

## HUBUNGAN KEAKTIFAN MENGIKUTI KEGIATAN PROLANIS DENGAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI PUSKESMAS KLEGO 1 BOYOLALI

Nunuk Ari Harjanti<sup>1)</sup>, Lalu M. Panji Azali<sup>2)</sup>, Dwi Sulisetyawati<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup>Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners Universitas Kusuma  
Husada Surakarta

<sup>2,3)</sup>Dosen Program Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas  
Kusuma Husada Surakarta  
Email: [nunuxjatmika@gmail.com](mailto:nunuxjatmika@gmail.com)

### ABSTRAK

Salah satu penyakit yang menyerang lansia adalah tekanan darah tinggi *Hypertensi*. Tindakan yang dapat dilakukan untuk mencegah darah tinggi antara lain dengan mengurangi asupan garam, menjaga pola hidup sehat, dan rutin berolahraga. Selain itu, Kegiatan Prolanis juga bekerja untuk meningkatkan kualitas hidup penderita penyakit kronis seperti diabetes tipe 2 dan tekanan darah tinggi. Kegiatan Prolanis dilakukan sesuai dengan pedoman yang ditetapkan untuk mencegah perkembangan penyakit. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan keaktifan mengikuti kegiatan prolanis dengan tekanan darah pada lansia di Puskesmas Klego I. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang ada di Puskesmas Klego I dalam 6 bulan terakhir yaitu pada bulan Juli sampai Desember tahun 2023 sebanyak 196 lansia. Penelitian ini diambil di Puskesmas Klego 1 dan disaat kegiatan prolanis 1 bulan sekali.

Hasil Uji Gamma menunjukkan signifikan koefisien gamma sebesar 0,661 dan nilai p value sebesar 0,000. Artinya terdapat hubungan positif antara keaktifan dalam mengikuti kegiatan prolanis dengan tekanan darah pada lansia di Puskesmas Klego 1 Boyolali.

**Kata kunci:** *Prolanis, Hypertensi, Lansia*

### ABSTRACT

*A common ailment frequently observed among the elderly population is hypertension, also known as High blood pressure. Preventing hypertension includes reducing salt intake, maintaining a healthy lifestyle, and exercising regularly. In addition, Chronic Disease Management Programme (Prolanis) activities also improve the quality of life of people with chronic diseases, such as type II diabetes and hypertension. Prolanis activities are conducted using established guidelines designed to prevent the progression of diseases. This study aimed to determine the relationship between active participation in Prolanis activities and blood pressure in the elderly at Klego I Community Health Centre. The research adopted quantitative research using the cross-sectional method. The population consisted of older adults registered at Puskesmas Klego I for the last six months, from July to December 2023, with a total of 196 people. The research was conducted at Puskesmas Klego I during monthly Prolanis*

*activities. Gamma test results obtained a gamma coefficient of 0.661 and a p-value of 0.000. The findings indicated a positive correlation between the level of engagement in Prolanis activities and blood pressure among the elderly population at Puskesmas Klego I Boyolali.*

**Keywords:** *Elderly, Hypertension, Prolanis*

## PENDAHULUAN

Kegiatan *prolanis* dilakukan untuk meningkatkan kualitas kesehatan seseorang yang menderita penyakit kronis. Seperti penyakit diabetes mellitus tipe 2 serta penyakit *hypertensi*. Yang mana kegiatan *prolanis* dilakukan sesuai dengan panduan yang telah ditetapkan sehingga dapat membantu mencegah perkembangan komplikasi penyakit (Kemenkes RI, 2022) Dalam kegiatan *prolanis* meliputi pengukuran tekanan darah, pengecekan gula darah sewaktu, pengecekan asam urat dan kolesterol, senam *prolanis*. Selain itu juga lansia akan mendapatkan konsultasi dengan dokter terkait keluhan masalah kesehatan yang dialami serta mendapatkan pengobatan (Nisa. s. Hendra Basuki. S.B., 2024)

Kegiatan *Prolanis* merupakan suatu sistem pelayanan kesehatan dilakukan dengan menggunakan pendekatan proaktif yang dilaksanakan secara terintegrasi. Kegiatan *prolanis* ini dilakukan dengan melibatkan peserta, fasilitas kesehatan dan BPJS kesehatan. Kegiatan *prolanis* dilakukan untuk memastikan peserta BPJS kesehatan memiliki kualitas hidup terbaik dengan biaya kesehatan yang efektif dan efisien (Kemenkes RI, 2022).

