” efektif dalam meningkatkan kepatuhan berobat penderita hipertensi dengan tingkat efektifitas sebesar 49,71%.

Memperhatikan uraian tersebut, maka perlu dilakukan upaya-upaya untuk meningkatkan kepatuhan penderita hipertensi dalam menjalani proses pengobatan. Untuk mengubah perilaku penderita dari tidak patuh menjadi patuh bukanlah suatu hal yang mudah. Perlu adanya peran kader untuk meningkatkan kepatuhan antara lain dengan melakukan pemberian pendidikan/ penyuluhan kesehatan kepada pasien secara langsung dimasyarakat. Salah satu media yang dapat digunakan untuk meningkatkan peran kader adalah penggunaan media booklet untuk mengedukasi pasien hipertensi guna meningkatkan motivasi pasien menjalani proses pengobatan. Media dalam bentuk booklet dengan penjelasan yang sederhana dan disertai gambar sehingga mudah dipahami.

Berdasarkan analisis situasi diatas, permasalahan yang dialami mitra adalah masih rendahnya tingkat kepatuhan penderita hipertensi untuk menjalani proses pengobatan penyakitnya. Kondisi ini diduga karena penderita belum menerima informasi dan motivasi yang memadai mengenai penyakit hipertensi dan cara mengendalikannya. Serta belum adanya kegiatan yang melibatkan kader dalam meningkatkan kepatuhan penderita hipertensi dengan menggunakan media *booklet*.

Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah terlaksannya kegiatan penyuluhan menggunakan media *booklet* pada kader untuk meningkatkan kepatuhan berobat penderita hipertensi di Puskesmas Talang Bnajar Kota Jambi tahun 2023.

BAHAN DAN METODE

2.1 Pelaksanaan Program

Tahapan Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Puskesmas Talang Banjar terdiri dari :

1) Persiapan

Kegiatan yang dilaksanakan pada tahap persiapan, antara lain :

- a. Mempersiapkan kelengkapan administrasi, seperti surat menyurat dengan pihak yang terkait dengan pelaksanaan pengabdian masyarakat.
- b. Pengumpulan data awal
- c. Mempersiapkan media dan sarana
- d. Sosialisasi dan advokasi dengan pihak Puskesmas talang banjar mengenai rencana pelaksanaan pengabdian masyarakat
- e. Membagi kelompok-kelompok kader untuk pelaksanaan pengabdian masyarakat

2) Pelaksanaan

a. Pengukuran awal.

Pengukuran kondisi pengetahuan kader tentang penyakit hipertensi sebelum kegiatan edukasi/penyuluhan dilaksanakan. Kegiatan pengukuran pengetahuan awal kader menggunakan kuesioner pengetahuan dilaksanakan pada hari Jumat dan Sabtu tanggal 9 dan 10 Juni 2023.

b. Pembentukan kelompok kader.

Dari hasil survei awal diperoleh informasi bahwa diwilayah Puskesmas Talang Banjar telah di bentuk kelompok kader Posbindu dan kader lansia berdasarkan wilayah Puskesmas yang terdiri dari wilayah kelurahan talang Banjar, kelurahan Budiman, kelurahan Sulanjana dan Kelurahan Tanjung Sari. Dalam kegiatan ini pembentukan kelompok dibagi menjadi 2 kelompok berdasarkan kemudahan dan kedekatan jarak antar wilayah. Kelompok satu merupakan gabungan kelompok kader yg berwilayah Kelurahan Sulanjana dan Budiman, serta kelompok dua merupakan gabungan kelompok kader yang bertempat tinggal diwilayah kelurahan Talang Banjar dan Tanjung Sari.

c. Penyuluhan dan pemberian *booklet*.

Kegiatan Penyuluhan dan membagikan media *booklet* kepada kelompok kader dilakukan di tempat yang telah disepakati sesuai kelompok berdasarkan kemudahan dan kedekatan antar wilayah kelurahan tempat tinggal kader. Untuk kelompok satu kegiatan dilakukan pada tanggal 15 Juli 2023 di wilayah kelurahan Budiman dan kelompok dua dilakukan pada 12 Agustus 2023 di kelurahan Talang Banjar.

