

## **Prolanis Terhadap Tingkat Penurunan Tekanan Darah dan Diabetes Mellitus di Bungursari, Tasikmalaya**

**Eneng Daryanti, Rikky Gita H, Lina Marlina, Meti Sulastr**

Universitas Bhakti Kencana Tasikmalaya

Email: eneng.daryanti@bku.ac.id, Telp. 082119919493

### **Abstrak**

Pemerintah melalui BPJS Kesehatan mencanangkan program pengelolaan penyakit kronis (PROLANIS) yang ditujukan pada pasien dengan kasus hipertensi untuk mengatasi kondisi hipertensi pasien. Aktivitas dalam PROLANIS meliputi aktivitas konsultasi medis atau edukasi, home visit, reminder, aktivitas klub, pada kenyataannya masih banyak masyarakat terutama keluarga yang tidak mengetahui tentang PROLANIS tersebut, sehingga banyak anggota masyarakat atau keluarga yang mempunyai penyakit hipertensi tidak rutin melakukan pengontrolan ke fasilitas kesehatan. Tujuan kegiatan ini adalah menjalankan program pengelolaan penyakit kronis (prolanis) terhadap tingkat penurunan tekanan darah dan diabetes mellitus. Metode yang digunakan adalah ceramah, diskusi, kunjungan kerumah. Materi atau jenis kegiatan yang diberikan meliputi pendidikan kesehatan tentang PROLANIS, hipertensi dan diabetes melitus, mengikuti senam lansia, konsultasi kesehatan, pemeriksaan tekanan darah dan kadar gula darah, dan kegiatan kunjungan keruma anggota PROLANIS. Media yang digunakan berupa power point, tensi meter, alat cek kadar gula darah, stetoskop. Hasil penilaian kegiatan ini menunjukkan efektifitas kegiatan prolanis dapat mempengaruhi keadaan pasien, baik terhadap tekanan darah ataupun aktivitas fisik. Hal ini dikarenakan adanya kegiatan yang dapat meningkatkan pemahaman pasien terhadap pentingnya manajemen hipertensi dan diabetes mellitus. Manajemen hipertensi dan diabetes mellitus diperoleh melalui kegiatan edukasi terhadap pasien dan reminder.

**Kata Kunci:** Prolanis, hipertensi, diabetes melitus

### **Abstract**

*The government through BPJS Kesehatan has launched a chronic disease management program (PROLANIS) which is aimed at patients with hypertension cases to treat the patient's hypertensive condition. Activities in PROLANIS include medical or educational consultations, home visits, reminders, club activities, in fact there are still many people, especially families who do not know about PROLANIS, so that many community members or families who have hypertension do not routinely control health facilities. The objective of this activity is to carry out a chronic disease management program (prolanis) to reduce blood pressure levels and diabetes mellitus. The methods used are lectures, discussions, home visits. The materials or types of activities provided include health education about PROLANIS, hypertension and diabetes mellitus, participating in elderly exercise, health consultations, checking blood pressure and blood sugar levels, and visiting PROLANIS members' home visits. The media used are in the form of a power point, tension meter, blood sugar level checking device, stethoscope. The results of the assessment of this activity show that the effectiveness of prolanis activities can affect the patient's condition, both on blood pressure and physical*

*activity. This is because there are activities that can improve patient understanding of the importance of management of hypertension and diabetes mellitus. Management of hypertension and diabetes mellitus is obtained through patient education and reminders.*

**Keywords:** *Prolanis, hypertension, diabetes mellitus*

## **PENDAHULUAN**

Hipertensi merupakan masalah kesehatan masyarakat yang sampai saat ini menduduki peringkat tertinggi serta terjadi pergeseran pola penyakit di masyarakat yang awalnya penyakit infeksi menjadi penyakit degeneratif. Tingginya prevalensi penyakit degeneratif salah satunya yang menjadi masalah kesehatan adalah hipertensi. Hipertensi dapat terjadi pada setiap orang baik tua maupun muda. Hipertensi disebabkan oleh beberapa faktor yang meningkatkan resiko hipertensi yaitu gaya hidup, makanan siap saji, obesitas, merokok, dan alkohol (Dinas Kesehatan Jawa Barat, 2012)

Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME) tahun 2017 menyatakan tentang faktor risiko penyebab kematian prematur dan disabilitas di dunia berdasarkan angka Disability Adjusted Life Years (DALYs) untuk semua kelompok umur. Berdasarkan DALYs tersebut, tiga faktor risiko tertinggi pada laki-laki yaitu merokok, peningkatan tekanan darah sistolik, dan peningkatan kadar gula. Sedangkan faktor risiko pada wanita yaitu peningkatan tekanan darah sistolik, peningkatan kadar gula darah dan IMT tinggi (Kementerian Kesehatan RI, 2015)

Berdasarkan Riskesdas 2018 prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia 18 tahun sebesar 34,1%, tertinggi di Kalimantan Selatan (44.1%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%). Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%). Di Jawa Barat prevalensi penderita Hipertensi sebanyak 15,09%. Sedangkan di Kota Tasikmalaya menurut profil kesehatan Jawa Barat penderita hipertensi sebanyak 8,30% dengan 9,5% jenis kelamin perempuan dan 6,56% jenis kelamin laki-laki (Dinas Kesehatan Jawa Barat, 2012)

Tingginya prevalensi penyakit degeneratif salah satunya yang menjadi masalah kesehatan adalah hipertensi dan diabetes mellitus. Hipertensi merupakan masalah kesehatan masyarakat yang sampai saat ini menduduki peringkat tertinggi serta terjadi pergeseran pola penyakit di masyarakat yang awalnya penyakit infeksi menjadi penyakit degeneratif. Hipertensi dapat terjadi pada setiap orang baik tua maupun muda. Hipertensi disebabkan oleh beberapa faktor yang meningkatkan resiko hipertensi yaitu gaya hidup, makanan siap saji, obesitas, merokok, dan alkohol.

Selain hipertensi, penyakit yang sering terjadi pada lansia juga adalah diabetes mellitus (DM). Penyakit ini merupakan keadaan yang seringkali dikaitkan dengan meningkatnya risiko kesakitan dan kematian. Lansia yang menderita DM seringkali juga mengalami penyakit lainnya, ketidakmampuan fisik, gangguan psikososial dan fungsi kognisi, serta meningkatnya pelayanan kedokteran. Pada akhirnya, komplikasi yang terjadi akan mempengaruhi kualitas hidup lansia. Gaya hidup merupakan faktor terpenting yang sangat mempengaruhi kehidupan masyarakat. Gaya hidup sangat berpengaruh terhadap kondisi fisik maupun psikis seseorang. Perubahan gaya hidup dan rendahnya perilaku hidup sehat seperti pola makan yang tidak baik, proporsi istirahat yang tidak seimbang dengan aktivitas yang dilakukan, minimnya olahraga, kebiasaan-kebiasaan tidak sehat seperti merokok, minum-minuman beralkohol, konsumsi obat-obatan tertentu dan stres adalah salah satu dari penyebab hipertensi (Bin Mohd Arifin & Weta, 2016)

Pemerintah melalui BPJS Kesehatan mencanangkan program pengelolaan penyakit kronis (PROLANIS) yang ditujukan pada pasien dengan kasus hipertensi untuk mengatasi kondisi hipertensi pasien. Aktivitas dalam PROLANIS meliputi aktivitas konsultasi medis atau edukasi, home visit, reminder, aktivitas klub, pada kenyataannya masih banyak masyarakat terutama keluarga yang tidak mengetahui tentang PROLANIS tersebut, sehingga banyak anggota masyarakat atau keluarga yang mempunyai penyakit hipertensi tidak rutin melakukan pengontrolan ke fasilitas kesehatan (Rumengan et al., 2015)

Puskesmas Bungursari didapatkan sudah ada Program Pengelola Penyakit Kronis (PROLANIS) dari BPJS Kesehatan tetapi masih banyak terdapat pasien dengan kasus hipertensi dan diabetes mellitus tidak rutin berkunjung setiap bulannya, tidak sering kontrol seperti yang diharapkan. Puskesmas Bungursari merupakan Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama (FKTP) yang bekerja sama dengan BPJS Kesehatan. Pada tahun 2018 jumlah peserta BPJS di Puskesmas Bungursari sebanyak 8.637 orang, sedangkan pada tahun 2019 bulan April tercatat peserta BPJS sebanyak 8.558. Dari jumlah anggota BPJS tersebut, beberapa orang merupakan penderita hipertensi. Jumlah penderita hipertensi di Puskesmas Bungursari sebanyak 83 orang. Berdasarkan survey pendahuluan, jumlah kunjungan penderita hipertensi yang mengikuti program prolanis masih sedikit yakni 48 orang dari anggota prolanis sebanyak 178 orang. Tujuan kegiatan ini adalah untuk menjalankan program pengelolaan penyakit kronis (prolanis) terhadap tingkat penurunan tekanan darah dan diabetes mellitus.