Tujuan penulis melakukan studi kasus pada penelitian kali ini adalah untuk mengetahui kegiatan *prolanis* dengan tekanan darah pada lansia di Puskesmas Klego 1 Boyolali. Selain itu, penulis juga mempunyai tujuan khusus yaitu mengetahui karakteristik lansia dan mengetahui tekanan darah serta menganalisis hubungan keaktifan lansia dalam mengikuti kegiatan *prolanis* terhadap tekanan darah lansia.

Kegiatan *prolanis* di Puskesmas Klego 1 dilakukan setiap 1 kali dalam satu bulan. Kegiatan *prolanis* yang dilakukan di Puskesmas Klego 1 terdiri dari dokter, bidan, farmasi, dan perawat yang bekerja di Puskesmas Klego 1. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Klego I didapatkan hasil 3 dari 10 lansia yang aktif mengikuti kegiatan *prolanis* dengan tekanan darah normal, sedangkan 7 dari 10 lansia yang tidak aktif mengikuti kegiatan *prolanis* memiliki tekanan darah tinggi. hambatan yang terjadi dalam kegiatan *prolanis* di Puskesmas Klego 1 yaitu jarak yang jauh ke Puskesmas, tidak ada yang mengantarkan lansia ke Puskesmas, pengetahuan yang kurang tentang kesehatan. Ketika tidak merasakan sakit maka tidak akan pergi ke fasilitas kesehatan. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Keaktifan Mengikuti Kegiatan Prolanis dengan Tekanan Darah pada Lansia di Puskesmas Klego I Boyolali”.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Yang dimana digunakan untuk menjawab pertanyaan dengan menggunakan rancangan yang terstruktur, yang pengujian teorinya melalui pengukuran variabel dalam penelitian dengan angka dan analisis yang digunakan sesuai prosedur dengan statistic (Suyitno, 2018)

Pada studi kasus ini, penulis meneliti terkait dengan hipertensi dan solusinya adalah dengan mengikuti kegiatan

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA  
 FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
 UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA  
 2024

*prolanis* yang diharapkan tensi dari lansia bisa menjadi normal.

Tempat pengambilan studi kasus ini dilakukan di Puskesmas Klego 1 Boyolali dengan waktu pengambilan kasus dimulai pada bulan Maret – April 2024.

Penelitian ini menggunakan metode *Cross Sectional*. *Cross Sectional* merupakan studi *epidemiologi* yang mempelajari distribusi, *prevalensi*, serta hubungan antara penyakit serta paparan dengan mengamati paparan, penyakit, maupun efek yang lainnya secara bersamaan pada populasi penelitian dalam satu waktu (Vionalita G, 2020)

### HASIL DAN PEMBAHASAN

No.	Uraian	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	<b>Keaktifan Prolanis</b>		
	Aktif	42	63.3
	Tidak Aktif	24	36.4
2	<b>Tekanan Darah</b>		
	Normal	43	65.2
	Tidak Normal	23	34.8
3	<b>Hubungan Keaktifan Prolanis dengan Tekanan Darah (MAP)</b>		
	Normal	20	30.3
	Pre-Hypertensi	23	34.8
	Hypertesi Stadium 1	7	10.6
	Hypertensi Stadium 2	16	24.2
<b>Jumlah Total</b>		<b>66</b>	<b>100</b>

