

Keaktifan Mengikuti Prolanis Mempengaruhi Kestabilan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Warungasem

Activeness of Prolanis Participation Influencing the Blood Pressure Stability in Hypertension Patients at Public Health Center Warungasem

Muhammad Akhsin Atto'illah¹, Merry Tiyas Anggraini^{1*}, Aisyah Lahdji¹, Hema Dewi Anggraheny¹

¹Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang

*Penulis Korespondensi: Merry Tiyas Anggraini. Email: merry.tyas@unimus.ac.id

Abstrak

Latar Belakang: Hipertensi sering disebut sebagai *the silent killer* karena penderita hipertensi tidak menyadari penyakit yang dideritanya sehingga dalam jangka waktu yang lama akan menimbulkan berbagai komplikasi seperti stroke, penyakit jantung koroner dan gagal ginjal. Hipertensi merupakan penyakit tidak menular dan kronis yang menjadi salah satu penyebab utama kematian prematur di dunia. Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) merupakan pelayanan kesehatan dan pendekatan proaktif yang mengutamakan kemandirian pasien sebagai upaya promotif preventif dan dilaksanakan secara terintegratif dengan melibatkan peserta, fasilitas kesehatan khususnya puskesmas dan Badan Penyelenggara Jaminan Sosial (BPJS) Kesehatan dalam rangka pemeliharaan kesehatan bagi penderita penyakit kronis guna mencapai kualitas hidup yang optimal khususnya kestabilan tekanan darah bagi penderita hipertensi. Tujuan penelitian ini adalah untuk menjelaskan pengaruh keaktifan mengikuti Prolanis dengan kestabilan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Warungasem.

Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian dilakukan di Puskesmas Warungasem pada tahun 2020. Jumlah informan utama dalam penelitian ini sebanyak 4 orang dan informan triangulasi sebanyak 3 orang. Cara pengambilan sampel dengan metode *snowball sampling*.

Hasil: Keaktifan pasien dalam mengikuti Prolanis berkaitan dengan teori HL Blum yang memiliki beberapa faktor, yaitu faktor pelayanan kesehatan dan perilaku. Fasilitas kesehatan Puskesmas Warungasem sudah memadai tetapi juga harus didukung oleh perilaku dan kesadaran pasien yang baik guna tercapainya kestabilan tekanan darah.

Kesimpulan: Keaktifan mengikuti Prolanis mempengaruhi kestabilan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Warungasem

Kata Kunci: prolanis, kestabilan tekanan darah, hipertensi

Abstract

Background: Hypertension is often called as *the silent killer* because people with hypertension do not realize the disease they are suffering from so that if it lasts for a long time it will cause various complications such as stroke, coronary heart disease and kidney failure. Hypertension is a chronic non-communicable disease which is one of the main causes of premature death in the world. Prolanis is a health service and a proactive approach that prioritizes patient independence as a preventive promotional effort and is implemented in an integrated manner by involving participants, health facilities, especially health centers, and BPJS health in the context of health care for sufferers of chronic diseases in order to achieve optimal quality of life, especially blood pressure stability for hypertensive sufferers. The purpose of this research was to explain that activeness of Prolanis participation affects the blood pressure stability in hypertension patients at Public Health Center Warungasem

Methods: This research used a qualitative approach. The research was conducted at the Warungasem Public Health Center in 2020. The number of main informants in this research were 4 people and triangulation informants were 3 people. The sampling method used *snowball sampling*.

Result: The activeness in Prolanis patient participation was related to HL Blum's theory which has some factors, those were health care and behavior factors. The health facilities at the Warungasem Public Health Center were adequate, but there must also be patient good behavior and awareness in order to achieved stability of blood pressure.

Conclusion: Activeness of Prolanis participation affects blood pressure stability in hypertension patients at Public Health Center Warungasem

Keywords: prolanis, blood pressure stability, hypertension

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular bersifat kronis yang menjadi salah satu penyebab utama kematian prematur di dunia. Sebesar 63 % penyebab kematian di dunia adalah Penyakit Tidak Menular (PTM) dengan angka kematian sebanyak 36 juta jiwa per tahun sehingga menjadikan PTM sebagai salah satu target dari *Sustainability Development Goals (SDGs)* khususnya pada Goal 3: *Ensure healthy lives and well-being*. Data dari *World Health Organization (WHO)* menunjukkan bahwa penyebab utama kematian terkait PTM tertinggi di negara-negara Asia Tenggara, termasuk di Indonesia adalah penyakit kardiovaskuler yaitu sebesar 36 %.² Hipertensi menempati peringkat pertama penyakit kardiovaskuler yang paling banyak diderita oleh masyarakat Indonesia dengan prevalensi sebesar 25,80 %.³

Puskesmas Warungasem merupakan salah satu puskesmas yang terletak di Kabupaten Batang. Berdasarkan pengukuran tekanan darah pada masyarakat yang berusia > 18 tahun, prevalensi penyakit hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Warungasem tahun 2018 sangat tinggi yaitu sebesar 94,28 % sehingga menempati peringkat ke-2 dari total 15 puskesmas yang ada di Kabupaten Batang.⁴ Penyakit hipertensi menempati peringkat ke-2 dari daftar 10 besar penyakit di Puskesmas Warungasem yaitu sebanyak 2536 kasus. Dengan tingginya prevalensi penyakit hipertensi di Puskesmas Warungasem, maka perlu adanya perhatian lebih untuk menjaga kestabilan tekanan darah sehingga mencegah berbagai komplikasi penyakit lainnya, salah satunya dengan melaksanakan Prolanis.⁵

Pasien hipertensi yang sudah terdaftar sebagai anggota Prolanis di Puskesmas Warungasem sebanyak 130 orang sedangkan yang aktif mengikuti kegiatan prolanis jumlah kehadirannya rata-rata kurang dari 35 % setiap bulannya sehingga 65% lainnya menjadi tidak terpantau. Monitoring berkelanjutan terhadap kestabilan tekanan darah pasien hipertensi yang tergabung dalam Prolanis di Puskesmas Warungasem juga belum dilaksanakan.

