

Efektifitas Program Edukasi SERASI dalam Meningkatkan Pengetahuan Lansia Mengenai Hipertensi di Kelurahan Kadipaten, Ponorogo

Hanindita Radya Azzahra*¹, Muthmainnah²

^{1,2}Departemen Epidemiologi, Biostatistika & Kependudukan, and Promosi Kesehatan & Ilmu Perilaku, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, Indonesia

*e-mail: hanindita.radya.azzahra-2021@fkm.unair.ac.id¹, muthmainnah@fkm.unair.ac.id²

Abstrak

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang tidak menunjukkan adanya gejala bahkan selama bertahun-tahun sehingga disebut dengan julukan 'silent killer'. Hipertensi ditandai dengan tekanan darah sistolik mencapai atau melebihi 140 mmHg dan tekanan darah diastolik mencapai atau melebihi 90 mmHg ketika diukur. Oleh karena itu, masyarakat seringkali tidak menyadari bahwa dirinya mempunyai riwayat hipertensi. Masalah kesehatan dengan jumlah tertinggi di Kelurahan Kadipaten adalah Hipertensi dengan total 217 kasus pada tahun 2023. Program SERASI (Serangkaian Aksi Cegah Hipertensi) bertujuan untuk kesadaran deteksi dini hipertensi melalui peningkatan pengetahuan masyarakat terkait faktor resiko hipertensi dan komplikasi yang ditimbulkan. Program SERASI (Serangkaian Aksi Cegah Hipertensi) terdiri dari kegiatan edukasi berupa sosialisasi paradigma sehat dan pemberian buku PENSI (Peduli Hipertensi) yang berisi catatan monitoring hipertensi dan berbagai materi mengenai hipertensi. Kegiatan ini dilaksanakan pada 1 Februari 2024 di Kelurahan Kadipaten, Kecamatan Babadan, Ponorogo, Jawa Timur. Sasaran dari kegiatan ini adalah 75 masyarakat lansia di Kelurahan Kadipaten. Hasilnya, kegiatan SERASI terbukti efektif meningkatkan pengetahuan masyarakat sebesar 28,57% dilihat dari hasil pre-test dan post-test yang diberikan sebelum dan sesudah kegiatan ($p\text{-value } 0.000 < 0.05$).

Kata kunci: Hipertensi, Lansia, Pengetahuan, Preventif

Abstract

Hypertension is a disease that does not show any symptoms even for years, so it is called the 'silent killer'. Hypertension is characterized by systolic blood pressure reaching or exceeding 140 mmHg and diastolic blood pressure reaching or exceeding 90 mmHg when measured. Therefore, people are often unaware that they have a history of hypertension. The health problem with the highest number in Kadipaten Village is Hypertension with a total of 217 cases in 2023. The SERASI (Series of Actions to Prevent Hypertension) program aims to raise awareness of early detection of hypertension by increasing public knowledge regarding risk factors for hypertension and the complications it causes. The SERASI (Series of Actions to Prevent Hypertension) program consists of educational activities in the form of socialization of the healthy paradigm and the provision of PENSI (Care for Hypertension) books containing hypertension monitoring records and various materials regarding hypertension. This activity was carried out on February 1, 2024 in Kadipaten Village, Babadan District, Ponorogo, East Java. The target of this activity is 75 elderly people in Kadipaten Village. As a result, the SERASI activity has proven to be effective in increasing community knowledge by 28.57% as seen from the results of the pre-test and post-test given before and after the activity ($p\text{-value } 0.000 < 0.05$).

Keywords: Education, Elderly, Hypertension, Preventive

1. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang tidak menunjukkan adanya gejala bahkan selama bertahun-tahun sehingga disebut dengan julukan 'silent killer'. Menurut *World Health Organization (WHO)*, hipertensi merupakan kondisi tekanan sistolik darah mencapai >140 mmHg dan/atau tekanan diastolik darah mencapai >90 mmHg. Hipertensi terjadi karena beban kerja jantung yang berlebih saat memompa darah keseluruh tubuh untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi oleh tubuh [1]. Istilah "hiper" berarti berlebihan, dan "tensi" merujuk pada tekanan atau tegangan. Oleh karena itu, hipertensi dapat diartikan sebagai gangguan pada sistem peredaran darah yang menyebabkan kenaikan tekanan darah di atas nilai normal [2].

Hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. WHO menyebutkan bahwa salah satu target global untuk penyakit tidak menular adalah mengurangi prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030. Diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi dan sebagian besar (dua pertiga) penderita hipertensi tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah [1].

Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023 menunjukkan prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun sebesar 30,8% dengan estimasi kurang lebih 87 juta kasus. Sementara itu, prevalensi hipertensi di Provinsi Jawa Timur menurut SKI tahun 2023 berada di angka 34,3% dengan jumlah estimasi penderita hipertensi yang berusia ≥ 15 tahun sekitar 11.702.478 kasus [3]. Angka ini lebih tinggi jika dibandingkan dengan angka prevalensi hipertensi secara nasional. Meskipun begitu, angka ini menurun jika dibandingkan dengan hasil Risesdas 2018. Menurut data Risesdas 2018, prevalensi penduduk dengan tekanan darah tinggi di Provinsi Jawa Timur berada di angka 36,3% [4].