## **BAHAN DAN METODE**

Tahapan dalam kegiatan ini diawali identifikasi masalah, masalah yang ditemukan berupa masih tingginya kasus penyakit kronis ( hipertensi dan diabetes) dan kurang optimalnya program PROLANIS. Kegiatan yang dilaksanakan diantaranya : mengikuti senam lansia, penyuluhan, konsultasi medis dan home visit. Alat yang digunakan dalam kegiatan berupa In focus, leaflet, laptop, set alat pengukur tekanan darah, set alat pengukur gula darah, timbangan berat badan, pengukur tinggi badan, metlin.

Populasi dan sampel dalam kegiatan ini adalah anggota program PROLANIS. Tempat pelaksanaan dilakukan di wilayah kerja puskesmas Bungursari kota Tasikmalaya, pada bulan September-Oktober 2019. Pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner dan alat medis (tensimeter, alat cek gula darah, timbangan berat badan, pengukur tinggi badan, dan metlin.

## **HASIL**

Kegiatan prolanis pada minggu pertama diikuti oleh 37 orang dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 29 orang dan laki-laki sebanyak 8 orang dengan rentang usia dari 38 tahun sampai 65 tahun. Kegiatan yang dilakukan pada hari pertama adalah mengikuti senam lansia yang rutin dilaksanakan di Kampung Gandok, kemudian melakukan pemeriksaan tekanan darah, berat badan, lingkar perut, dan pemeriksaan gula darah.

Pada minggu kedua kami memberikan edukasi berupa pendidikan kesehatan tentang hipertensi dan diabetes mellitus. Dalam kegiatan pendidikan kesehatan tersebut, tidak semua peserta pada minggu pertama hadir. Peserta yang hadir pada minggu ini sebanyak 28 orang dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 23 orang dan laki-laki sebanyak 5 orang dengan rentang usia dari 38 tahun sampai 65 tahun. Dalam kegiatan ini peserta sangat antusias mengikutinya. Mereka pun ada yang konsultasi terkait masalah kesehatan yang mereka alami. Selanjutnya kami melakukan reminder melalui SMS gateway.

Pada minggu ketiga, kami melakukan pemeriksaan ulang tekanan darah, berat badan, lingkaran perut, dan pemeriksaan gula darah. Pesertanya adalah mereka yang hadir pada minggu kedua. Bagi peserta yang tidak hadir pada minggu ketiga, kami melakukan kunjungan rumah dan pemeriksaan nya dilakukan di rumah. Sehingga dalam laporan kegiatan ini, peserta yang kami masukan adalah peserta pada minggu kedua. Karena mereka yang mengikuti kegiatan secara penuh. Pada minggu keempat kami melakukan home visit kepada 1 orang peserta yang mengalami tekanan darah tinggi dan satu orang peserta yang mempunyai gula darah tinggi. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sebelum pendidikan kesehatan dan reminder, terdapat 12 orang peserta(42,86%) yang mengalami hipertensi, dan setelah dilakukannya pendidikan kesehatan dan reminder yang mengalami hipertensi menjadi 4 orang peserta (14,29%). Hasil untuk kasus diabet menunjukkan bahwa sebelum pendidikan kesehatan dan reminder, terdapat 7 orang peserta (25%) yang mengalami Diabet dan setelah dilakukannya pendidikan kesehatan dan reminder yang mengalami hipertensi menjadi 2 orang peserta (7,14%).

### **PEMBAHASAN**

Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa Program Pengelolaan Penyakit Kronis (PROLANIS) dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi dan diabetes mellitus. Hal ini sejalan dengan aktivitas PROLANIS yaitu Reminder. Reminder adalah kegiatan untuk memotivasi pasien melakukan kunjungan rutin kepada fasilitas kesehatan pengelola melalui pengingat jadwal konsultasi ke fasilitas kesehatan pengelola tersebut dan untuk menjaga pola hidup yang sehat. Menurut kami, kegiatan ini menunjukkan bahwa peran petugas kesehatan memberikan perhatian atau caring demi meningkatkan kualitas hidup pasien sehingga masalah yang dihadapi pasien seperti penyakit Hipertensi dan diabetes mellitus yang diderita bisa teratasi melalui program PROLANIS.