Pemerintah Indonesia memfasilitasi pelayanan penyakit kronis sesuai dengan Peraturan Presiden Nomor 12 Tahun 2013 tentang jaminan Kesehatan Pasal 21 Ayat 1 dengan menyelenggarakan Prolanis.⁶ Prolanis merupakan pelayanan kesehatan dan pendekatan proaktif yang mengutamakan kemandirian pasien sebagai upaya promotif preventif dan dilaksanakan secara terintegratif dengan melibatkan peserta, fasilitas kesehatan khususnya puskesmas, dan BPJS kesehatan dalam rangka pemeliharaan kesehatan bagi penderita penyakit kronis (khususnya penyakit hipertensi dan diabetes mellitus tipe 2) guna mencapai kualitas hidup yang optimal khususnya kestabilan tekanan darah bagi penderita hipertensi.⁷

Dari ulasan di atas, penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan pengaruh keaktifan mengikuti Prolanis dengan kestabilan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Warungasem. Penelitian ini perlu dilakukan mengingat masih rendahnya keaktifan peserta dalam mengikuti kegiatan Prolanis sehingga sulit dipantau juga kestabilan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Warungasem.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk mengetahui gambaran keaktifan mengikuti Prolanis dan pengaruhnya pada kestabilan tekanan darah dengan menggunakan data primer yang didapat dari hasil wawancara mendalam dan data sekunder yang didapat dari rekam medik Puskesmas Warungasem. Jumlah informan utama dalam penelitian ini sebanyak 4 orang dan informan triangulasi sebanyak 3 orang yang terdiri dari pasien Prolanis penderita hipertensi, Kepala Puskesmas Warungasem, Penanggungjawab Prolanis, dan Bidan Desa Puskesmas Warungasem

Responden utama dalam penelitian ini adalah pasien prolanis penderita hipertensi yang terdiri dari 2 pasien dengan tekanan darah stabil (tekanan darah pasien hipertensi sesuai target yang direkomendasikan oleh JNC VIII yaitu sistole ≤ 140 mmHg dan atau diastole ≤ 90 mmHg selama 3 bulan berturut-turut) dan 2 pasien dengan tekanan darah tidak stabil (tekanan darah

pasien hipertensi yang tidak sesuai target yang direkomendasikan oleh JNC VIII yaitu sistole > 140 mmHg dan atau diastole > 90 mmHg) selama 3 bulan berturut-turut).

Informan triangulasi dalam penelitian ini adalah Kepala Puskesmas Warungasem, Penanggungjawab Prolanis Puskesmas Warungasem, dan Bidan Desa Puskesmas Warungasem. Cara pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *snowball sampling*. Keaktifan mengikuti Prolanis diukur dengan data presensi Prolanis selama 4 bulan. Dikatakan aktif

apabila presensi kehadiran $\geq 75\%$ selama 4 bulan, sedangkan presensi kehadiran $\leq 75\%$ dinyatakan tidak aktif dalam mengikuti Prolanis. Tekanan darah pasien sesuai dengan target pengobatan hipertensi yaitu $\leq 140/90$ mmHg sebanyak 75 % dalam rentan waktu 4 bulan dinyatakan stabil, sedangkan Tekanan darah pasien yang tidak sesuai dengan target pengobatan hipertensi yaitu $> 140/90$ mmHg sebanyak 75 % dalam rentan waktu 4 bulan dinyatakan tidak stabil.

Tabel 1. Karakteristik Informan Utama

Informan Utama	Usia	Jenis Kelamin	Keaktifan mengikuti Prolanis	Tekanan Darah	Kode
Informan 1	55 th	Perempuan	Aktif	Stabil	11
Informan 2	63 th	Perempuan	Aktif	Stabil	12
Informan 3	42 th	Perempuan	Tidak Aktif	Tidak Stabil	13
Informan 4	64 th	Laki-laki	Tidak Aktif	Tidak Stabil	14

Tabel 2. Karakteristik Informan Triangulasi

Informan Triangulasi	Usia	Jenis Kelamin	Status	Kode Informan	Keterangan
Informan 5	50 th	Perempuan	Petugas Puskesmas	15	Kepala Puskesmas
Informan 6	41 th	Laki-laki	Petugas Puskesmas	16	Penanggungjawab Prolanis
Informan 7	35 th	Perempuan	Petugas Puskesmas	17	Bidan Desa

1. Informan 1:

Seorang perempuan berusia 55 tahun yang bekerja sebagai ibu rumah tangga yang aktif mengikuti Prolanis dan memiliki tekanan darah stabil, pengukuran tekanan darah yang dilakukan saat penelitian didapatkan 110 / 80 mmHg.

2. Informan 2:

Seorang perempuan berusia 63 tahun yang bekerja sebagai ibu rumah tangga yang aktif mengikuti Prolanis dan memiliki tekanan darah stabil, pengukuran tekanan darah yang

dilakukan saat penelitian didapatkan 120 / 70 mmHg.

3. Informan 3:

Seorang perempuan berusia 42 tahun yang bekerja sebagai pedagang yang tidak aktif mengikuti Prolanis dan memiliki tekanan darah yang tidak stabil, pengukuran tekanan darah yang dilakukan saat penelitian didapatkan 160 / 90 mmHg.