Tahun 2023, penderita hipertensi di Kabupaten Ponorogo mencapai angka 291.743 kasus [5]. Angka ini hampir sama dengan jumlah penderita hipertensi di tahun 2022 yakni 291.057 kasus. Salah satu kecamatan dengan penderita hipertensi terbanyak di Kabupaten Ponorogo adalah Kecamatan Babadan. Menurut data Puskesmas Babadan, jumlah penderita hipertensi di Kecamatan Babadan tahun 2023 mencapai 12.300 kasus. Kelurahan Kadipaten merupakan salah satu kelurahan yang masuk ke dalam wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Babadan. Kelurahan Kadipaten terletak di Kecamatan Babadan, Kabupaten Ponorogo dengan jumlah penduduk sebanyak 7.768 jiwa dan terdiri dari 2.471 kepala keluarga. Kelurahan Kadipaten terdiri dari 4 desa, yakni Desa Kebon, Desa Jurang Gandul, Desa Tengah, dan Desa Krajan.

Masalah kesehatan dengan jumlah kasus tertinggi di Kelurahan Kadipaten adalah Hipertensi. Mayoritas penderita hipertensi di Kelurahan Kadipaten berusia ≥ 60 tahun. Berdasarkan jenis kelamin, ada penderita laki-laki sebanyak 19% (40 orang) dan penderita perempuan sebanyak 81% (177 orang) dari total 217 orang penderita hipertensi pada tahun 2023. Sehingga mayoritas penderita hipertensi terjadi pada perempuan.

Berdasarkan data sekunder dari puskesmas tahun 2021 hingga 2023, ditemukan kenaikan jumlah kasus penyakit hipertensi di Kelurahan Kadipaten. Angka prevalensi penyakit hipertensi pada tahun 2021 sebanyak 1,03% dengan total 76 kasus, pada tahun 2022 terdapat 189 kasus dengan angka prevalensi sebesar 2,38%, dan pada tahun 2023 terdapat 217 kasus dengan angka prevalensi sebesar 2,74%. Meskipun mengalami kenaikan pada tahun 2023, namun prevalensi kasus hipertensi di Kelurahan Kadipaten hanya terdeteksi sebesar 2,74% dari 40,22% temuan kasus hipertensi di Kabupaten Ponorogo berdasarkan hasil Risesdas 2018. Pada tahun 2023, penyakit hipertensi menjadi urutan nomor 2 dari 10 besar masalah kesehatan terkait penyakit tidak menular setelah penyakit myalgia dan selalu masuk ke dalam 10 besar masalah kesehatan dengan jumlah kasus tertinggi selama 3 tahun berturut-turut (2021-2023).

Hasil pengambilan data awal tahun 2024 menunjukkan masyarakat Kelurahan Kadipaten banyak menderita hipertensi dikarenakan faktor kurangnya pengetahuan, dan pola makan yang kurang baik. Sebanyak 55,7% warga Kelurahan Kadipaten menganggap bahwa hipertensi hanya bisa sembuh dengan obat dan 54,3% warga kadipaten menganggap bahwa penyakit hipertensi tidak menimbulkan komplikasi pada organ tubuh lain. Sedangkan pada kenyataannya, hipertensi dapat menimbulkan beberapa komplikasi serius seperti penyakit jantung koroner, stroke, diabetes, hingga gagal ginjal [6]. Terkait pola makan, sebagian besar warga Kelurahan Kadipaten (65,7%) masih terbiasa mengonsumsi gorengan lebih dari 3 kali dalam seminggu. Konsumsi gorengan berhubungan dengan kejadian hipertensi [7]. Hal ini dikarenakan konsumsi gorengan berhubungan dengan kejadian Hiperkolesterolemia. Hiperkolesterolemia dapat menyebabkan aterosklerosis. Aterosklerosis akan mengakibatkan adanya penyumbatan pembuluh darah arteri dan akhirnya dapat mengakibatkan hipertensi [8].

Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur masih terus berupaya menurunkan prevalensi hipertensi di masyarakat. Salah satunya dengan mendorong dan memperkuat Upaya Kesehatan Berbasis Masyarakat (UKBM) melalui pelaksanaan Posbindu PTM. Pentingnya edukasi kepada masyarakat dalam upaya menurunkan risiko tekanan darah tinggi melalui pencegahan dan

pengendalian faktor risikonya. Faktor resiko hipertensi dibagi dalam dua kelompok besar yaitu faktor yang tidak dapat diubah dan faktor yang dapat diubah. Contoh faktor yang tidak dapat diubah antara lain jenis kelamin, umur, dan genetik. Sedangkan faktor yang dapat diubah yakni, pola makan, kurang aktivitas fisik, merokok dan lain-lain. Terjadinya hipertensi perlu peran faktor risiko tersebut secara bersama-sama (*common underlying risk factor*), dengan kata lain satu faktor risiko saja belum cukup menyebabkan timbulnya hipertensi [9].

