

The Relationship between Prolanis and Hypertention in the Working Area of Puskesmas Betoambari BauBau City

Hubungan Program Prolanis dengan Pengendalian Penyakit Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Betoambari Kota BauBau

Article History

Received : 08/06/2021

Accepted : 12/06/2021

Published : 25/06/2021

Ni'ma Meilani^{1*}, Eky Endriana Amiruddin², Fitriani³, Nurhudyah⁴, Kasmiasi⁵

Afiliasi

^{1,2,3,4,5} Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Dayanu Ikhsanuddin, Bau-bau

Korespondensi

Email : nima.meilani@yahoo.co.id

Abstract

Data from Puskesmas Betoambari show hypertension is often in the top 10 highest diseases in the puskesmas with increasing in cases in the last 3 years. In 2016 the number of cases was 109 cases, in 2017 was 580 cases and in 2018 was 580 cases. The purpose of this study is to know the relationship between Prolanis program, gymnastics, and hypertension controlling in the working area of Puskesmas Betoambari Baubau City. This is analytical observational with cross sectional study design. The population of this study is all participants Prolanis with hypertension in the puskesmas numbered 40 people. This study find that there is a relationship between the Prolanis and hypertension controlling in the working area of Puskesmas Betoambari. Puskesmas officers need to maximalize prolanis activities in order to motivate the community to follow every activity carried out to lower blood pressure.

Key words : *Gymnastics; Hypertension; Prolanis,*

Abstrak

Data Puskesmas Betoambari menunjukkan hipertensi sering masuk dalam 10 besar penyakit tertinggi di puskesmas dengan peningkatan kasus dalam 3 tahun terakhir. Pada tahun 2016 jumlah kasus sebanyak 109 kasus, tahun 2017 sebanyak 580 kasus dan tahun 2018 sebanyak 580 kasus. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara program Prolanis, senam, dan pengendalian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Betoambari Kota Baubau. Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan desain penelitian cross sectional. Populasi penelitian ini adalah seluruh peserta Prolanis penderita hipertensi di Puskesmas yang berjumlah 40 orang. Penelitian ini menemukan bahwa ada hubungan antara Prolanis dengan pengendalian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Betoambari. Petugas Puskesmas perlu memaksimalkan kegiatan prolanis agar dapat memotivasi masyarakat untuk mengikuti setiap kegiatan yang dilakukan untuk menurunkan tekanan darah.

Kata Kunci: Hipertensi; Prolanis; senam

Pendahuluan

Setiap negara didunia ini memiliki masalah masing-masing yang terkadang masih sulit untuk diatasi. Salah satu permasalahan yang saat ini masih dialami oleh beberapa negara di dunia termasuk Indonesia ialah tentang penyakit, dimana salah satunya adalah penyakit kronis. Salah satu penyakit kronis yang menjadi masalah saat ini adalah penyakit kronis Hipertensi. Penyakit Hipertensi merupakan salah satu penyakit degenerative yang banyak ditemukan di Indonesia, ditandai oleh kenaikan tekanan darah diatas nilai normal yang dapat diakibatkan oleh berbagai macam faktor (Deiby O. Lumempouw et al, 2016).

Berdasarkan data WHO pada tahun 2014 terdapat sekitar 600 juta penderita hipertensi di seluruh dunia. Prevalensi tertinggi terjadi di wilayah Afrika yaitu sebesar 30%. Prevalensi terendah terdapat di wilayah Amerika sebesar 18% (WHO, 2014).

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, prevalensi hipertensi di indonesia sebesar 34,1%, prevalensi tertinggi terjadi di Kalimantan Selatan sebesar (44,1%) dan yang terendah di Maluku Utara (22,2%). Selain itu, menurut data BPJS Kesehatan, biaya pelayanan hipertensi mengalami