4. Informan 4:

Seorang laki-laki berusia 64 tahun yang bekerja sebagai tukang parkir yang tidak

aktif mengikuti Prolanis dan memiliki tekanan darah yang tidak stabil, pengukuran tekanan darah yang dilakukan saat penelitian didapatkan 180 / 95 mmHg.

5. Informan 5:

Perempuan berusia 50 tahun merupakan petugas Puskesmas Warungasem Batang yang bertugas sebagai kepala puskesmas

6. Informan 6:

Laki- laki berusia 41 tahun merupakan petugas Puskesmas Warungasem Batang yang bertugas sebagai penanggungjawab Prolanis

7. Informan 7:

Perempuan berusia 35 tahun merupakan petugas Puskesmas Warungasem Batang yang bertugas sebagai bidan desa.

Hasil wawancara mendalam pada informan:

Informan 1:

Keaktifan mengikuti Prolanis dan alasannya:

“Yaa kalau sehat saya pasti kesana, ke Warungasem”

“Yaa supaya tahu kegiatannya apaa, supaya bisa periksa kesehatan, bisa silaturahmi ketemu teman seumuran”

Alasan dan cara memperoleh obat jika tidak hadir dalam Prolanis, dan kepatuhan minum obat:

“Yaa kalau pas sakit enggak hadir, tapi kalau pas sehat diusahakan hadir”

“Ya teratur, keluarga ya mengingatkan obatnya diminum”

Kegiatan di Prolanis dan manfaatnya:

“Yaa ditensi darahnya, diperiksa kesehatan, diberi obat, diberi penjelasan penyakit darah tinggi, yaa senam juga”

“Yaa ada manfaatnya, semenjak ikut Prolanis ikut senam badan terasa mendingan, jadi sehat, sudah jarang pegakl pegal, ya bermanfaat”

Perubahan pola hidup yang dilaksanakan setelah mengikuti Prolanis:

“Yaa mendingan, asalkan dilakukan yaa badan sehat sehat”

“Yaa minum obat teratur, makan masakan asin, asam, gula ya sudah dikurangi, kalau tiap jum’at biasanya ikut senam di posyandu lansia di balai desa”

Kondisi tekanan darah sebelum dan sesudah mengikuti Prolanis:

“Yaa Namanya tekanan darah yaa kadang naik, kadang yaa turun tapi ya masih di sekitar angka- angka segitu, kata doternya masih normal, ada bedanya setelah ikut Prolanis kan jadi tahu, disuruh mengurangi makanan asin dan manis, disuruh patuh minum obat, disuruh senam, olahraga”

Informan 2:

Keaktifan mengikuti Prolanis dan alasannya:

“Yaa rutin ikut, kalau dapat undangan saya pasti hadir di puskesmas, Walaupun saya sendirian yaa tetap berangkat, biasanya naik ojek ke puskesmasnya”

Alasan dan cara memperoleh obat jika tidak hadir dalam Prolanis, dan kepatuhan minum obat:

“Saya bulan kemarin pernah tidak berangkat Prolanis karena tidak diberi undangan yaa saya tidak tahu, ya mungkin bidan desanya lupa, tapi kalau diberi undangan yaa saya tetap berangkat terus”

“Diminum terus obatnya sehari tiga kali, keluarga juga mengingatkan, kalau belum minum obat dinasehati, bu obatnya diminum, seperti itu”

Kegiatan di Prolanis dan manfaatnya:

“Yaa di puskesmas senam, dicek kesehatan seperti ditensi, diberitahu dari dokternya tentang penyakit darah tinggi”

“Yaa manfaatnya badan jadi mendingan, setelah ikut Prolanis ada perubahan”

Perubahan pola hidup yang dilaksanakan setelah mengikuti Prolanis:

“Yaa memang sudah mengurangi minum manis, sehari sekali tapi kan tidak terlalu manis, kalau di rumah kadang-kadang yaa sudah tidak pernah sama sekali. Kadang minum manisnya yaa saat di kegiatan tahlil an, sekarang yaa sudah jarang minum manis, makan asin yaa tidak terlalu asin sekali, sedang-sedang saja, sekarang sudah dikurangi makan asin- asin. Kalau pagi ya olahraga jalan-jalan, minum obat sehari tiga kali teratur, sudah jarang terlalu memikikan stress sekarang”

Kondisi tekanan darah sebelum dan sesudah mengikuti Prolanis:

“Yaa tensi jadi lebih baik setelah ikut kumpulan Prolanis”

**Informan 3:
Keaktifan mengikuti Prolanis dan alasannya:**

“Yaa belum rutin ikut mas, karena saya harus kerja jualan”

Alasan dan cara memperoleh obat jika tidak hadir dalam Prolanis, dan kepatuhan minum obat:

“Yaa karena saya kerjanya jualan jadi enggak ada waktu, kadang – kadang kalau ada yang menggantikan jualan yaa saya ikut, tapi sering nya enggak bisa ditinggal jualannya, sering nya tidak ada yang mengantar dari pasar ke Puskesmas juga karena keluarga saya juga jam segitu masih kerja”

“Kalau saya tidak datang Prolanis terus obat nya habis yaa saya periksa biasa ke puskesmas sebagai pasien biasa pakai BPJS itu”

“Yaa kalau obat yaa sering nya saya minum sesuai anjuran pas periksa itu,

tapi kalau sudah merasa enakan yaa kadang tidak saya minum”

Kegiatan di Prolanis dan manfaatnya:

“Saya baru beberapa kali ikut, yaa itu ada ditensi, diperiksa darah, periksa gula, diberi obat juga sama pak dokter, diberi penyuluhan tentang penyakit – penyakit yang pasiennya ada disitu, seperti penyakit darah tinggi, kencing manis, ada senam nya jugaa sekalian pas Prolanis itu pakai musik. Keegiatannya sebenarnya bermanfaat, Cuma saya nya enggak ada waktu karena masih jualan itu mas”

Perubahan pola hidup yang dilaksanakan setelah mengikuti Prolanis:

“Yaa kalau dikasih tau itu kok biasanya susah, misalnya kaya disuruh ngurangi makanan asin-asin ngurangi garam itu yaa kadang bisa kadang yaa enggak, suruh nguramin gorengan yaa namanya orang desa ya seringnya makan gorengan, yaa sebenarnya tau kalo itu dilarang tapi yaa gimana lagi susah, apalagi kalau saya di pasar itu yaa seadanya. Kalau kontrol pantangan – pantangan makanan sii kadang- kadang aja mas belum bisa sepenuhnya , kalau merasa enggak enak badan gitu yaa saya ngurangi makanan pantangan nya. Kalau olahraga jarang, yaa dari pagi sampai siang enggak ada istirahatnya, kadang kadang habis pulang jualan itu sampai rumah masih banyak kerjaan rumah lagi jadinya sudah capek sendiri dan jarang olahraga, paling yaa habis subuh itu kadang kadang jalan- jalan”

Kondisi tekanan darah sebelum dan sesudah mengikuti Prolanis:

“Yaa dulu itu tensi nya biasanya 170, kalau sekarang yaa pernah 140 an itu kalau saya rutin minum obat sama tidak melanggar pantangan- pantangannya tadi, tapi nanti kalau saya jarang minum obat sama melanggar pantangan gitu

nanti periksa di puskesmas yaa nanti naik lagi 160 gitu”

**Informan 4:
Keaktifan mengikuti Prolanis dan alasannya:**

“Yoo kadang -kadang saja, kadang ikut kadang tidak ikut. Kalau saya enggak ikut ya karena pekerjaan saya njaga parkir, jadi saya lebih mementingkan pekerjaan parkir saya jaga motor, kalau ikut biasanya yaa siang- siang”

Alasan dan cara memperoleh obat jika tidak hadir dalam Prolanis, dan kepatuhan minum obat:

“Yaa karena saya kerjanya jadi tukang parkir itu, jadi jarang ikut”

“Yaa kadang - kadang aja minumannya, karena saya ini termasuk orang yang bandel sii, soale kalau banyak obat itu rasanya kadang nguung nguung pusing gitu”

Kegiatan di Prolanis dan manfaatnya:

“Yaa manfaatnya sebenarnya banyak, misalnya dengerin penyuluhan masalah kesehatan komplit dikasih tau pantangannya seperti jangan makan yang asin - asin, makanan manis, makanan berminyak terlalu banyak dan lain-lain, terus bisa ketemu teman kan bisa silaturahmi juga, memantau gula dan tensi, ada senamnya juga tapi kalau senam saya ikut nya kadang-kadang aja karena saya ke puskesmas nya siang”

Perubahan pola hidup yang dilaksanakan setelah mengikuti Prolanis:

“Yaa saya gini yaa terus terang, yaa di rumah itu kadang melanggar pantangan-pantangannya, yaa belum sempurna terutama masalah konsumsi makannya. Untuk makanan memang masih sulit dan masih belum bisa mengontrol. Kalau masalah makanan itu ada pengaruh dari keluarga juga,

anjurannya itu kan saya ini disuruh makan nya sedikit, tapi kadang – kadang masakan di rumah masih sering masak makanan yang asin -asin, manis – manis. Tapi kalau olahraganya sering , habis subuh itu saya biasanya jalan – jalan”

Kondisi tekanan darah sebelum dan sesudah mengikuti Prolanis:

“Yaa menurut saya sii tergantung saya sendiri, kalau saya disiplin dan enggak bandel yaa mungkin baik, yaa dari diri sendiri saja. Kadang saya kalau merasa kurang enak badan baru saya periksa, kan jarang ikut kumpulan Prolanis juga saya”

**Informan 5:
Impelementasi program Prolanis di Puskesmas Warungasem:**

“Alhamdulillah untuk kegiatan Prolanis di Puskesmas Warungasem sudah berjalan teratur, ada jadwal nya setiap bulan kita adakan pertemuan khusus peserta Prolanis. Kegiatan nya selain pemeriksaan rutin, pemeriksaan gula darah dan tensi, pemeriksan laboratorium, pemberian obat, ada juga senam bersama, dan sekalian ada penyuluhan. Untuk kunjungan rumah dilakukan pada kasus- kasus insidentil saja, yang memang pasiennya tidak memungkinkan datang ke puskesmas baru kita lakukan kunjungan rumah”

Cara Puskesmas dalam sosialisasi pentingnya aktif mengikuti Prolanis:

“ Kita tetap kerja sama dengan bidan desa di wilayah masing - masing. Jadi, apabila ada pasien yang periksa ke PKD dan ada yang menderita hipertensi atau DM kemudian nanti akan diikutkan ke kegiatan Prolanis yang ada di Puskesmas”

Cara Puskesmas dalam memonitoring pasien yang tidak aktif mengikuti Prolanis:

“Yang tidak aktif biasanya kita ada surat pemberitahuan dari puskesmas yang nantinya akan dikirim ke peserta prolanis, kemudian kita juga titip pesan ke bidan desa yang ada di wilayah, pasien tersebut tidak bisa mengikutinya karena apa, kadang kadang saat kegiatan Prolanis ada pasien yang berhalangan hadir di jadwal prolanis yang akan datang, dia izin dan pesan ke penanggungjawab Prolanis jadi pas obatnya habis dia bisa datang mengambil obatnya ke TU. Tapi yaa yang izin jarang juga, karena biasanya tiap bulan sudah ditentukan jadwalnya”