3) Evaluasi

Kegiatan evaluasi dilakukan pada hari Rabu tanggal 5 September 2023 untuk mengetahui terjadinya peningkatan pengetahuan kader Posbindu dan lansia di wilayah kerja puskesmas Talang Banjar. Kegiatan evaluasi pengetahuan dilakukan menggunakan kuesioner pengetahuan yang telah digunakan pada pengukuran awal.

2.2 Bentuk Partisipasi Mitra

1. Memfasilitasi tempat pelaksanaan kegiatan di wilayah kerja Puskesmas Talang Banjar.
2. Mengkoordinir keikutsertaan petugas kesehatan, kader dan anggota masyarakat.

2.3 Lokasi dan waktu pelaksanaan

1. Lokasi

Lokasi kegiatan penyuluhan kesehatan dilaksanakan di Puskesmas Talang Banjar Kota Jambi tahun 2023.

2. Waktu Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian masyarakat pada kader di Puskesmas Talang Banjar Kota Jambi dilaksanakan pada bulan Juni sampai dengan September 2023.

HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Tahap Kegiatan Pengabmas

Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah dilaksanakan dalam dua tahap:

3.1.1 Tahap pertama (Tahap persiapan):

- Penyusunan proposal kegiatan pengabdian masyarakat.
- Seminar proposal pengabmas pada awal Februari.
- Melakukan survey awal lokasi pengabmas dan melakukan koordinasi dengan Kepala Puskesmas Talang Banjar.
- Melakukan penyusunan rencana kegiatan pengabmas bersama Kepala puskesmas dan petugas puskesmas yg membidangi PTM.

3.1.2 Tahap Pelaksanaan

- Kegiatan penyuluhan pertama pada kelompok 1 kader lansia dan posbindu di laksanakan di wilayah kerja kelurahan Budiman pada minggu kedua bulan Juli pada tanggal 15 Juli 2023.

Hasil kegiatan:

- Kegiatan ini diikuti oleh kader yang berjumlah 20 orang.
 - Terlakasannya kegiatan penyuluhan hipertensi dan pembagian media *booklet*.
- Kegiatan penyuluhan kedua pada kelompok 2 kader lansia dan posbindu di laksanakan di wilayah kerja kelurahan Talang Banjar. Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 12 Agustus 2023. Bentuk kegiatan berupa pendidikan kesehatan pada kader Lansia dan posbindu tentang penyakit hipertensi meliputi; pengertian, tanda, gejala faktor resiko, komplikasi penyakit hipertensi dan pencegahannya serta cara penggunaan media *booklet* yang dapat digunakan kader untuk melakukan edukasi.

Hasil kegiatan:

- Kegiatan ini diikuti oleh kader kesehatan yang berjumlah 20 orang.
- Terjadinya peningkatan pengetahuan kader masyarakat tentang bahaya penyakit dan pencegahan Terjadinya peningkatan pengetahuan kader tentang bahaya penyakit hipertensi dan cara pencegahannya. Sebelum dilakukan penyuluhan, masyarakat yang pengetahuannya baik hanya 45%, setelah dilakukan penyuluhan pengetahuan yang baik meningkat menjadi 80%.

Tabel 1. Distribusi Peserta Penyuluhan Menurut Pengetahuan Tentang Hipertensi

Pengetahuan	Sebelum Penyuluhan	Setelah Penyuluhan	Ket	
Kurang	22	55 %	18	20 %
Baik	18	45 %	32	80 %
Jumlah	40	100 %	40	100 %

3.1.3 Dokumentasi

Dokumentasi pengabdian kepada masyarakat ini terbagi menjadi 2 bagian yakni dokumentasi berupa instrumen pengabdian dan dokumentasi foto kegiatan:



Prakata

Puji syukur kehadiran Allah SWT, atas berkat dan rahmat Nya sehingga penulis dapat menyusun "booklet" ini.

Booklet ini dirancang sebagai bahan penyuluhan kepada masyarakat penderita hipertensi dan keluarganya.