peningkatan setiap tahunnya, yakni Rp. 2,8 triliun pada 2014, Rp. 3,8 triliun pada 2015, dan Rp. 4,2 triliun pada 2016 (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara penyakit hipertensi merupakan penyakit yang paling sering berada dalam daftar 10 penyakit terbesar di Sulawesi Tenggara. Pada tahun 2013 angka kejadian hipertensi dengan jumlah penderita sebanyak 24.419 kasus dengan prevalensi (0,01%), pada tahun 2014 angka kejadian hipertensi sebanyak 34.419 kasus dengan prevalensi (14,26%), pada tahun 2015 angka kejadian hipertensi sebanyak 19.734 kasus dengan prevalensi (7,16%), pada tahun 2016 angka kejadian hipertensi sebanyak 31.817 kasus dengan prevalensi (14,60%), pada tahun 2017 angka kejadian hipertensi sebanyak 11.265 kasus dengan prevalensi (1,19%) dan 8 % diantaranya meninggal dunia (Profil Dinkes Provinsi Sultra, 2017).

Berdasarkan Data Puskesmas Betoambari penyakit hipertensi merupakan salah satu penyakit yang sering berada dalam 10 besar penyakit tertinggi di puskesmas tersebut yang mengalami peningkatan kasus dalam 3 tahun terakhir. Pada tahun 2016 penyakit hipertensi menduduki urutan ke7

dari 10 besar penyakit dengan jumlah kasus 109 kasus, pada tahun 2017 penyakit hipertensi menduduki urutan ke2 dari 10 besar penyakit dengan jumlah kasus 580 kasus, kemudian pada tahun 2018 penyakit hipertensi naik menjadi urutan pertama dengan jumlah kasus 584 kasus. Sedangkan berdasarkan data kunjungan penderita hipertensi pada tahun 2019 sejak bulan januari sampai bulan april, penderita hipertensi mencapai 176 kasus (Profil Puskesmas Betoambari, 2016-2019).

Beberapa faktor penyebab terjadinya hipertensi diantaranya adalah faktor umur, jenis kelamin, etnis, hereditas, stress, psikologis, pola makan seperti mengonsumsi garam dan lemak tinggi dan jarang mengonsumsi sayur dan buah, gaya hidup seperti kebiasaan merokok, olah raga tidak teratur, mengonsumsi alkohol, dan obesitas (Sari, 2017).

Berdasarkan permasalahan diatas, maka perlu dilakukan suatu upaya untuk mengendalikan permasalahan tersebut. Salah satu upaya yang dilakukan oleh pemerintah untuk mengendalikan masalah hipertensi tersebut adalah mengadakan program prolanis. Sejak tahun 2014 BPJS kesehatan telah menetapkan program pengelolaan penyakit kronis (Prolanis). Penyakit kronis

yang termasuk kedalam program prolanis yaitu Hipertensi dan Diabetes melitus Tipe 2 (BPJS, 2014).

Penyelenggaraan Jaminan Sosial Kesehatan (BPJS Kesehatan) telah bekerja sama dengan pihak pelayanan fasilitas kesehatan khususnya Puskesmas untuk melaksanakan suatu program yang terintegrasi dengan model pengelolaan penyakit kronis bagi penderita penyakit kronis yang disebut sebagai "PROLANIS" (Program Pengelolaan Penyakit Kronis). Saat ini prolanis difokuskan pada penyakit Hipertensi dan Diabetes melitus dengan mengadakan senam sehat dan edukasi pada peserta prolanis untuk meningkatkan kebugaran dan pengetahuan peserta prolanis tentang penyakit yang dideritanya yaitu penyakit hipertensi (BPJS, 2014).

Prolanis hipertensi ini juga telah di terapkan di wilayah kerja Puskesmas Betoambari dalam rangka mengedalikan masalah hipertensi. Program prolanis yang diselenggarakan tersebut diikuti oleh peserta BPJS kesehatan yang menderita penyakit kronis seperti hipertensi sebanyak 40 orang yang terdiri 4 orang laki-laki dan 38 orang perempuan, dimana 21 orang berasal dari kelurahan Bone-bone dan 19 orang dari kelurahan Tarafu. Walaupun

program prolans hipertensi telah dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Betoambari, namun penyakit hipertensi masih saja mengalami peningkatan setiap tahunnya. Hal inilah yang saat ini menjadi masalah di wilayah kerja Puskesmas Betoambari.