Cara Puskesmas dalam mengawasi pemateri Prolanis:

“Jadi untuk pemeriksa tetap dari dokter, kemudian untuk penyuluhan bisa dari dokter, atau dari promkes, atau dari saya sendiri, untuk materi kita tentang seputar penyakit kronis, GERMAS, juga tentang PHBS. Tapi fokus utamanya di penyakit kronis dan komplikasi-komplikasi nya”

Kondisi tekanan darah pasien sebelum dan setelah mengikuti Prolanis:

“Kalau saya lihat lewat pemantauan dengan kegiatan prolanis ini, yang tadinya mungkin naik turun sekarang sudah ada perubahan. Untuk hipertensi dan DM setelah rutin mengikuti dan melaksanakan anjuran anjuran dokter yaa terkontrol tekanan daa gula darahnya. Kegiatan Prolanis ini cukup membantu dan cukup efektif bagi pasien, karena pada pasien yang aktif ada penurunan tekanan darah dan cenderung stabil”

Informan 6: Impelementasi program Prolanis di Puskesmas Warungasem:

“Untuk kegiatan prolanis kan berupa pemeriksaan secara rutin, edukasi dan juga senam, ada pemeriksaan laboratorium

juga untuk pasien diabetes mellitus. Untuk Prolanis pelaksanaannya dilakukan rutian tiap bulan sekali. Untuk program home visit dilakukan hanya pada kasus-kasus tertentu saja misalnya dalam kondisi pasien yang tidak memungkinkan untuk datang ke puskesmas, itu kita cek ke rumah. Tetapi program home visit tidak dilaksanakan tiap bulan, hanya dilakukan pada kondisi tertentu saja”

Cara Puskesmas dalam sosialisasi pentingnya aktif mengikuti Prolanis:

“Kalau startegi untuk sosialisasi kita ada kegiatan rutin yang namanya Posbindu, jadi Posbindu ini menjadi penjangkaran awal untuk diagnosis hipertensi maupun DM. Untuk peserta Prolanis juga kami sarankan supaya tidak hanya cek kesehatan saat kegiatan Prolanis saja, mereka juga bisa cek kesehatan di Posbindu, PKD, maupun Puskesmas Pembantu. Ada 2 Puskesmas Pembantunya”

Cara Puskesmas dalam memonitoring pasien yang tidak aktif mengikuti Prolanis:

“Untuk yang tidak aktif mengikuti Prolanis, kami melalui jejaring kami yaitu bidan – bidan desa yang sering bersentuhan langsung dengan masyarakat, kan dari klub Prolanis itu kelihatan kehadirannya, nah dari situ kita pantau lewat bidan bidan desa tersebut baik untuk mengecek keadaannya maupun untuk menyarankan untuk ikut aktif dalam kegiatan Prolanis”

“Cara ini cukup efektif karena jumlah dan antusiasme pasien untuk ikut ikut Klub Prolanis bertambah walaupun mungkin ada beberapa yang belum. Ketidakmampuan mereka mungkin bukan karena ketidakmauan, mungkin karena ada sesuatu hal lain yang harus dikerjakan, tidak hanya urusan kesehatan saja”

Cara Puskesmas dalam mengawasi pemateri Prolanis:

“Untuk pemateri biasanya dari dokter puskesmas atau dokter interenship jika masih ada. Kalau yang ngisi materi dokter interenship biasanya diberi arahan dari dokter puskesmas terlebih dahulu, untuk materi edukasi nya yaa seputar penyakit-penyakit kronis dan komplikasi nya”

Kondisi tekanan darah pasien sebelum dan setelah mengikuti Prolanis:

“Ada perubahan antara pasien yang rutin mengikuti Prolanis dan tidak. Kalau yang rutin mengikuti mereka biasanya cenderung stabil atau terukur, kalau yang sampai tekanan darahnya sampai turun juga ada. Yaa kegiatan Prolanis ini cukup membantu pasien hipertensi dan DM”

Informan 7: Pemberian surat undangan ke peserta Prolanis:

“Iya, undangan Prolanis selalu saya berikan kepada peserta Perolanis baik yang aktif maupun tidak aktif, tetap saya beri surat semua, dan biasanya pasien Prolanis juga sudah menerima dan mengetahui jadwal Prolanis tersebut. Suratnya undangannya rutin tiap bulan”

Pemberian surat pemberitahuan ke peserta yang tidak aktif mengikuti Prolanis:

“Iya, surat pemberitahuan nya juga sudah saya berikan juga, yaa tapi memang kesadaran masyarakat nya yang masih rendah”

Alasan dari peserta yang tidak aktif mengikuti Prolanis:

“Alasannya ada yang karena pekerjaan yang tidak bisa ditingal, tetapi apabila ada yang bisa menggantikan pekerjaan nya, pasien tersebut berusaha datang ke puskesmas, pasien juga ada

yang beralasan tidak ada yang mengantar ke puskesmas sehingga tidak hadir Prolanis”

Kendala dalam memonitoring peserta yang tidak aktif mengikuti Prolanis:

“Untuk kendalanya di pasien nya sendiri, karena masih kurang kesadarannya. Kalau memberikan surat undangan dan surat pemberitahuan itu juga selalu ketemu dengan pasien nya, walaupun pasien nya masih pergi atau tidak dirumah nanti akan dititipkan dengan keluarga nya yang sau rumah. Biasanya saat hari H juga saya konfirmasi lagi bahwa hari ini ada kegiatan Prolanis, supaya pasien yang terkendala kehadirannya karena faktor pekerjaan tersebut bisa mencari orang untuk menggantikan pekerjaannya. Biasanya kalau ada yang menggantikan yaa pasiennya berusaha hadir