Selain itu, berdasarkan pengamatan dan data sekunder yang didapatkan, untuk kelompok usia pra-lansia memiliki partisipasi yang lebih rendah daripada kelompok usia lansia. Rata-rata kunjungan posyandu lansia dibandingkan dengan jumlah populasi pra-lansia dan lansia adalah 53:1577 pada tahun 2023.

Oleh karena itu, program SERASI ini bertujuan untuk dapat meningkatkan pengetahuan lansia terkait hipertensi, khususnya resiko komplikasi hipertensi dan edukasi pola hidup sehat. Selain itu kegiatan ini juga bertujuan agar dapat mendorong kebiasaan masyarakat lansia untuk memeriksakan tekanan darah secara rutin ke puskesmas di Kelurahan Kadipaten.

2. METODE

Serangkaian Aksi Cegah Hipertensi (SERASI) ini merupakan program kerja kegiatan Praktik Kerja Lapangan (PKL) yang dibuat oleh Kelompok 12 PKL FKM Universitas Airlangga. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kunjungan masyarakat pra lansia (40-50 tahun) dan lansia (≥ 50 tahun) melalui peningkatan edukasi mengenai Hipertensi. Program ini terdiri dari kegiatan Sosialisasi Paradigma Sehat dan pemberian Buku PENSI (Peduli Hipertensi) pada lansia sebagai sarana edukasi dan monitoring tekanan darah lansia.

Perancangan program SERASI diawali dengan pengumpulan data tentang masalah kesehatan yang akan diintervensi menggunakan data primer dan data sekunder. Data sekunder didapatkan melalui data kunjungan Puskesmas Pembantu Kadipaten, Profil Kelurahan Kadipaten, Profil Kesehatan Puskesmas Babadan, Laporan SP3 LB1, Laporan SP2TP, dan SPM Puskesmas. Sementara itu, data primer didapatkan melalui penyebaran kuesioner ke masyarakat, *Focus Group Discussion* (FGD), dan *indepth interview* bersama Penanggung Jawab PTM (Penyakit Tidak Menular) Puskesmas Babadan serta kader Kelurahan Kadipaten. Kegiatan FGD dilaksanakan untuk menentukan prioritas masalah yang telah ditemukan menggunakan metode USG (*Urgency, Seriousness, Growth*) dan penentuan akar permasalahan menggunakan metode Pohon Masalah (*Problem Tree*). Setelah itu, kegiatan dilanjutkan dengan penentuan prioritas alternatif solusi dengan metode MEER (Metodologi, Efektivitas, Efisiensi, dan Relevansi) bersama peserta FGD dan didapatkan alternatif solusi dengan skor tertinggi yakni membentuk program SERASI (Serangkaian Aksi Cegah Hipertensi) yang berisikan kegiatan edukasi berupa sosialisasi paradigma sehat yang berfokus pada promotif dan preventif faktor risiko hipertensi dan pemberian buku PENSI (Peduli Hipertensi).

Implementasi program SERASI dilaksanakan bersamaan dengan kegiatan Posyandu Lansia pada hari Kamis, 1 Februari 2024 di lingkungan Desa Kebon, Kelurahan Kadipaten. Sasaran program ini adalah masyarakat pra lansia (40-50 tahun) dan lansia (≥ 50 tahun) Kelurahan Kadipaten berjumlah 75 peserta. Keberhasilan kegiatan sosialisasi ini diukur menggunakan kuesioner pengetahuan *pre-test* dan *post-test*. Pada *pre-test* dan *post test* jumlah masing-masing *test* terdiri dari 10 soal yang merupakan bagian dari materi yang disampaikan pada sosialisasi. Pengolahan data *pre-test* dan *post-test* menggunakan *excel* dan *r studio* dan menggunakan metode *shapiro wilk* untuk mengetahui data berdistribusi normal dan uji *wilcoxon* untuk mengetahui perbedaan hasil sebelum dan sesudah dilakukan sosialisasi yang telah dilakukan di Kelurahan Kadipaten.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Program SERASI atau Serangkaian Aksi Cegah Hipertensi merupakan program yang digagas oleh kelompok PKL (Praktik Kerja Lapangan) Fakultas Kesehatan Masyarakat UNAIR