Berdasarkan data dan permasalahan diatas tentang program prolans yang dilakukan sebagai upaya pengendalian penyakit hipertensi, maka peneliti tertarik Untuk mengetahui apakah program Prolans yang dilakukan tersebut berhubungan dengan pengendalian penyakit hipertensi diwilayah kerja Puskesmas Betoambari. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan program Prolans yaitu senam dengan pengendalian penyakit hipertensi diwilayah kerja Puskesmas Betoambari Kota Baubau.

Metode

Penelitian ini bersifat observasional analitik dengan rancangan penelitian cross sectional study. Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Betoambari Kota Baubau. Penelitian ini telah dilaksanakan pada bulan September tahun 2019. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah semua penderita hipertensi yang menjadi peserta prolans di

Puskesmas Betoambari periode Januari-April 2019 sebanyak 40 orang. Sedangkan sampel dalam penelitian ini adalah peserta Prolans yang menderita hipertensi dan berdomisili di wilayah kerja Puskesmas Betoambari yang berjumlah 40 orang. Teknik penarikan sampel menggunakan teknik total sampling yaitu semua penderita hipertensi yang menjadi peserta prolans hipertensi di Puskesmas Betoambari.

Jenis dan sumber data dalam penelitian ini meliputi data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh dari lembaran kuisisioner yang telah diisi oleh responden. Data sekunder diperoleh dari dokumen-dokumen berupa data laporan dari Puskesmas Betoambari Tahun 2016-2019. Pengolahan data dilakukan melalui tahapan editing, coding, entry, dan tabulating. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan analisis bivariat. Bila diperoleh p-value dari nilai X lebih kecil dari batas kritis α 0,05 menunjukkan terdapat hubungan pada variabel yang diuji, sedangkan apabila p-value lebih besar dari batas kritis α 0,05 maka dikatakan kedua variabel secara statistik tidak terdapat hubungan yang bermakna.

Hasil

Distribusi berdasarkan karakteristik responden dapat dilihat pada Tabel 1. Berdasarkan tabel 1 terlihat bahwa dari 40 responden jenis kelamin tertinggi adalah perempuan sebanyak 36 (90%) dan laki-laki yaitu 4 responden (10%), karakteristik

responden berdasarkan kelompok umur responden dari 40 responden yang tertinggi yaitu kelompok umur 43-50 tahun dengan jumlah 14 responden (35,0%), dan yang terendah adalah kelompok umur 27-34 dan 35-42 tahun dengan jumlah masing-masing 3 responden (7,5%).

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	N(40)	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	4	10
Perempuan	36	90
Kelompok Umur (Tahun)		
27- 34	3	7,5
35-42	3	7,5
43-50	14	35
51-58	8	20
59-66	12	30
Tekanan Darah		
Menurun	18	90
Tidak Menurun	22	10
Pendidikan		
SD	19	47,5
SMP/SLTP	5	12,5
SMA/SMU	8	20
Perguruan Tinggi	8	20
Pekerjaan		
Pegawai Swasta	5	12,5
Wiraswasta	1	2,5
Pensiun	3	7
Lain-lain	31	77

Sumber: Data Primer, 2019

Karakteristik responden berdasarkan penurunan tekanan darah setelah mengikuti kegiatan prolans dari 40 responden sebanyak 18 responden mengalami penurunan tekanan darah dari hipertensi menjadi normal tinggi dan yang tidak

mengalami penurunan tekanan darah sebanyak 22 responden, karakteristik responden berdasarkan pendidikan dari 40 responden yang tertinggi yaitu SD dengan jumlah 19 responden (47,5%), dan yang terendah adalah SMP dengan jumlah 5

responden (12,5%) sedangkan karakteristik responden berdasarkan pekerjaan dari 40 responden yang tertinggi yaitu Lain-lain yang terdiri dari tenun dan ibu rumah tangga dengan jumlah 31 responden (77,0%), dan

yang terendah adalah wiraswasta dengan jumlah 1 responden (2,5%).

Hasil distribusi variabel penelitian tersaji pada tabel 2 berikut.