Kegiatan yang dilakukan di Pos Kesehatan Desa dan Posbindu:

“Kalau di PKD biasanya pemeriksaan sederhana seperti tensi, timbang berat badan dan bila ada keluhan yaa nanti diberikan obat. Kalau yang Posbindu sama seperti PKD tetapi tidak ada pemberian obat. Bila ada kondisi yang harus dirujuk nanti ya dirujuk ke puskesmas”

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini berkaitan dengan teori HL Blum yang menjelaskan bahwa terdapat empat faktor utama yang mempengaruhi derajat kesehatan masyarakat. Derajat kesehatan dalam penelitian ini adalah kestabilan tekanan darah pada pasien hipertensi. Keempat faktor tersebut merupakan faktor determinan timbulnya masalah kesehatan, yang terdiri dari faktor pelayanan kesehatan, faktor gaya hidup, faktor genetik, dan faktor lingkungan. Pada penelitian ini berkaitan dengan faktor pelayanan kesehatan dan faktor gaya hidup.

Fasilitas kesehatan adalah fasilitas pelayanan kesehatan yang digunakan untuk melakukan upaya pelayanan kesehatan perorangan baik promotif, preventif, kuratif maupun rehabilitatif yang dilakukan oleh pemerintah atau masyarakat.⁸ Puskesmas merupakan salah satu fasilitas kesehatan yang menyelenggarakan Prolanis. Kegiatan Prolanis di Puskesmas Warungasem rutin dilakukan setiap satu bulan sekali. Implementasi program-program di Prolanis Puskesmas Warungasem cukup baik. Program yang rutin dilaksanakan tiap bulan diantaranya meliputi pemantauan status kesehatan, konsultasi medis dan pemberian obat, pemeriksaan laboratorium, senam bersama, *reminder* SMS dan edukasi masalah kesehatan dengan topik penyakit kronis, GERMAS, PHBS, tetapi fokus utamanya tentang penyakit-penyakit kronis dan komplikasi nya. Program *home visit* hanya dilaksanakan jika ada indikasi saja, misalnya pada pasien-pasien kondisinya tidak memungkinkan untuk datang ke Puskesmas Warungasem.

Puskesmas Warungasem juga menyarankan para peserta Prolanis untuk tidak hanya aktif mengikuti Prolanis saja, tetapi juga rutin mengikuti kegiatan POSBINDU yang juga dilaksanakan setiap bulan sekali sebagai program pendamping dari Prolanis itu sendiri guna tercapainya tujuan Prolanis yaitu untuk mendorong peserta penyandang penyakit kronis mencapai kualitas hidup optimal dengan indikator 75% peserta terdaftar yang berkunjung ke Fasilitas Kesehatan tingkat pertama memiliki hasil “baik” pada pemeriksaan spesifik terhadap penyakit DM tipe 2 dan Hipertensi sesuai Panduan Klinis terkait sehingga dapat mencegah timbulnya komplikasi penyakit lainnya. Selain itu, Puskesmas Warungasem juga memiliki PKD di setiap desa dan 2 Puskesmas Pembantu untuk memfasilitasi masyarakat dalam mendapatkan fasilitas pelayanan kesehatan. Dengan tersedianya fasilitas, sarana, dan prasarana yang dimiliki oleh Puskesmas Warungasem harapannya dapat menarik minat masyarakat untuk aktif mengikuti kegiatan Prolanis. Pada penelitian sebelumnya dikatakan bahwa ketersediaan saran dan prasarana merupakan faktor penting dalam mencapai indikator pemenuhan komitmen pelayanan. Sarana dan prasarana yang tersedia dapat menjadi

daya tarik untuk menarik minat pasien untuk berpartisipasi dalam kegiatan Prolanis.⁹

Dari hasil penelitian ini, semua responden baik yang aktif mengikuti Prolanis mengatakan bahwa mereka mendapatkan manfaat dari kegiatan Prolanis. Responden yang aktif mengikuti Prolanis mengatakan bahwa semenjak mengikuti Prolanis mereka merasa lebih sehat, dapat memantau status kesehatannya, jarang merasakan pegal - pegal di tubuh, dan bisa menjadi ajang silaturahmi antar anggota Prolanis. Hal ini sesuai dengan penelitian yang pernah dilakukan bahwa mengikuti kegiatan Prolanis dapat mengurangi komplikasi dari penyakit yang diderita, kegiatan Prolanis dapat mengontrol keadaan penyakitnya, dan kegiatan Prolanis dianggap membuat kondisi kesehatannya menjadi lebih baik.¹⁰

Pada penelitian lain dikatakan bahwa alasan untuk mengikuti Prolanis menurut informan lansia yaitu untuk memeriksakan kesehatan dan dapat bersilaturahmi dengan sesama lansia.¹¹ Selain itu, peserta yang tidak aktif juga mengatakan bahwa kegiatan Prolanis ini sebenarnya bermanfaat dan jika mereka aktif mengikuti Prolanis maka kondisi kesehatannya akan membaik.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya persepsi positif responden terhadap kegiatan Prolanis di Puskesmas Warungasem. Adanya persepsi positif responden tentang manfaat mengikuti Prolanis dikarenakan responden menganggap tindakannya bisa mengurangi ancaman bagi kesehatannya.¹⁰ Jika individu menyadari bahwa dirinya rentan terhadap suatu kondisi yang berpotensi menjadi lebih serius dan meyakini bahwa tindakan yang dilakukan akan memberikan manfaat untuk mengurangi kerentanan dan keseriusan terhadap kondisinya, maka individu tersebut cenderung akan melakukan tindakan yang mereka yakini untuk mengurangi faktor risiko yang ada.¹²