tahun 2024 di Kelurahan Kadipaten, Kecamatan Babadan, Kabupaten Ponorogo, Jawa Timur. Program ini terdiri dari 2 kegiatan, yakni Sosialisasi Paradigma Sehat dan pemberian Buku PENSI atau Peduli Hipertensi sebagai sarana edukasi mengenai hipertensi dan sebagai catatan pemantauan kesehatan lansia. Rangkaian program SERASI ini bertujuan untuk dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman lansia terkait hipertensi khususnya resiko komplikasi hipertensi dan edukasi pola hidup sehat. Setelah mengetahui dan memahami perihwal resiko komplikasi dan pola hidup sehat, masyarakat diharapkan dapat hal ini diharapkan dapat menumbuhkan kesadaran masyarakat untuk memeriksakan diri secara rutin ke puskesmas dan meningkatkan partisipasi dalam kegiatan Posyandu Lansia yang diadakan secara rutin di Kelurahan Kadipaten. Kelurahan Kadipaten merupakan salah satu kelurahan di Kecamatan Babadan, Kabupaten Ponorogo dengan jumlah penduduk sebanyak 7.768 jiwa dan terdiri dari 2.471 kepala keluarga. Kelurahan Kadipaten terdiri dari 4 desa, yakni Desa Kebon, Desa Jurang Gandul, Desa Tengah, dan Desa Krajan.

Program ini disusun menggunakan pendekatan epidemiologi yang meliputi identifikasi masalah (P1), besaran dan distribusi masalah (P2, P3, P3, P4, P5), analisis masalah (P6), tindakan yang telah dilakukan (P7 dan P8), dan tindakan lain yang perlu dilakukan (P9). Hasil identifikasi masalah (P1) melalui data sekunder dan hasil *indepth interview* didapatkan data masalah kesehatan yang paling tinggi di Kelurahan Kadipaten yakni Hipertensi. Hal ini dibuktikan dengan tren penderita hipertensi di Kelurahan Kadipaten yang selalu meningkat di tahun 2021-2023.

P2 dalam pendekatan epidemiologi menanyakan terkait banyaknya kasus yang terjadi. Berdasarkan data sekunder yang diperoleh, prevalensi penyakit hipertensi pada tahun 2021 sebanyak 1.03% dengan total 76 kasus. Pada tahun 2022 jumlah penderita hipertensi meningkat sebanyak 189 kasus dengan angka prevalensi sebesar 2.38% dan terus meningkat pada tahun 2023 sebanyak 217 kasus dengan angka prevalensi sebesar 2.74%. Penyakit hipertensi selalu berada di peringkat 1 dalam 10 besar masalah kesehatan yang ada di Kelurahan Kadipaten selama 3 tahun berturut-turut.

Dalam pendekatan Epidemiologi, P3 dan P4 saling berkaitan. P3 dan P4 berkaitan dengan kapan dan dimana masalah kesehatan tersebut muncul. Berdasarkan data yang diperoleh, masalah hipertensi terjadi pada tahun 2021-2023 di Kelurahan Kadipaten yang terdiri dari 4 dusun meliputi Dusun Juranggandul, Dusun Kebon, Dusun Krajan, dan Dusun Tengah. Sementara untuk P5 menanyakan terkait siapa yang terkena. Berdasarkan data sekunder, diketahui jumlah kasus hipertensi berdasarkan usia, mayoritas penderita berusia >60 tahun. Sedangkan berdasarkan jenis kelamin terdapat 217 kasus, Pada laki-laki sebanyak 19% (40 kasus) dan pada perempuan sebanyak 81% (177 kasus). Sehingga mayoritas penderita hipertensi terjadi pada perempuan.

Analisis masalah (P6) yang ditemukan berdasarkan dari hasil kuesioner faktor risiko hipertensi, masyarakat Kelurahan Kadipaten banyak menderita hipertensi dikarenakan faktor kurangnya pengetahuan, dan pola makan yang buruk. Sebanyak 55,7% warga kadipaten tahun 2024 menganggap bahwa hipertensi hanya bisa sembuh dengan obat. Padahal banyak faktor lain yang dapat membantu proses penyembuhan hipertensi. Kemudian 54,3% warga kadipaten menganggap bahwa penyakit hipertensi tidak menimbulkan komplikasi pada organ tubuh lain. Sedangkan pada kenyataannya, hipertensi dapat menimbulkan beberapa komplikasi serius seperti penyakit jantung koroner, stroke, diabetes, hingga gagal ginjal [6]. Selanjutnya, sebanyak 52,8% warga kadipaten menganggap bahwa gejala hipertensi dapat terlihat secara fisik. Padahal banyak orang yang terlihat sehat dari fisiknya namun setelah melakukan pemeriksaan ternyata terindikasi hipertensi. Sedangkan terkait pola makan, sebanyak 65,7% warga kadipaten mengonsumsi gorengan lebih dari 3 kali dalam seminggu. Konsumsi gorengan berhubungan dengan kejadian hipertensi [7]. Hal ini dikarenakan konsumsi gorengan berhubungan dengan kejadian Hiperkolesterolemia. Hiperkolesterolemia dapat menyebabkan aterosklerosis. Aterosklerosis akan mengakibatkan adanya penyumbatan pembuluh darah arteri dan akhirnya dapat mengakibatkan hipertensi [8].