Dengan membaca booklet ini, diharapkan penderita hipertensi dan keluarganya semakin memahami tentang hipertensi, terutama bagaimana mencegah dan mengendalikan hipertensi. Selanjutnya penderita hipertensi termotivasi untuk mengendalikan hipertensi dengan benar sehingga tidak menimbulkan komplikasi yang lebih membahayakan. Demikian juga bagi keluarganya agar termotivasi untuk selalu mendorong dan mengingatkan kepada anggota keluarga yang menderita hipertensi, agar secara rutin memeriksakan diri secara teratur ke fasilitas pelayanan kesehatan.

Demikian, semoga booklet ini dapat memberi manfaat bagi kita semua.

Aamiin.

(Penulis)

**WASPADA
HIPERTENSI**

Disusun oleh
Hl, Cek Masnah, S.Pd, MPd
Daryono, S. Pd, M.Kes

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES JAMBI
JURUSAN KEPERAWATAN
2020

APA ITU HIPERTENSI ?



Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu gangguan pada sistem pembuluh darah. Seseorang dikatakan menderita hipertensi apabila tekanan darahnya melebihi 140/90 mmHg, yang diukur paling tidak pada 3 kesempatan yang berbeda.

TINGKATAN TEKANAN DARAH

KATEGORI	Tekanan Darah Sistolik /TDS (mmHg)	Tekanan Darah Diastolik /TDD (mmHg)
Optimal	< 120 dan	<80
Normal	120-129 dan/atau	80-84
Normal-tinggi	130-139 dan/atau	85-89
Hipertensi derajat 1	140-159 dan/atau	90-99
Hipertensi derajat 2	160-179 dan/atau	100-109
Hipertensi derajat 3	≥ 180 dan/atau	≥ 110
Hipertensi sistolik terisolasi	≥ 140 dan/atau	< 90

Sumber : Konsensus Penatalaksanaan Hipertensi 2019

TANDA-TANDA MENDERITA HIPERTENSI



dan lain-lain.

PENYEBAB HIPERTENSI



BAGAIMANA SESEORANG BISA MENDERITA HIPERTENSI ?

Penyakit hipertensi disebabkan oleh banyak hal, bukan oleh satu penyebab saja. Beberapa keadaan atau perilaku yang tidak sehat dapat memicu terjadinya penyakit hipertensi. Beberapa keadaan dan perilaku ini kita sebut sebagai faktor risiko. Gabungan dari beberapa faktor risiko ini dapat menyebabkan terjadinya penyakit hipertensi.

FAKTOR RISIKO HIPERTENSI

Berikut adalah beberapa faktor yang bisa meningkatkan risiko seseorang mengalami tekanan darah tinggi.

1. Keturunan

Seseorang memiliki orang-tua atau saudara yang memiliki tekanan darah tinggi, maka kemungkinan ia menderita tekanan darah tinggi lebih besar.



3

2. Usia

Seiring bertambahnya usia, kita semua semakin berisiko menderita tekanan darah tinggi. Semakin kita bertambah tua, kelenturan pembuluh darah kita juga berkurang sehingga cenderung mengalami penyempitan pembuluh darah.

Akibatnya, tekanan darah pun meningkat.



3. Jenis Kelamin

Hingga usia 45, pria lebih berisiko mengalami tekanan darah tinggi. Pada usia 45 hingga 64, baik pria maupun wanita memiliki tingkat risiko yang sama. Tetapi, justru pada usia di atas 64 tahun, wanita lebih berisiko menderita tekanan darah tinggi.

4. Kurang gerak (kurang aktivitas fisik)

Biasanya, orang yang tinggal di kota besar cenderung memiliki gaya hidup kurang gerak. Bekerja di kantor, dan terus menerus duduk, ditambah lagi kurangnya olahraga, akan cenderung meningkatkan risiko penyempitan atau penyumbatan di pembuluh darah. Akibatnya adalah meningkatnya risiko tekanan darah tinggi.



4

5. Pola makan

Kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi kalori, lemak, dan garam menyebabkan risiko terkena penyakit darah tinggi.

a. Garam

Garam dapat meningkatkan tekanan darah dengan cepat pada beberapa orang, khususnya bagi penderita diabetes, penderita hipertensi ringan, orang dengan usia tua.

b. Kolesterol

Kandungan lemak yang berlebih dalam darah Anda, dapat menyebabkan timbunan kolesterol pada dinding pembuluh darah. Hal ini dapat membuat pembuluh darah menyempit dan akibatnya tekanan darah akan meningkat.



c. Minum kopi

6. Merokok

Zat-zat kimia beracun dalam rokok akan memicu terjadinya tekanan darah tinggi. Merokok juga meningkatkan denyut jantung, sehingga kebutuhan oksigen otot-otot jantung bertambah. Merokok pada penderita tekanan darah tinggi

5

akan semakin meningkatkan risiko kerusakan pembuluh darah arteri.



