

Pelayanan Home Care Pada Pasien Hipertensi Di Kelurahan Kertajaya Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu Kota Surabaya

Riezky Faisal Nugroho^{1*}, Erika Martining Wardani², Nuning Marina Pengge³, Nurul Hindaryani⁴

^{1,3,4}Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya, Indonesia

²Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Indonesia

E-mail: riifan7@gmail.com^{1*}, erika@unusa.ac.id², nuning.marina@gmail.com³,
nurulyeni73@gmail.com⁴

Article History:

Received: 01 April 2025

Revised: 30 April 2025

Accepted: 02 Mei 2025

Keywords: hipertensi, home care, gizi seimbang, edukasi kesehatan, pemberdayaan masyarakat

Abstract: Hipertensi masih menjadi masalah kesehatan utama di Indonesia, termasuk di Surabaya. Gaya hidup yang tidak sehat dan minimnya edukasi menjadi faktor risiko yang memperparah kondisi pasien hipertensi. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap pasien serta keluarga pasien hipertensi melalui pelayanan home care. Metode kegiatan meliputi pengukuran status gizi, penyuluhan gizi seimbang, konseling, serta pemberian makanan tambahan (PMT) kepada pasien di Kelurahan Kertajaya, Puskesmas Pucang Sewu. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan sebesar 89% dan peningkatan sikap sebesar 78%. Kegiatan ini terbukti efektif dalam mendorong perubahan perilaku positif pasien dan keluarga pasien hipertensi.

PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti hipertensi menjadi penyebab utama kematian global. WHO mencatat bahwa pada tahun 2019, sekitar 57 juta kematian di dunia disebabkan oleh PTM, termasuk hipertensi, penyakit jantung, dan diabetes mellitus (World Health Organization, 2020). Hipertensi, sebagai salah satu bentuk PTM yang paling umum, sering kali tidak terdiagnosis dengan baik karena minimnya gejala awal. Di Indonesia, prevalensi hipertensi diperkirakan mencapai 15 juta kasus, namun hanya sekitar 4% yang memiliki tekanan darah terkontrol secara optimal (Kemenkes RI, 2021). Kondisi ini diperburuk oleh rendahnya kesadaran masyarakat akan risiko hipertensi, serta gaya hidup modern yang tidak sehat seperti kurang aktivitas fisik, stres kronis, dan konsumsi makanan tinggi natrium (Putri et al., 2022).

Surabaya, sebagai salah satu kota metropolitan, juga menunjukkan tren peningkatan angka kematian akibat hipertensi. Data dari Dinas Kesehatan Kota Surabaya menyebutkan bahwa *mortality rate* akibat hipertensi meningkat selama tiga tahun terakhir, yaitu dari 6,2% pada 2017 menjadi 7,1% pada 2019, meskipun prevalensi umum menurun (Dinkes Surabaya, 2021). Hal ini menunjukkan bahwa meskipun deteksi dini dan pengobatan telah dilakukan, pengelolaan hipertensi secara menyeluruh belum optimal.

Salah satu strategi yang dinilai efektif dalam pengelolaan hipertensi adalah pendekatan pelayanan kesehatan berbasis rumah atau *home care*. Layanan ini memungkinkan pemberian edukasi, pemantauan status gizi, serta konseling secara langsung di lingkungan tempat tinggal pasien, sehingga mampu membangun keterlibatan keluarga dalam upaya pengendalian hipertensi (Sari & Fithriani, 2023). *Home care* juga dapat menjadi solusi dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap penderita terhadap pentingnya manajemen gaya hidup dan kepatuhan diet yang sesuai.

Berdasarkan uraian yang sudah dipaparkan, maka tujuan dari pengabdian ini adalah penguatan intervensi edukatif melalui pelayanan *home care* menjadi upaya strategis dalam menurunkan angka komplikasi dan kematian akibat hipertensi, terutama di wilayah urban yang padat seperti Surabaya.

METODE

Kegiatan dilakukan di Kelurahan Kertajaya, wilayah kerja Puskesmas Pucang Sewu pada tanggal 8-31 Juli 2024. Sasaran utama adalah sembilan pasien hipertensi beserta keluarganya. Pendekatan dilakukan melalui: 1.) Pengukuran status gizi: berat badan, tinggi badan, dan LILA; 2.) Penyuluhan: menggunakan metode ceramah disertai leaflet; 3.) Konseling gizi: edukasi personal untuk pasien dan keluarga; 4.) Pemberian makanan tambahan (PMT): kudapan sehat seperti kue pisang kukus, tahu bakso, sosis solo, dan puding bergizi tinggi.

Kegiatan dilakukan oleh dosen dan mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Surabaya dengan alat bantu seperti kuesioner *pre-post test*, alat ukur antropometri, dan media edukatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh tim Poltekkes Kemenkes Surabaya menunjukkan hasil yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap pasien hipertensi serta keluarganya. Berdasarkan hasil *post-test*, peningkatan pengetahuan tentang hipertensi dan pemenuhan gizi mencapai 89% seperti pada table 1.

Tabel 1. Hasil Rata Rata *Pre* Dan *Post Test* Pengetahuan Hipertensi

No.	Tingkat Pengetahuan	Skor Rata Rata			
		Pre		Post	
		f	%	f	%
1.	Baik	3	33	8	89
2.	Cukup	1	11	1	11
3.	Kurang	5	56	0	0
	Total	9	100	9	100

Berdasarkan tabel 2 diperoleh hasil peningkatan sikap positif terhadap pengelolaan hipertensi mencapai 78% .