Berdasarkan *indepth interview*, program terkait hipertensi (P7) yang ada di Kelurahan Kadipaten adalah Posyandu Lansia yang secara rutin dilakukan setiap satu bulan sekali. Posyandu lansia tersebut terdiri dari kegiatan pemeriksaan tekanan darah, berat badan, gula darah,

kolesterol, asam urat, dan tinggi badan yang dilaksanakan di Kantor Kelurahan Kadipaten. Sasaran dari program posyandu lansia tersebut adalah kelompok usia pralansia (45-59 tahun) dan kelompok umur lansia (>60 tahun). Namun, berdasarkan pengamatan dan data sekunder yang didapatkan, untuk kelompok usia pra-lansia memiliki partisipasi yang lebih rendah daripada kelompok usia lansia. Rata-rata kunjungan posyandu lansia dibandingkan dengan jumlah populasi pra-lansia dan lansia adalah 53:1577 pada tahun 2023.

Hasil dari tindakan yang dilakukan (P8) yakni adanya program posyandu lansia dapat meningkatkan angka deteksi dini kasus hipertensi melalui pengecekan tekanan darah. Namun, program posyandu lansia di Kelurahan Kadipaten masih belum dapat mencegah terjadinya kasus hipertensi secara signifikan. Hal ini dikarenakan, dalam program Posyandu Lansia belum ada kegiatan edukasi secara spesifik yang terkait faktor risiko hipertensi untuk mencegah terjadinya hipertensi dan komplikasi yang ditimbulkan.

Berdasarkan data dan hasil analisis P1 hingga P8 yang telah dilakukan, ada beberapa solusi yang akan dilakukan untuk mengatasi permasalahan hipertensi (P9), yakni edukasi berupa sosialisasi paradigma sehat yang berfokus pada tindakan promotif dan preventif faktor risiko hipertensi, pemberian buku PENSI (Peduli Hipertensi) untuk para lansia yang terdiri dari lembar skrining dan monitoring hipertensi (tekanan darah, berat badan, tinggi badan, dan lingkaran pinggang) serta edukasi mengenai hipertensi, dan pembuatan buku registrasi untuk memudahkan tenaga kesehatan dalam mencatat dan mengarsipkan data.

Setelah melakukan analisis situasi menggunakan Pendekatan Epidemiologi P1 hingga P9, dilakukan kegiatan *Focus Group Discussion* (FGD) untuk menentukan prioritas masalah yang telah ditemukan menggunakan metode *USG* (*Urgency, Seriousness, Growth*). Kegiatan FGD dilakukan bersama Lurah, Bidan Desa, perwakilan tenaga kesehatan, perwakilan perangkat kelurahan, dan perwakilan kader dengan total 7 peserta yang dilaksanakan di Balai Kelurahan Kadipaten. Hasil dari kegiatan FGD diperoleh 3 prioritas permasalahan yang ada di Kelurahan Kadipaten. Peringkat pertama yakni rasio kunjungan pelayanan kesehatan lansia dan pralansia di Posyandu lebih rendah dibandingkan dengan jumlah lansia dan pralansia, yaitu 53:1577 pada tahun 2023, peringkat kedua yakni prevalensi hipertensi di Kelurahan Kadipaten tahun 2023 baru terdeteksi hanya 2,74% dari 40,22% berdasarkan pengukuran Riskesdas tahun 2018, dan peringkat terakhir adalah proporsi sering lupa minum obat antihipertensi di Kelurahan Kadipaten tahun 2023 lebih tinggi dari pengukuran Riskesdas 2018 di Kabupaten Ponorogo, yakni sebesar 21,4% dari 7,57%.

Hasil ini menunjukkan bahwa permasalahan prioritas yang harus segera diselesaikan adalah permasalahan yang menduduki peringkat pertama, yakni rasio kunjungan pelayanan kesehatan lansia dan pralansia di Posyandu lebih rendah dibandingkan dengan jumlah lansia dan pralansia, yaitu 53:1577 pada tahun 2023. Dengan kata lain, kunjungan lansia dan pralansia untuk memeriksakan diri ke Posyandu Lansia masih rendah. Setelah itu, ditentukan akar penyebab masalah menggunakan metode *Pohon Masalah* (*Problem Tree*). Ditemukan beberapa akar penyebab masalah dari permasalahan utama, yakni kurang tersedianya sarana transportasi umum untuk memudahkan akses ke posyandu lansia, kurangnya edukasi dan sosialisasi terkait kunjungan posyandu dari tenaga kesehatan, kurangnya pemahaman masyarakat terkait pengobatan hipertensi yang tepat, waktu bertabrakan dengan jadwal posyandu, dan kepercayaan masyarakat yang masih konservatif.