7. Kebiasaan minum minuman beralkohol

Konsumsi alkohol secara berlebihan juga menyebabkan tekanan darah tinggi.

8. Kegemukan/Berat badan berlebih (Obesitas)

Orang yang terlalu gemuk (obesitas) mempunyai risiko lebih besar menderita tekanan darah tinggi.



9. Stres

Orang yang stres dapat meningkatkan tekanan darah.

10. Kondisi penyakit yang lain, a.l. diabetes mellitus

6

Stroke juga dapat terjadi akibat sumbatan dari gumpalan darah yang macet dipembuluh yang sudah menyempit.



c. Kerusakan ginjal

Hipertensi dapat menyempitkan dan menebalkan aliran darah yang menuju ginjal, yang berfungsi sebagai penyaring kotoran tubuh. Dengan adanya gangguan tersebut, ginjal menyingkir lebih sedikit cairan dan membuangnya kembali kearah.



d. Kerusakan penglihatan

Hipertensi dapat menyebabkan pecahnya pembuluh darah di mata, sehingga mengakibatkan penglihatan menjadi kabur atau buta.



e. Penyakit pembuluh darah

8

Perhatikan secara cermat anjuran/petunjuk dokter, antara lain tentang :

- Bagaimana cara minum obat dirumah
- Fahami perbedaan antara obat-obatan yang harus diminum untuk jangka panjang dan pemakaian jangka pendek untuk menghilangkan gejala.
- Fahami cara kerja masing-masing obat
- Fahami dosis tiap obat dan minumannya berapa kali sehari
- Diingat bungkus masing-masing obat selain memperhatikan tulisan pada tiap bungkus
- Jangan lupa minum obat secara teratur, meskipun tidak ada keluhan sakit.



Terapkan *Pola Hidup Sehat*

10

BAHAYA HIPERTENSI / KOMPLIKASI

Hipertensi yang tidak diobati atau pengobatan yang tidak teratur akan mempengaruhi semua sistem organ dan akhirnya akan menimbulkan komplikasi terjadinya penyakit-penyakit seperti : penyakit jantung/gagal jantung, stroke, gangguan penglihatan dan penyakit ginjal.

a. Gagal Jantung dan Serangan Jantung

Gagal jantung (Congestive heart failure) adalah kondisi jantung tidak mampu lagi memompa darah yang dibutuhkan tubuh. Kondisi ini terjadi karena kerusakan otot jantung atau sistem listrik jantung.

Sedangkan serangan jantung terjadi ketika otot jantung mati karena penyumbatan mendasak dari arteri koroner



b. Stroke

Hipertensi adalah faktor penyebab utama terjadi stroke, karena tekanan darah yang terlalu tinggi dapat menyebabkan pembuluh darah yang sudah lemah menjadi pecah. Bila hal ini terjadi pada pembuluh darah otak, maka terjadi pendarahan otak yang dapat berakibat kematian.



7

BAGAIMANA MENGENDALIKAN/ MENYEMBUHKAN HIPERTENSI

Sebagian besar penyakit hipertensi tidak dapat disembuhkan tetapi dapat dikontrol. Artinya penyakit tersebut tidak dapat dihilangkan secara tuntas, tetapi penderita penyakit hipertensi dapat mengendalikan tekanan darahnya sehingga tidak menimbulkan komplikasi penyakit lain yang lebih berbahaya.

Seorang penderita hipertensi setelah minum obat anti-hipertensi, tekanan darahnya turun.

Orang tersebut menganggap bahwa penyakit hipertensinya telah sembuh, sehingga dia merasa tidak perlu lagi periksa/kontrol kesehatan lagi. Hal ini keliru, karena setelah obatnya habis, beberapa waktu kemudian tekanan darahnya kembali naik.