Sebagian besar responden berpendidikan SMA, berjenis kelamin

perempuan, tidak bekerja, dan berumur sekitar 60-70 tahun. Kurangnya Pendidikan dan pengetahuan maka seseorang akan lebih rentan terkena penyakit hipertensi dikarenakan kurangnya pengetahuan tentang makanan yang sehat, dimana individu dengan tingkat Pendidikan lebih baik untuk melakukan upaya menjaga kesehatan secara lebih tepat. Jenis kelamin dapat mempengaruhi kejadian hipertensi karena berkaitan dengan hormon. Hormon Estrogen pada wanita yang lebih banyak kadernya dibandingkan dengan pria diketahui berperan sebagai factor protektif/memberikan perlindungan bagi pembuluh darah, sebagai penyakit jantung dan pembuluh darah, sebagai penyakit jantung dan pembuluh darah lebih bekerja pada pria karena hormon Estrogen yang lebih rendah (Khasanah, 2022). Seseorang yang tidak bekerja lebih berisiko mengalami kejadian hipertensi dibandingkan dengan orang-orang yang memiliki pekerjaan di luar rumah. Hal ini terjadi karena seseorang yang tidak bekerja lebih sering melakukan perilaku sedentari karena sering berada di rumah. Sehingga risiko terkena hipertensi menjadi lebih besar. Selain itu, orang yang tidak memiliki pekerjaan biasanya kurang memanfaatkan pelayanan kesehatan yang ada sehingga kurang mendapatkan pengobatan yang baik saat menderita hipertensi (Ramdhika et al., 2023). Faktor usia sangat berpengaruh terhadap kejadian hipertensi karena dengan bertambahnya usia maka risiko hipertensi menjadi lebih tinggi. Dengan bertambahnya usia seseorang, maka tekanan darah seseorang juga akan meningkat, ini bisa disebabkan oleh beberapa faktor seperti perubahan alami pada jantung serta pembuluh darah seseorang, perubahan ini terjadi secara alami sebagai proses penuaan. Usia  $\geq 40$  tahun meningkatkan terjadinya hipertensi dikarenakan adanya perubahan alamiah dalam tubuh yang mempengaruhi elastisitas pembuluh darah berkurang dan

PROGAM STUDI KEPERAWATAN PROGAM SARJANA  
FAKULTAS ILMU KESEHAATAN  
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA  
2024

penurunan daya tahan tubuh, semakin bertambahnya usia karena proses penuaan yang menyebabkan seseorang rentan terhadap penyakit. (Maulidina, 2019)

Penelitian data keaktifan kegiatan prolans ini menunjukkan responden dengan pemanfaatan prolans rendah karena dari keluarganya tidak ada yang mengantar. Ada pula yang lupa karena keluarga tidak mengingatkan jadwal prolans, selain itu juga responden ada yang tidak bisa menggunakan alat komunikasi sehingga tidak mendapatkan Reminder SMS Gateway. Oleh karena itu, dibutuhkan peranan keluarga dalam hal mengingatkan dan atau mengantar responden untuk mengikuti kegiatan prolans. Walaupun responden telah mendapat dukungan tenaga kesehatan untuk selalu memanfaatkan prolans belum tentu memiliki Tingkat pemanfaatan yang tinggi. Petugas kesehatan sudah sebaik mungkin memberikan dukungan dalam bentuk motivasi, pemberian informasi, dan mengingatkan untuk mengikuti kegiatan prolans setiap bulannya. Akan tetapi, dalam semua keputusan responden merupakan pilihan dari setiap individu sendiri.

Penelitian ini menunjukkan lansia dengan tekanan darah normal dikarenakan lansia mempunyai pola dan gaya hidup yang sehat dan makanan yang dikonsumsi seperti sayur-sayuran, buah-buahan, makanan laut, dan makanan yang rendah kolesterol. Lansia juga rutin mengikuti kegiatan prolans serta melakukan senam lansia dan berolahraga. Dengan memiliki gaya hidup dan pola makan yang sehat, hal ini bisa membantu lansia untuk terhindar dari masalah hipertensi atau terjadinya komplikasi bagi lansia yang memiliki riwayat penyakit hipertensi.

Berdasarkan hasil dari Hubungan keaktifan mengikuti kegiatan prolans dengan tekanan darah pada lansia

menyatakan bahwa nilai koefisien gamma sebesar 0.661, dan nilai  $p=0.000$ . Hal ini berarti terdapat hubungan yang positif antara keaktifan mengikuti kegiatan prolans dengan tekanan darah pada lansia di Puskesmas Klego 1 yang signifikan dengan nilai  $p=0.000$  atau  $p < 0.05$  Ini menyatakan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Lansia yang aktif mengikuti kegiatan prolans menyampaikan bahwa mereka mengikuti kegiatan prolans dengan antusias serta mereka menganggap kegiatan prolans penting terhadap hidupnya. Aktivitas dalam program prolans dianggap dapat membuat kondisi kesehatan menjadi lebih optimal dan dapat mengontrol kondisi kesehatannya. Keaktifan mengikuti kegiatan prolans sangat berguna bagi penderita hipertensi dan diabetes melitus karena mereka mengerti resiko mengalami komplikasi penyakit lain sangat tinggi sehingga mereka dapat mengambil tindakan dengan secepatnya (Nisa. s. Hendra Basuki. S.B., 2024)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Nurchayanti et al., 2020) menyatakan bahwa terdapat pengaruh keaktifan dalam mengikuti kegiatan prolans dengan tekanan darah pada lansia. Peserta Prolans yang rutin mengikuti kegiatan Prolans menunjukan bahwa efektif untuk mengontrol tekanan darah peserta Prolans di pelayanan kesehatan primer. Kegiatan Prolans mengontrol tekanan darah sehingga didapatkan hasil tekanan darah peserta Prolans lebih efektif terkontrol dibandingkan peserta yang tidak pernah dan atau rutin mendapatkan kunjungan rumah (Erlina Putri et al., 2022)