Keaktifan mengikuti Prolanis berkaitan dengan salah satu faktor pada teori HL Blum, yaitu faktor perilaku/ gaya hidup masyarakat. Perilaku pasien memiliki peranan penting dalam keaktifan mengikuti Prolanis, perilaku dalam hal ini diartikan sebagai kesadaran masyarakat untuk aktif mengikuti Prolanis. Tingkat kesadaran yang

tinggi dalam pribadi pasien berpengaruh terhadap keaktifan mengikuti Prolanis sehingga bisa mencapai kestabilan tekanan darah. Tingkat keaktifan yang baik dalam prolanis didasari dengan adanya kejasama yang baik antara pihak Puskesmas dan kesadaran pasien tersebut dalam menjalankan Prolanis. Pasien yang aktif mengikuti Prolanis mengatakan bahwa, apabila kondisi kesehatannya baik dan memungkinkan untuk datang ke Puskesmas, maka pasien tersebut pasti akan hadir dalam kegiatan Prolanis.

Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa peserta tidak datang ke Prolanis karena menderita sakit kronis, sulit jalan, dan membuat cepat lelah sehingga tidak memungkinkan untuk hadir mengikuti Prolanis.¹¹ Pasien lain yang juga aktif mengikuti Prolanis juga mengatakan bahwa dia selalu berusaha untuk hadir mengikuti Prolanis jika sudah menerima surat undangan kegiatan Prolanis dari pihak Puskesmas.

Pelaksanaan Prolanis di Puskesmas Warungasem bekerja sama dengan bidan desa yang sering bersentuhan langsung dengan masyarakat. Peran bidan desa cukup membantu pihak puskesmas untuk melakukan penjangingan, pemberian surat, dan memonitoring kondisi pasien. Puskesmas melalui bidan desa akan rutin memberikan surat undangan kepada para peserta Prolanis setiap bulan, baik yang aktif mengikuti Prolanis maupun yang tidak. Bidan desa akan mengantarkan surat undangan ke rumah pasien satu minggu sebelum pelaksanaan kegiatan Prolanis, apabila tidak bertemu dengan pasien, maka bidan desa akan menitipkan surat tersebut kepada keluarga pasien dan meminta tolong untuk menyerahkan surat tersebut kepada pasien. Saat hari H pelaksanaan Prolanis bidan desa juga akan mengkonfirmasi dan mengingatkan kembali ke pasien bahwa hari tersebut ada kegiatan Prolanis. Bagi para peserta yang tidak aktif mengikuti Prolanis juga sudah diberi surat dari pihak puskesmas melalui bidan desa untuk mengingatkan kembali supaya bisa berpartisipasi aktif dalam kegiatan Prolanis.

Para pasien yang tidak aktif mengikuti Prolanis juga mengatakan bahwa mereka rutin mendapatkan surat undangan kegiatan Prolanis setiap bulan dan mendapatkan surat pemberitahuan supaya lebih aktif lagi dalam

mengikuti Prolanis. Dari hasil wawancara dengan bidan desa dan pasien yang tidak aktif mengikuti Prolanis, alasan pasien yang tidak aktif mengikuti Prolanis disebabkan oleh beberapa hal diantaranya karena faktor pekerjaan yang tidak bisa ditinggalkan dan tidak ada yang mengantar ke Puskesmas. Pasien yang aktif mengikuti Prolanis merupakan ibu rumah tangga, sedangkan pasien yang tidak aktif merupakan pedagang dan tukang parkir. Responden yang tidak bekerja cenderung lebih patuh melakukan pengobatan daripada responden yang bekerja.

Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa kepatuhan pasien hipertensi bisa disebabkan karena pekerjaan/kesibukan sehingga penderita hipertensi tidak mempunyai waktu untuk berobat ke Puskesmas.¹³ Tidak adanya dukungan keluarga dalam mengantar pasien menjadi alasan pasien tidak aktif mengikuti Prolanis. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa pasien yang tidak mengikuti kegiatan Prolanis mengaku karena tidak ada yang mengantarkannya ke Puskesmas.¹¹ Oleh karena itu, dibutuhkan dukungan dan perhatian keluarga supaya bisa membantu pasien dalam melakukan pengobatan teratur. Pada penelitian sebelumnya dijelaskan bahwa dukungan yang diberikan keluarga mampu meningkatkan keaktifan penduduk untuk rutin berobat.¹⁴

Terlepas dari alasan-alasan pasien yang tidak aktif dalam mengikuti Prolanis, kesadaran dan motivasi dari diri pasien sendiri untuk bisa aktif mengikuti Prolanis sangatlah penting untuk mencapai keberhasilan dari pengobatan penyakit hipertensi. Pasien diharapkan memiliki kesadaran yang tinggi dan lebih mempersiapkan dirinya agar bisa berkoordinasi dengan pihak keluarga dengan tujuan untuk bisa hadir dalam kegiatan Prolanis, mengingat dari pihak Puskesmas sudah mengupayakan tugasnya sesuai prosedur guna membantu meningkatkan derajat kesehatan pasien.