Oleh karena itu, agar penderita hipertensi tekanan darahnya tetap normal maka harus :

1. memeriksakan kesehatan dan minum obat anti-hipertensi secara teratur sesuai dengan petunjuk/anjuran dokter
2. menerapkan pola hidup yang sehat

Pemeriksaan kesehatan harus dilakukan secara teratur, sesuai petunjuk/ anjuran dokter. Meskipun tekanan darah tidak tinggi dan kita merasa sudah sehat.



9

Pola hidup sehat yang dianjurkan untuk mencegah dan mengontrol hipertensi adalah :

1. Mengatur pola makan

a. Makanan yang dianjurkan :

- Buah-buahan
- Sayuran
- Kacang-kacangan
- Biji-bijian
- Ikan
- Daging unggas

b. Makanan yang dibatasi/dihindari :

- Garam
- Makanan/daging berlemak
- Gula
- Makanan cepat saji
- Minyak goreng (minyak sawit/kelapa) yang mengandung lemak jenuh.

2. Mempertahankan berat badan dan tidak gendut (lingkar pinggang laki-laki dibawah 90 cm dan perempuan dibawah 80 cm)



11

3. Banyak gerak/olah raga teratur



4. Stop merokok



5. Membatasi/tidak konsumsi minuman keras (minuman beralkohol)



12

**UNTUK MENGHINDARI HIPERTENSI,
HENDAKNYA BERPERILAKU CERDIK.**

C Cek kesehatan secara rutin
E Enyahkan asap rokok
R Rajin aktivitas fisik
D Diet seimbang
I Istirahat cukup
K Kelola stress

13

**BAGI MASYARAKAT YANG MENDERITA
HIPERTENSI, KENDALIKAN HIPERTENSI
TERSEBUT DENGAN PATUH.**

P Periksa kesehatan secara rutin dan ikuti anjuran dokter

A Atasi penyakit dengan pengobatan yang tepat dan teratur

T Tetap diet dengan gizi seimbang

U Upayakan aktifitas fisik dengan aman

H Hindari asap rokok, alkohol dan zat karsinogenik lainnya.

15

PUSTAKA

Kemendes RI (2013). *Pedoman Teknis Penemuan dan Tatalaksana Hipertensi*. Direktorat Pengendalian Penyakit Tidak Menular. Jakarta

Lukito, Antonia Anna. Dkk (ed.) (2019). *Konsensus Penatalaksanaan Hipertensi 2019*. Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia. Jakarta.

Mohani, Chandra Irwanadi (2014). Hipertensi Primer. Dalam Siti Setiati, dkk (Ed.) *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*. (Ed.6 Jilid 1.) (hal.2292- 2293). Jakarta. Interna Publishing.

National Heart Foundation of Australia (2016). *Guideline for the diagnosis and management of hypertension in adults*. Melbourne

Suiroka, IP dan Supriasa, ID (2012). *Media Pendidikan Kesehatan*. Yogyakarta : Graha Ilmu

Yogiantoro, Mohammad (2014). Pendekatan Klinis Hipertensi. Dalam Siti Setiati, dkk (Ed.) *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*. (Ed.6 Jilid 1.) (hal.2276). Jakarta. Interna Publishing.

Gambar 1. Leaflet



Gambar 2. Edukasi dan Screening

PEMBAHASAN

Adanya perubahan pada pengetahuan dan kepatuhan pada penderita hipertensi setelah dilakukan pembinaan, perubahan pengetahuan ini dampak dari penggunaan booklet yang berisi tentang Tindakan dalam mengontrol tekanan darah yang disertai dengan gambar sebagai media edukasi meningkatkan efektifitas edukasi.

Beberapa fungsi dari booklet yaitu: fungsi atensi, media visual merupakan inti, yaitu menarik dan mengarahkan perhatian siswa untuk berkonsentrasi kepada isi pelajaran yang berkaitan dengan makna visual yang ditampilkan atau menyertai teks materi pelajaran, fungsi afektif, media visual dapat terlihat dari tingkat kenikmatan pembelajar ketika belajar membaca teks bergambar, fungsi kognitif, media visual mengungkapkan bahwa lambang visual memperlancar pencapaian tujuan untuk memahami dan mengingat informasi atau pesan yang terkandung dalam gambar, fungsi kompensatoris, media visual memberikan konteks untuk memahami teks membantu siswa yang lemah dalam membaca atau mengorganisasikan informasi dalam teks dan mengingat kembali (Saputri et al., 2023; Sentana et al., 2023).