Dalam kegiatan FGD juga dibahas mengenai penentuan alternatif solusi menggunakan metode MEER (Metodologi, Efektivitas, Efisiensi, dan Relevansi) bersama Lurah, Bidan Desa, perwakilan tenaga kesehatan, perwakilan perangkat kelurahan, dan perwakilan kader dengan total 7 peserta yang dilaksanakan di Balai Kelurahan Kadipaten. Setiap 5 akar permasalahan akan ada 2-4 alternatif solusi yang nantinya akan dipilih salah satu solusi utama tiap akar permasalahan untuk menentukan prioritas alternatif solusi yang akan dilaksanakan. Terdapat 5 alternatif solusi utama yang ditawarkan, antara lain:

1. Menyediakan transportasi umum seperti ambulan kelurahan ataupun angkutan kelurahan seperti halnya ACS (Angkutan Cah Sekolah) sebagai bentuk usaha jemput bola lansia yang terkendala transportasi agar bisa hadir posyandu lansia secara rutin.
2. Memperkuat kunjungan posyandu lansia dengan membentuk program SERASI (Serangkaian Aksi Cegah Hipertensi) yang berisikan kegiatan edukasi berupa sosialisasi

- paradigma sehat yang berfokus pada promotif dan preventif faktor risiko hipertensi serta ajakan untuk periksa ke posyandu dan pemberian buku PENSI (Peduli Hipertensi) sebagai sarana edukasi dan lembar skrining hipertensi.
3. Menggerakkan karang taruna untuk membantu kader dalam menindaklanjuti lansia agar benar-benar datang pada saat posyandu lansia
 4. Memberikan sosialisasi terkait jadwal pelaksanaan posyandu lansia dari jauh-jauh hari.
 5. Melibatkan dan mengadvokasikan tokoh agama untuk memberikan dukungan serta pemahaman tentang pentingnya mengikuti program kesehatan, termasuk Posyandu.



Gambar 1. Pelaksanaan *Focus Group Discussion* bersama para *stakeholder* kelurahan dan puskesmas

Perhitungan MEER menghasilkan suatu prioritas solusi dengan skor tertinggi dari permasalahan hipertensi. Prioritas solusi yang terpilih adalah memperkuat kunjungan posyandu lansia dengan membentuk program SERASI (Serangkaian Aksi Cegah Hipertensi) yang berisikan kegiatan edukasi berupa Sosialisasi Paradigma Sehat yang berfokus pada promotif dan preventif faktor risiko hipertensi dan pemberian buku PENSI (Peduli Hipertensi) karena memiliki skor tertinggi. Dengan kata lain, solusi tersebut dianggap paling tepat untuk menyelesaikan masalah kurangnya pemahaman masyarakat terkait pengobatan hipertensi yang tepat. Maka dari itu, program yang akan dibuat adalah SERASI (Serangkaian Aksi Cegah Hipertensi) dengan sasaran masyarakat pra lansia dan lansia di Kelurahan Kadipaten.

Implementasi kegiatan SERASI berupa Sosialisasi Paradigma Sehat dilaksanakan bersamaan dengan kegiatan Posyandu Lansia pada hari Kamis, 1 Februari 2024 di lingkungan Desa Kebon, Kelurahan Kadipaten, dengan sasaran masyarakat pra lansia (45-59 tahun) dan lansia (≥ 60 tahun) berjumlah 75 peserta. Kegiatan ini bekerja sama dengan pihak Puskesmas Pembantu Kadipaten dan Kader sebagai pelaksana Posyandu Lansia. Kegiatan dibuka pukul 07.00 WIB dengan peserta melakukan registrasi, pemberian buku PENSI dan konsumsi. Kegiatan SERASI dibuka dengan sambutan dari perwakilan tenaga kesehatan puskesmas, serta Lurah Kelurahan Kadipaten. Pada sebelum kegiatan sosialisasi, peserta diberi kuesioner pengetahuan *pre-test* untuk mengetahui pemahaman peserta sebelum dilakukannya sosialisasi.

Kegiatan sosialisasi paradigma sehat ini berfokus pada pengenalan definisi hipertensi, gejala atau tanda-tanda hipertensi, makanan yang perlu dihindari dan makanan yang dianjurkan (pola hidup sehat), resiko komplikasi hipertensi, dan ajakan untuk rutin memeriksakan diri ke posyandu lansia. Narasumber berasal dari mahasiswa Kelompok 12 PKL FKM UNAIR 2024.



Gambar 2. Antusiasme Masyarakat Kelurahan Kadipaten saat Kegiatan Sosialisasi Paradigma Sehat

Materi disampaikan dengan metode ceramah serta diskusi dua arah interaktif dengan masyarakat melalui media kuis. Materi yang dibuat sesuai dengan isi dari Buku PENSI yang diberikan sehingga masyarakat juga bisa mengikuti materi yang disampaikan melalui buku PENSI. Setelah sesi penyampaian materi, diadakan sesi kuis mengenai materi yang telah disampaikan. Masyarakat terlihat antusias untuk angkat tangan saat sesi kuis dan diberikan hadiah juga bagi peserta teraktif. Sebelum acara sosialisasi berakhir, masyarakat diminta untuk mengisi lembar post-test. Hal ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah materi terkait hipertensi yang diberikan pada peserta sosialisasi dan posyandu lansia di Kelurahan Kadipaten dapat diterima dengan baik atau tidak.