## KESIMPULAN

1. Mayoritas responden aktif mengikuti kegiatan prolans sebanyak 42 orang (63,6%)

2. Mayoritas responden yang memiliki tekanan darah normal sebanyak 43 orang (63,2%)
3. Terdapat hubungan keaktifan mengikuti kegiatan prolanis dengan tekanan darah pada lansia di Puskesmas Klego 1 yang signifikan dengan nilai  $p=0,000$  atau  $p<0,5$ . Ini menyatakan  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima.

#### SARAN

1. Bagi lansia, diharapkan agar lansia lebih aktif dalam mengikuti kegiatan prolanis yang diselenggarakan oleh Puskesmas Klego I untuk mencegah terjadinya kenaikan tekanan darah.
2. Bagi Puskesmas Klego 1, Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan bahan evaluasi terhadap program kegiatan prolanis sehingga dapat meningkatkan kegiatan prolanis dengan lebih baik.
3. Bagi Instansi Pendidikan, Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan tambahan dalam pembelajaran khususnya terkait dengan keaktifan kegiatan prolanis dengan tekanan darah pada lansia.
4. Bagi Peneliti lain, Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan terkait penelitian serupa dan dapat memperdalam penelitian yang sudah ada.

#### DAFTAR PUSTAKA

Erlina Putri, T., Syamsu Hidayat, M., & Ani Marwati, T. (2022). Effectiveness of Chronic Disease Program Services in Controlling Blood Pressure in Prolanis Participants Who Have Hypertension. *Mediccal Technology and Public Health Journal*, 5, 2. <https://www.researchgate.net/publication/361471444>

Khasanah, N. A. H. (2022). Hubungan

Usia, Jenis Kelamin Dan Status Obesitas Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Sumbang Ii Kabupaten Banyumas. *Jurnal Bina Cipta Husada*, XVIII(1), 43–55.

Maulidina, F. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Luhur Bekasi Tahun 2018. *ARKESMAS (Arsip Kesehatan Masyarakat)*, 4(1), 149–155. <https://doi.org/10.22236/arkesmas.v4i1.3141>

Nisa. s. Hendra Basuki. S.B. (2024). *Jurnal Keperawatan Jurnal Keperawatan*. 17(1), 153–164. <https://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/489/507>

Nurchayanti, D., Fahrurzai, H., & Netty. (2020). Hubungan Pengetahuan, Motivasi Dan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Pasien Hipertensi Peserta Jkn-Kis Dalam Mengikuti Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) Di Puskesmas Muara Teweh Tahun 2020. *Journal Uniska*, 1. [http://eprints.uniska-bjm.ac.id/3255/1/Artikel Dwi Nurchayanti.pdf](http://eprints.uniska-bjm.ac.id/3255/1/Artikel_Dwi_Nurchayanti.pdf)

Ramdhika, M. R., Widiastuti, W., Hasni, D., Febrianto, B. Y., & Jelmila, S. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi pada Perempuan Etnis Minangkabau di Kota Padang Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi pada Perempuan Etnis Minangkabau di Kota Padang. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 19(1), 91. <https://doi.org/10.24853/jkk.19.1.91-97>

Suyitno. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. [https://www.academia.edu/37218201/buku\\_metode\\_penelitian.pdf](https://www.academia.edu/37218201/buku_metode_penelitian.pdf)

Vionalita G. (2020). *Metodologi Penelitian*

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA  
FAKULTAS ILMU KESEHAATAN  
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA  
2024

*Kuantitatif.*