Hal ini juga ditegaskan (Alifariki et al., 2023), penyediaan bahan edukasi yang informatif dan menarik, sebagai pendukung yang sangat kuat dalam memberikan edukasi yang dapat meningkatkan pengetahuan. Lebih lanjut (Agustina et al., 2023) pelaporan bahwa pemberian dan memasang media poster pasien Hipertensi dirumah terutama di tempat-tempat yang sering di singgahi oleh pasien sebagai sumber informasi yang berisikan edukasi mengenai pengobatan Hipertensi, waktu meminum obat dan efek samping obat sehingga membangun kondisi yang dapat membuat pasien mampu memperoleh pengetahuan pasien Hipertensi lebih jelas pelatihan di karena ada suatu proses belajar mengajar yang terjadi pada akhirnya dapat meningkatkan domain kognitif (Saputri et al., 2023)

Perubahan kepatuhan ini sejalan dengan teori yang disampaikan oleh (Udayana, 2013), tahapan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kepatuhan pasien salah satunya adalah menggunakan alat pembantu manajemen obat seperti pill container atau kotak obat harian didesain untuk skala mingguan, alat ini akan memudahkan perjalanan jauh yang bisa meningkatkan risiko faktor kelupaan menggunakan obat-obatan (Sinuraya et al., 2018). Menurut teori yang dikemukakan oleh (Yeni et al., 2016), bahwa pemberian informasi disertai alat bantu ketaatan berupa kotak obat dan label kepatuhan akan lebih mempermudah pemberian informasi dan meningkatkan pemahaman pasien tentang penggunaan obat yang tepat. Dengan label kepatuhan, pasien akan lebih mudah mengingat penggunaan obat yang teratur dan benar, alat bantu berupa kotak obat akan membantu pasien untuk lebih taat dalam menggunakan obat.

Hal ini diperkuat oleh (Krousel-Wood et al., 2009) mengatakan telah diciptakan sebuah alat yang di sebut pill box, cukup efektif untuk mengatasi masalah ketaatan terhadap konsumsi obat-obatan yang rutin selain efektif, pill box dinilai dapat membantu para lansia yang memiliki keluhan hipertensi, diabetes, atau penyakit lain yang memerlukan konsumsi obat-obatan setiap hari.

Secara umum tidak terdapat kendala besar yang sangat mengganggu kegiatan ini. Namun dalam kegiatan ini ada kendala yang ditemui pada saat pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di Puskesmas Talang Banjar. Bentuk Kendalanya adalah ditemuinya 2 orang kader mengalami kesulitan untuk memahami isi penyuluhan tentang penyakit hipertensi. Masalah ini dapat dipahami karena setiap kader memang memiliki latar belakang tingkat kecerdasan, pendidikan genetik motivasi yang berbeda beda.

Setelah dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat rencananya akan dilanjutkan dengan pendampingan peran kader di masyarakat untuk meningkatkan kepatuhan berobat pasien hipertensi di Puskesmas Talang Banjar.

KESIMPULAN DAN SARAN

Sosialisasi ini menghasilkan peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader tentang cara mencegah penularan penyakit tuberkulosis dengan menggunakan instrument *self screening*.

Conflict of Interests

The authors declared that no potential conflicts of interest with respect to the authorship and publication of this article.