Pada penelitian ini, pasien yang tidak aktif mengikuti Prolanis biasanya mendapatkan obat dengan cara berobat ke dokter praktek mandiri. Kepatuhan minum obat antara pasien yang aktif mengikuti Prolanis dan yang tidak aktif pun berbeda. Pasien yang aktif mengikuti Prolanis

patuh dalam mengkonsumsi obat dan memiliki tekanan darah stabil, sedangkan pasien yang tidak aktif mengikuti Prolanis tidak patuh dalam mengkonsumsi obat. Kepatuhan pasien yang aktif mengikuti Prolanis dalam mengkonsumsi obat hipertensi tidak lepas dari adanya dukungan keluarga yang senantiasa mengingatkan pasien untuk mengkonsumsi obat secara patuh dan teratur. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa adanya dukungan baik yang diberikan keluarga kepada para penderita hipertensi bisa meningkatkan kepatuhan pasien dalam berobat, dalam hal ini melakukan kontrol rutin, mengkonsumsi obat sesuai dengan anjuran dokter, serta melakukan program – program yang disarankan.¹⁵

Perubahan pola hidup yang sudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari antara pasien yang aktif mengikuti dan tidak aktif mengikuti Prolanis pun berbeda. Pasien yang aktif mengikuti Prolanis melaksanakan anjuran–anjuran yang sudah diberikan oleh pemateri Prolanis, diantaranya mengurangi asupan garam, gula, dan minyak dalam makanan, membiasakan diri untuk berolahraga, patuh mengkonsumsi obat, dan melakukan pengelolaan stress yang baik. Sedangkan pasien yang tidak aktif mengikuti Prolanis hanya berusaha untuk melakukan olahraga. Hal ini menandakan adanya perbedaan pengetahuan dan sikap pada pasien yang aktif dan yang tidak aktif, dari hasil penelitian penelitian ini didapatkan bahwa pasien yang aktif cenderung memiliki sikap dan pola hidup yang lebih sehat setelah rutin mengikuti Prolanis sehingga memiliki kestabilan tekanan darah yang baik. Dengan melaksanakan anjuran anjuran yang diberikan saat kegiatan Prolanis diketahui bahwa pasien yang aktif mengikuti Prolanis memiliki tekanan darah yang stabil, sedangkan pasien yang tidak aktif memiliki tekanan darah yang tidak stabil.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Kegiatan Prolanis di Puskesmas Warungasem sudah dijalankan dengan baik sesuai dengan Panduan Prolanis yang diterbitkan oleh BPJS

Kesehatan

2. Keefektifan kegiatan Prolanis akan tercapai dengan adanya kerjasama yang baik antara pihak puskesmas dan kesadaran pasien untuk aktif mengikuti Prolanis secara rutin
3. Keaktifan pasien hipertensi dalam mengikuti Prolanis dapat membantu pasien dalam menjaga kestabilan tekanan darah.

SARAN

Pasien diharapkan memiliki kesadaran dan motivasi yang tinggi dalam mengikuti kegiatan Prolanis. Puskesmas sebaiknya meningkatkan pelaksanaan Prolanis sesuai dengan prosedur yang sudah ditentukan. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk melakukan penelitian dengan metode *mix methode* (metode kualitatif dan kuantitatif).

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada Puskesmas Warungasem atas izin pengambilan data.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kementrian Kesehatan RI. Hipertensi si pembunuh senyap. Jakarta. Pusat Data dan Informasi Kementrian Kesehatan RI. 2019.
2. Kementrian Kesehatan RI. Rencana aksi pengendalian penyakit tidak menular revisi 1. Jakarta: Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular. 2017.
3. Kementrian Kesehatan RI. Riset kesehatan dasar (riskesdas). Jakarta. 2013.
4. Pemerintah Kabupaten Batang. Profil kesehatan kabupaten batang. Batang: Dinas Kesehatan Kabupaten Batang. 2018.
5. Puskesmas Warungasem. Profil kesehatan puskesmas warungasem. Warungasem. 2017.
6. Sitompul S, Suryawati C, Wigati PA. Analisis pelaksanaan program pengelolaan penyakit kronis (prolanis) bpjs kesehatan pada dokter keluarga di kabupaten pekalongan tahun 2016. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2016;4(4):145-153.

7. Idris F. Panduan praktis prolans (program pengelolaan penyakit kronis). Jakarta: BPJS Kesehatan. 2014.
8. Kementerian Kesehatan RI. Peraturan menteri kesehatan RI no 71 tahun 2013 tentang pelayanan kesehatan pada jkn. Jakarta: Kemenkes RI. 2013.
9. Afrilla RW, Usman, Majid M. Faktor yang mempengaruhi partisipasi pasien diabetes melitus (dm) dalam mengikuti kegiatan prolans di puskesmas lakessi kota parepare. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*.2020;3(3):304-314.
10. Ariana R, Sari CWM, Kurniawan T. Persepsi peserta prolans tentang kegiatan program pengelolaan penyakit kronis (prolans) di upt layanan kesehatan universitas padjajaran. *NurseLine Journal*. 2020;4(2):103-113.
11. Ekarini D. Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kepatuhan klien hipertensi dalam menjalani pengobatan di puskesmas gondangrejo karanganyar. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*. 2012;3(1):1-12.
12. Glanz K, Rimer BK, & Viswanath K. Health behavior and health education: theory, research, and practice. 4th ed. San Francisco: John Wiley & Sons;2008.
13. Rasajati QP, Raharjo BB, Ningrum DN A. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan pengobatan pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas kedungmundu kota semarang. *Unnes Journal of Public Health*. 2015;4(3):16-23.
14. Umayana HT, Cahyati WH. Dukungan keluarga dan tokoh masyarakat terhadap keaktifan penduduk ke posbindu penyakit tidak menular. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2015;11(1):96-101.
15. Dewi AR, Wiyono J, & Candrawati E. Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan berobat pada pasien penderita hipertensi di puskesmas dau kabupaten malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*. 2018;3(1):459-469.