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Variabel Penelitian

Karakteristik Responden	N	%
Pengendalian Penyakit Hipertensi		
Melakukan	37	92,5
Tidak Melakukan	3	7,5
Total	40	100
Senam Prolanis		
Rutin	36	90,0
Tidak Rutin	4	10,0
Total	40	100
Tekanan Darah		
Menurun	18	90
Tidak Menurun	22	10
Total	40	100

Sumber: Data Primer 2019

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa dari 40 responden sebanyak 37 responden (92,5%) dikatakan melakukan pengendalian hipertensi dan sebanyak 3 responden (7,5%) dikatakan tidak melakukan pengendalian hipertensi. Responden yang rutin melakukan senam selama 4 minggu berturut-turut dalam sebulan sebanyak 36 responden (90,0%) dan sebanyak 4 responden (10,0%) tidak rutin melakukan senam selama 4 minggu berturut-turut dalam sebulan. Dan dari 40 responden sebanyak 18 responden (55,0%) mengalami penurunan tekanan

darah dari hipertensi menjadi normal tinggi dan sebanyak 22 responden (45,0%) yang tidak mengalami penurunan tekanan darah.

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dari 40 orang responden yang rutin melakukan senam sebanyak 36 responden (90,0%) dengan yang melakukan pengendalian hipertensi sebanyak 35 responden (97,2%) dan yang tidak melakukan pengendalian hipertensi sebanyak 1 responden (2,8%), Sedangkan yang tidak rutin melakukan senam sebanyak 4 responden (10,0%) dengan melakukan

pengendalian hipertensi sebanyak 2 responden (50,0%) dengan yang tidak melakukan pengendalian hipertensi sebanyak 2 responden (50,0%). Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji chi square menunjukkan bahwa signifikan p value =

$0,001 < \alpha=0,05$. Hal ini berarti bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada hubungan antara Program Prolanis yaitu senam dengan pengendalian penyakit hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Betoambari.

Tabel 3. Hubungan Program Prolanis yaitu Senam Dengan Pengendalian Penyakit Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Betoambari

Senam	Pengendalian Hipertensi				Total		P* Value
	Tidak Melakukan		Melakukan		N	%	
	n	%	n	%			
Tidak Rutin	2	50	2	50	4	100	0,001
Rutin	1	2.8	35	97.2	36	100	
Total	3	7.5	37	92.5	40	100	

Sumber: Data Primer 2019 (*chi-square)

Pembahasan

Hubungan Program Prolanis Yaitu Senam Dengan Pengendalian Penyakit Hipertensi

Berdasarkan hasil analisis hubungan program Prolanis yaitu senam dengan pengendalian penyakit hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Betoambari menunjukkan bahwa dari 40 orang responden yang rutin melakukan senam sebanyak 36 responden (90,0%) dengan yang melakukan pengendalian hipertensi sebanyak 35 responden (97,2%) dan yang tidak melakukan pengendalian hipertensi sebanyak 1 responden (2,8%), Sedangkan

yang tidak rutin melakukan senam sebanyak 4 responden (10,0%) dengan melakukan pengendalian hipertensi sebanyak 2 responden (50,0%) dengan yang tidak melakukan pengendalian hipertensi sebanyak 2 responden (50,0%).

Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji chi square menunjukkan bahwa signifikan p value = $0,001 < \alpha=0,05$. Hal ini berarti bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada hubungan antara Program Prolanis yaitu senam dengan pengendalian penyakit hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Betoambari.

Kerutinan mengikuti senam dan melakukan pengendalian hipertensi merupakan suatu hal yang harus dilakukan oleh peserta prolanis penderita hipertensi, senam prolanis telah dilakukan oleh pihak puskesmas dilokasi penelitian guna menurunkan tekanan darah peserta prolanis hipertensi. Namun, walaupun senam sudah dilakukan oleh pihak puskesmas tetapi masih ada peserta prolanis yang tidak rutin melakukan senam.