REFERENCES

- Agustina, N. W. P. D., Nursasi, A. Y., & Permatasari, H. (2023). Edukasi Kesehatan dalam Meningkatkan Kepatuhan Minum Obat pada Lansia Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(2), 2049–2059.
- Alifariki, L. O., Rahmawati, R., Sukurni, S., & J Siagian, H. (2023). Comparative Study of Learning Media: Video Animation and E-Book in Education on Drugs Abuse in Students. *Health Education and Health Promotion*, 11(1), 1001–1006.
- Dewi, A. R., Wiyono, J., & Candrawati, E. (2018). Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan berobat pada pasien penderita hipertensi di Puskesmas Dau Kabupaten Malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 3(1).
- Dinas Kesehatan Provinsi Jambi. (2020). *Profil Kesehatan Provinsi Jambi Tahun 2020*. https://dinkes.jambiprov.go.id/file/informasi_publik/MTY0MTIyOTA3NA_Wkt1641229074_XtLnBkZg.pdf
- Fakhriyah, F., Damayanti, D., Anjani, A., Sari, E. F. P., Nyssa, T. N., & Zaliha, Z. (2022). Kader Siaga Hipertensi sebagai Pencegahan dan Pemantauan Hipertensi. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(2), 771–778.
- Kemenkes RI. (2018). Hasil utama RISKESDAS 2018. In *Kementerian Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*. https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-risikesdas-2018_1274.pdf. Last accessed: 20 June 2022.

- Kemkes RI. (2020). Profil Kesehatan Indonesia 2020. In *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*. Pusat Data dan Informasi Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Krousel-Wood, M., Islam, T., Webber, L. S., Re, R., Morisky, D. E., & Muntner, P. (2009). New medication adherence scale versus pharmacy fill rates in hypertensive seniors. *The American Journal of Managed Care*, 15(1), 59.
- La Ode Alifariki, T. T., Bangu, B., & Siagian, H. (2021). Differences of sodium consumption pattern hypertension sufferer in coastal and highland communities in Wakatobi islands. *Bionatura*, 8(1).
- Mangendai, Y., Rompas, S., & Hamel, S. R. (2017). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan*. *E-Journal Keperawatan*, 5, 1.
- Masnah, C., & Daryono, D. (2022). Efektivitas Media Edukasi Booklet dalam Meningkatkan Dukungan Keluarga dan Kepatuhan Pengobatan Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 11(03), 213–222.
- Saputri, R., Hakim, A. R., Mustaqimah, M., Savitri, A. S., Ujuldah, A., Damayanti, A., Defitamira, O., Sari, R. N., & Vania, R. A. (2023). Pendidikan Tentang Hipertensi Dan Pelatihan Menggunakan Alat Tensimeter Digital Bagi Kader Kesehatan Desa Sungai Rangas Tengah. *Majalah Cendekia Mengabdi*, 1(2), 52–56.
- Sentana, A. D., Zulkifli, Z., & Mawaddah, E. (2023). Peningkatan Pengetahuan Dan Kepatuhan Minum Obat Pasien Hipertensi Setelah Diberikan Booklet, Kotak Obat Dan Pemasangan Poster. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*, 4(2), 105–111.
- Sinuraya, R. K., Destiani, D. P., Puspitasari, I. M., & Diantini, A. (2018). Tingkat kepatuhan pengobatan pasien hipertensi di fasilitas kesehatan tingkat pertama di kota Bandung. *Farmasi*, 7(2).
- Sudayasa, I. P., Alifariki, L. O., Rahmawati, Hafizah, I., Jamaludin, Milasari, N., Nisda, & Usman, A. N. (2020). Determinant Juvenile Blood Pressure Factors in Coastal Areas of Sampara District in Southeast Sulawesi. *Enfermeria Clinica*, 30(Supplement 2), 585-588. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.07.167>
- Sudayasa, I. P., Husdaningsih, F., & Alifariki, L. O. (2023). Polymorphism of Gene ACE I/D and Family History of Hypertension as Predisposition of Hypertension. *Malaysian Journal of Medicine & Health Sciences*, 19(3).
- Sukma, A. N., Widjanarko, B., & Riyanti, E. (2018). Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Pasien Hipertensi Dalam Melakukan Terapi Di Puskesmas Pandanaran Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(5), 687–695.
- Taiso, S. N., Sudayasa, I. P., & Paddo, J. (2021). Analisis Hubungan Sosiodemografis Dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Lasalepa, Kabupaten Muna. *Nursing Care and Health Technology Journal (NCHAT)*, 1(2), 102–109.
- Udayana, J. P. (2013). Kepatuhan mengonsumsi obat pasien hipertensi di Denpasar ditinjau dari kepribadian tipe A dan tipe B. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(1), 32–42.
- Yeni, F., Husna, M., & Dachriyanus, D. (2016). Dukungan keluarga memengaruhi kepatuhan pasien hipertensi. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 19(3), 137–144.