Tabel 2. Hasil Rata Rata *Pre* Dan *Post Test* Sikap terhadap Hipertensi

No.	Sikap	Skor Rata Rata			
		Pre		Post	
		f	%	f	%
1.	Baik	1	11	7	78
2.	Cukup	3	33	2	22
3.	Kurang	5	55	0	0
	Total	9	100	9	100

Metode intervensi yang digunakan meliputi: edukasi melalui penyuluhan, konseling gizi, pengukuran status gizi (tinggi badan, berat badan, LILA), serta pemberian makanan tambahan (PMT). Pendekatan home care ini sangat efektif karena memberikan layanan langsung di lingkungan pasien, sehingga lebih sesuai dengan konteks sosial dan budaya mereka.

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang prevalensinya terus meningkat secara global. WHO memperkirakan sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun di seluruh dunia mengalami hipertensi, di mana dua pertiganya tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah (World Health Organization, 2021). Gaya hidup tidak sehat seperti konsumsi tinggi garam, kurang aktivitas fisik, merokok, stres, serta pola makan yang tidak seimbang merupakan faktor risiko utama hipertensi (Shaumi & Achmad, 2019; Ayu et al., 2022).

Pelayanan *home care* terbukti mampu memberikan pendekatan yang lebih personal dan terjangkau bagi pasien dengan penyakit kronis seperti hipertensi. Berdasarkan studi oleh Fahrepi et al. (2019), kualitas pelayanan home care sangat berpengaruh terhadap peningkatan status kesehatan pasien, termasuk kepatuhan pengobatan dan perubahan perilaku. Dalam konteks pengabdian ini, pemberian PMT seperti kudapan bergizi (kue pisang kukus, sosis solo, tahu bakso, dll.) yang rendah natrium dan tinggi protein juga turut mendukung intervensi non-farmakologis dalam mengontrol tekanan darah. Makanan sehat terbukti mampu membantu mengontrol tekanan darah jika dikombinasikan dengan pengurangan garam dan lemak jenuh (Whelton et al., 2020).

Pengetahuan pasien yang meningkat melalui edukasi kesehatan terbukti berdampak pada perubahan perilaku yang lebih sehat. Menurut penelitian oleh Tri Asri et al. (2018), penyuluhan kesehatan efektif meningkatkan pengetahuan lansia tentang hipertensi, yang kemudian mendorong penerapan gaya hidup sehat. Dengan peningkatan pengetahuan dan sikap yang cukup tinggi pada peserta, maka pendekatan *home care* ini berpotensi untuk direplikasi dalam program pengendalian hipertensi di wilayah lain.

KESIMPULAN

Pelayanan *home care* terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap pasien serta keluarga terhadap pengelolaan hipertensi. Kegiatan ini dapat menjadi model intervensi kesehatan promotif dan preventif berbasis masyarakat, serta mendukung program pemerintah dalam mewujudkan Indonesia Sehat. Untuk efektivitas kegiatan yang lebih tinggi, koordinasi waktu antara tim pengabdian dan pasien perlu ditingkatkan.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Kepala Puskesmas Pucangsewu, kader posyandu dan ahli gizi di wilayah kerja Puskesmas Pucangsewu yang banyak membantu dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat. Kami juga mengucapkan terima kasih banyak kepada para klien kami yang telah berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, mudah-mudahan sedikit ilmu yang kami sampaikan dapat bermanfaat.

DAFTAR REFERENSI

- Ayu, N. A., Nurhasanah, L., & Andani, R. (2022). Hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada lansia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 45–51.
- Dinas Kesehatan Kota Surabaya. (2021). Profil kesehatan Kota Surabaya tahun 2019. Surabaya: Dinkes Surabaya.
- Fahrepi, R., Rate, S., & Hadi, A. J. (2019). Hubungan kualitas pelayanan home care dengan tingkat Puskesmas Batua Kota Makassar. *Promotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(0451), 122–128.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Laporan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). Jakarta: Badan Litbangkes.
- Putri, L. A., Rahayu, S. P., & Handayani, N. (2022). Hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi di masyarakat perkotaan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 16(2), 123–132.
- Sari, R. A., & Fithriani, R. (2023). Pelayanan home care sebagai upaya pencegahan komplikasi hipertensi. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 5(1), 44–50.
- Shaumi, N. R. F., & Achmad, E. K. (2019). Kajian literatur: Faktor risiko hipertensi pada remaja di Indonesia. *Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, 29(2), 115–122.
- Tri Asri, R. L., Wardani, R., Widyastika, K., Ardiana, O., & Sila, I. (2018). Pengaruh pendidikan kesehatan hipertensi terhadap pengetahuan lansia di Posyandu Lansia Kelurahan Manisrenggo. *Journal of Community Engagement in Health*, 1(2), 267–970.
- Whelton, P. K., Carey, R. M., Aronow, W. S., et al. (2020). 2017 ACC/AHA guideline for the prevention, detection, evaluation, and management of high blood pressure in adults. *Journal of the American College of Cardiology*, 71(19), e127–e248.
- World Health Organization. (2020). Noncommunicable diseases country profiles 2019. Geneva: WHO.
- World Health Organization. (2021). Hypertension. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>