Gambar 3. Dokumentasi Pelaksanaan Kegiatan Posyandu Lansia dan Pencatatan Hasil Pemeriksaan di Buku PENSI

Kegiatan dilanjutkan dengan pelaksanaan Posyandu Lansia. Kegiatan Posyandu Lansia ini meliputi timbang berat badan, tinggi badan, lingkar perut, pengecekan tekanan darah, gula darah, asam urat, kolesterol, dan konsultasi kesehatan bersama tenaga kesehatan berdasarkan hasil pemeriksaan yang sudah dilakukan. Seluruh hasil pemeriksaan hingga konsultasi dicatat pada Buku PENSI. Selama sesi konsultasi, masyarakat juga mendapatkan Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE) mengenai hipertensi dan penggunaan Buku PENSI. Tak lupa juga masyarakat

dihimbau untuk selalu membawa Buku PENSI saat mengikuti kegiatan Posyandu. Setelah melakukan pemeriksaan, peserta diperbolehkan untuk pulang.

Setelah kegiatan selesai, selanjutnya dilakukan analisis pada hasil *pre-test* dan *post-test*. Pada *pre-test* dan *post-test* jumlah masing masing test terdiri dari 10 soal pilihan ganda yang merupakan bagian dari materi yang disampaikan pada sosialisasi. Pengisian lembar *pre-test* dan *post-test* dilakukan menggunakan kertas. Hal ini dilakukan untuk menyesuaikan sasaran kami yakni usia pra lansia dan lansia. Pengisian lembar *pre-test* dan *post-test* dibantu oleh mahasiswa dikarenakan sebagian besar peserta sudah mengalami penurunan penglihatan, beberapa peserta juga masih memerlukan penjelasan tambahan terkait tata cara mengerjakan *pre-test* dan *post-test*. Beberapa peserta lain ada yang mengalami kesulitan dalam menulis jawaban, sehingga untuk lebih memudahkan sasaran membaca dan menulis *pre-test* dan *post-test* lansia perlu dibantu dalam pengisiannya. Meski demikian, panitia tetap membantu pengisian *pre-test* maupun *post-test* yang diberikan tanpa memberikan bantuan jawaban dalam bentuk apapun, sehingga jawaban murni berasal dari peserta.

Tabel 1. Rata-rata nilai *pre-test* dan *post-test* pengetahuan warga Kelurahan Kadipaten

Jenis Tes	Mean
<i>Pre-test</i> (sebelum diberikan edukasi)	70,00
<i>Post-test</i> (sesudah diberikan edukasi)	90,00

Berdasarkan Tabel 1, dapat diketahui bahwa ada perbedaan antara nilai rata-rata atau *mean* dari skor *pre-test* dan *post-test*. Rata-rata atau *mean* nilai *pre-test* sebesar 70 dan *mean* nilai *post-test* sebesar 90, sehingga diperoleh selisih perbedaan nilai dari kedua tes tersebut sebesar 20. Data diolah menggunakan *excel* dan *r studio*. Selanjutnya dilakukan uji normalitas menggunakan uji *shapiro wilk* untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak. Hasil uji normalitas *saphiro-wilk* menunjukkan nilai *p-value* sama dengan 3.75e-05 (0,0000375) atau *p-value* < 0,05. Setelah dilakukan uji tersebut, didapatkan salah satu variabel tidak berdistribusi normal sehingga digunakan *Wilcoxon Test* untuk menguji perbedaan nilai pengetahuan sebelum dan setelah sosialisasi. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan *p-value* sama dengan 2.135e-08 (0,00000002135). Nilai *p-value* < 0,05, maka didapatkan H_0 ditolak yang menandakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan pralansia dan lansia tentang hipertensi sebelum dan setelah diberikan sosialisasi. Hasil ini menunjukkan bahwa program sosialisasi yang dilaksanakan efektif dalam meningkatkan pengetahuan pralansia dan lansia di Kelurahan Kadipaten tentang hipertensi sebesar 28.57%.

Selain itu, keberhasilan peningkatan pengetahuan ini dapat diikuti dengan munculnya kesadaran untuk mencegah hipertensi melalui pengaturan pola hidup yang sehat [10]. Setelah sosialisasi, para lansia dan pra-lansia di Kelurahan Kadipaten juga menunjukkan kemauan untuk rutin datang ke Posyandu Lansia. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan pada 146 lansia di Puskesmas Sempaja Kota Samarinda menunjukkan bahwa ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan terhadap minat kunjungan lansia ke Posyandu Lansia (*p value* 0,00<0,05)[11].