Sebanyak 4 responden tidak rutin mengikuti senam yang dilakukan setiap sore hari selama 4 minggu berturut-turut dalam sebulan karena memiliki aktivitas yang padat setiap harinya. Dimana pada sore hari mereka yang memiliki pekerjaan diluar rumah merasa lelah setelah melakukan pekerjaannya seharian sehingga memilih untuk istirahat dirumah daripada mengikuti senam setelah pulang bekerja. Sama halnya dengan pengendalian hipertensi dimana responden yang memiliki aktivitas dan pekerjaan yang padat membuat mereka tidak memiliki istirahat yang cukup dan terkadang melupakan untuk meminum obat secara rutin sesuai anjuran dokter yang dimana merupakan salah satu cara untuk mengendalikan penyakit hipertensi.

Hal tersebut tentunya akan memiliki

dampak terhadap permasalahan tekanan darah responden. Dimana responden yang tidak rutin mengikuti senam dan tidak melakukan pengendalian hipertensi maka tekanan darahnya tidak akan mengalami penurunan atau menurun namun hanya sedikit bahkan akan terjadi peningkatan tekanan darah.

Selain itu terdapat 37 responden yang telah melakukan pengendalian hipertensi dan sebanyak 36 responden telah rutin mengikuti senam namun responden tidak mengalami penurunan tekanan darah atau menurun namun hanya sedikit. hal ini disebabkan oleh faktor umur. Ada beberapa dari responden memiliki umur yang sudah masuk dalam ketegori lansia. Dimana umur merupakan salah satu penyebab terus meningkatnya tekanan darah karena semakin tinggi umur seseorang maka tekanan darah sistolik dan diastolikny akan terus meningkat.

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Deiby O. Lumempouw et al tentang Pengaruh senam Prolanis terhadap penyandang hipertensi pada tahun 2016, memperoleh hasil penelitian pada 25 subyek yang diberi perlakuan senam Prolanis dapat disimpulkan bahwa pada kedua kelompok latihan terdapat penurunan

bermakna tekanan darah sistolik dan diastolik setelah senam Prolanis selama 4 minggu berturut-turut.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lutfiasih Rahmawati dkk pada tahun 2018, tentang pengaruh senam prolanis terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di desa Glagashwero kecamatan Panti Kabupaten Jember, memperoleh hasil bahwa dari 22 responden yang diberi perlakuan senam prolanis, terdapat penurunan bermakna tekanan darah sistolik dan diastolik setelah senam prolanis selama 4 minggu berturut-turut.

Simpulan

Kesimpulan yang dapat ditarik dari hasil penelitian ini bahwa ada hubungan antara program prolanis yaitu senam dengan pengendalian penyakit hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Betoambari. Sehingga disarankan agar petugas peskesmas dapat memaksimalkan kegiatan prolanis sehingga masyarakat termotivasi untuk mengikuti setiap kegiatan yang dilakukan guna menurunkan tekanan darah dan bagi responden yang menjadi peserta prolanis diharapkan rutin melakukan setiap kegiatan prolanis dan terus mengontrol tekanan

darahnya.

Daftar Pustaka

- BPJS, 2014. *Panduan Praktis Prolanis (program pengelolaan penyakit kronis)*, (https://bpjskesehatan.go.id/bpjs/dmdocuments/06_prolanis.pdf) ,diakses pada 30 mei 2019.
- Lumempouw D. O, Wugouw H. I. S, Polii H, 2016. *Pengaruh Senam Prolanis Terhadap Penyandang Hipertensi*.Jurnal e-Biomedik (eBm).
- Profil Dinas kesehatan Provinsi Sultra, 2017.
- Profil Kesehatan Indonesia, 2016. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2017.*
- Profil Puskesmas Betoambari, 2016.
- _____, 2017.
- _____, 2018.
- _____. 2019.
- Rahmawati Lutfiasih dkk, 2018. *Pengaruh Senam prolanis Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Di Desa Glagahwero Lecamatan Panti Kabupaten Jember.*
- Riskesdas, *Kementerian Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018.*
- Sari Purnama Desita Putri, 2017. *Hubungan Pengelolaan Program Penyakit Kronis (Prolanis) Terhadap Status Kesehatan Hiprtensi.*
- World Health Organization (WHO), 2014. *Muhammad Hafiz Bin Mohd Arifin Dkk, 2016. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Kelompok Lanjut Usia Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Petang I Kabupaten Badung. E-JURNAL MEDIKA.*