PROLANIS selama kegiatan 2 bulan menurut kami mencapai angka 87,5%, hal ini karena peneliti menemukan 1 aktivitas PROLANIS yang tidak berjalan yaitu Home visit, dimana home visit yang kami lakukan hanya satu kali. Penilaian tersebut bersumber dari data yang diperoleh oleh peneliti dengan menggunakan lembar observasi kegiatan PROLANIS. Menurut peneliti, efektivitas.

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Program Pengelolaan Penyakit Kronis (PROLANIS) efektif terhadap penurunan tekanan darah dan diabetes mellitus di Puskesmas Bungursari menjadi tolak ukur keberhasilan kegiatan PROLANIS. Dengan melakukan kegiatan PROLANIS secara efektif dapat membantu pasien mengkondisikan tekanan darah dan diabetes mellitus pada keadaan normal. Sebaliknya ketidakefektifan kegiatan PROLANIS berdampak tidak terpantaunya tekanan darah dan diabetes mellitus serta kegiatan diet sehingga berdampak pada kondisi tekanan darah dan diabetes mellitus yang dapat meningkat.

Puskesmas merupakan unit pelayanan efektif dimasyarakat untuk melaksanakan program ini, sehingga kebijakan yang berhubungan dengan kegiatan ini lebih ditingkatkan lagi sehingga tujuan bisa tercapai secara optimal.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Dalam penyusunan laporan ini, kami menyadari masih banyak kekurangan. Oleh karena itu pada kesempatan ini kami menyampaikan banyak terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Drs. H. Mulyana, SH., M.Pd, MH.Kes selaku Ketua Yayasan Adhi Guna Kencana Bandung.
2. Dr. Entris Sutrisno, MH.Kes., Apt, selaku Rektor Universitas Bhakti Kencana
3. Dr. Ratna Dian Kurniawati, M,Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bhakti Kencana Tasikmalaya
4. Ns. Asep Mulyana, S.Kep., MM., M.Kep, selaku Kepala Cabang Universitas Bhakti Kencana Tasikmalaya
5. Dr. Fauzan Zein M. M.Si.,Apt, selaku Kepala LPPM Universitas Bhakti Kencana,
6. Rekan-rekan seperjuangan, penulis ucapkan banyak terima kasih atas dukungan dan kerjasamanya
7. Seluruh pihak terkait yang telah membantu sehingga tidak bisa disebutkan satu persatu. Dengan segala kerendahan hati kami menyadari bahwa hasil yang dicapai dari pelaksanaan pengabdian masyarakat ini, masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu kami mengharapkan kritik dan saran untuk dapat memberikan masukan serta informasi yang bermanfaat di masa yang akan datang. Akhir kata kami ucapkan banyak terima kasih

#### DAFTAR PUSTAKA

- Bin Mohd Arifin, M., & Weta, I. (2016). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA KELOMPOK LANJUT USIA DI WILAYAH KERJA UPT PUSKESMAS PETANG I KABUPATEN BADUNG TAHUN 2016. *E-Jurnal Medika Udayana*. Dinas Kesehatan Jawa Barat. (2012). Dinas Kesehatan Jawa Barat. *Profil Kesehatan Indonesia*. <https://doi.org/0178-0000-15-104-H01-P>
- Kementerian Kesehatan RI. (2015). Infodatin, pusat data dan informasi Kementerian Kesehatan RI; Situasi kesehatan Reproduksi remaja. In *Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI*.
- Rumengan, D. S. S., Umboh, J. M. L., & Kandou, G. D. (2015). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemanfaatan Pelayanan Kesehatan Pada Peserta BPJS Kesehatan di Puskesmas Paniki Bawah Kecamatan Mapanget Kota Manado. *Jikmu Suplemen*. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2014.11.019>



**LAMPIRAN**



**Gambar 1. Pendaftaran Kegiatan Anggota Prolanis**



**Gambar 2. Senam Prolanis**



**Gambar 3. Penyuluhan DM dan Hipertensi pada Anggota Prolanis**