4. KESIMPULAN

Program SERASI (Serangkaian Aksi Cegah Hipertensi) yang dilaksanakan di Kelurahan Kadipaten, Ponorogo bertujuan untuk menumbuhkan kesadaran deteksi dini hipertensi melalui kegiatan edukasi masyarakat terkait faktor resiko hipertensi dan komplikasi yang ditimbulkan. Program ini dibentuk berdasarkan hasil analisis situasi yang menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi permasalahan kesehatan dengan jumlah tertinggi di Kelurahan Kadipaten serta kurangnya kesadaran masyarakat untuk memeriksakan diri, pemahaman terkait komplikasi hipertensi, dan pola makan yang tidak sehat. Oleh karena itu, program SERASI terdiri dari 2 bentuk kegiatan, yakni Sosialisasi Paradigma Sehat dan pemberian buku PENSI (Peduli Hipertensi) sebagai sarana edukasi mengenai hipertensi dan lembar *monitoring* kesehatan lansia

khususnya yang berkaitan dengan faktor risiko hipertensi. Hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan program SERASI terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan lansia tentang hipertensi, dengan peningkatan pemahaman sebesar 28,57%. Kedepannya, program ini dapat diharapkan dapat dikembangkan dengan integrasi konsultasi medis dan pemantauan tekanan darah jangka panjang secara berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih dan apresiasi sebesar-besarnya kepada seluruh anggota PKL Kelompok 12 Kelurahan Kadipaten yang telah bekerja keras dan saling bekerja sama selama pelaksanaan PKL ini, mulai dari persiapan, analisis, perencanaan, hingga pelaksanaan program SERASI. Kami juga berterima kasih kepada seluruh perangkat Kelurahan Kadipaten, tenaga kesehatan Puskesmas Pembantu Kadipaten maupun Puskesmas Babadan serta para kader serta masyarakat Kelurahan Kadipaten yang menerima kehadiran kami serta bersedia untuk membantu jalannya kegiatan PKL kami sehingga kegiatan kami dapat berjalan dengan lancar selama satu bulan penuh.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] World Health Organization, "Hypertension," 2023. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension> (accessed Feb. 10, 2025).
- [2] Musakkar and T. Djafar, "Promosi Kesehatan: Penyebab Terjadinya Hipertensi," *Pendidik dan Promosi Kesehat.*, p. 200, 2020, [Online]. Available: <https://osf.io/34yna/download>.
- [3] Kementerian Kesehatan RI, "Survei Kesehatan Indonesia 2023," 2023. [Online]. Available: <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/ski-2023-dalam-angka/>.
- [4] Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, "Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2023," 2024. [Online]. Available: <https://dinkes.jatimprov.go.id/userfile/dokumen/PROFIL KESEHATAN PROVINSI JAWA TIMUR TAHUN 2023.pdf>.
- [5] Dinas Kesehatan Kab. Ponorogo, "Hipertensi 2023," Ponorogo, 2024. [Online]. Available: [https://dashboard.ponorogo.go.id/instansi/Dinas Kesehatan](https://dashboard.ponorogo.go.id/instansi/Dinas%20Kesehatan).
- [6] M. T. Sari and M. E. Putri, "Pengendalian dan Pencegahan Komplikasi Hipertensi pada Lansia Melalui Pendidikan Kesehatan Perilaku Patuh dan Teknik Relaksasi Otot Progresif," *J. Abdimas Kesehat.*, vol. 5, no. 1, p. 145, 2023, doi: 10.36565/jak.v5i1.483.
- [7] R. Handayani, N. Mutiara Sanni, and I. M. Ayu, "Pola Makan sebagai Faktor Risiko Hipertensi pada Pekerja," *Media Publ. Promosi Kesehat. Indones.*, vol. 6, no. 4, pp. 588–594, 2023, doi: 10.56338/mppki.v6i4.2963.
- [8] S. E. N. Langgu, R. D. Ngaisyah, and H. Yuningrum, "The Correlation Between Physical Activity And The Consumption Of Fried Foods And Hypercholesterolemia At The Integrated Development Post In Kopat Su-Village, Karang Sari Village, Pengasih District, Kulonprogo Regency, Yogyakarta," *Semin. Nas. UNRIYO*, pp. 1–9, 2019, [Online]. Available: <http://prosiding.respati.ac.id/index.php/PSN/article/view/24>.
- [9] M. Rahmadhani, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Hipertensi Pada Masyarakat Di Kampung Bedagai Kota Pinang," *J. Kedokt. STM (Sains dan Teknol. Med.)*, vol. 4, no. 1, pp. 52–62, 2021, doi: 10.30743/stm.v4i1.132.
- [10] N. M. D. S. Suena, D. Juliadi, K. N. N. Dewi, and V. Patrisia, "Sosialisasi Pencegahan Hipertensi dan Pemeriksaan Tekanan Darah pada Warga Desa Pengiangan," *Pros. Semin. Reg. Pengabd. Kpd. Masy. Univ. MAHASARASWATI DENPASAR*, vol. 3, no. 1, pp. 182–189, 2024, [Online]. Available: <https://e-journal.unmas.ac.id/index.php/Prosemregunmas2024/article/view/9715>.
- [11] R. Ismahmudi, U. Muhammadiyah, and K. Timur, "Hubungan antara ntara Tingkat Pendidikan dan Pengetahuan dengan engan Kunjungan Kunju Lansia ke e Posyandu Lansia

di i Puskesmas Sempaja," vol. 4, no. 1, pp. 1-8, 2022.