

EFFECTIVENESS OF CHRONIC DISEASE PROGRAM SERVICES IN CONTROLLING BLOOD PRESSURE IN PROLANIS PARTICIPANTS WHO HAVE HYPERTENSION

Trismadani Erlina Putri¹, Muhammad Syamsu Hidayat², Tri Ani Marwati³

^{1,2,3} Magister Kesehatan Masyarakat, Universitas Ahmad Dahlan
Yogyakarta, Jl. Kapas No.9, Semaki, Kec. Umbulharjo, Kota
Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia

*Email: trismadanie@gmail.com

ABSTRACT

Hypertension is one of the causes of the highest morbidity and mortality rates in Indonesia. So that the needs of people who suffer from hypertension for health services are increasing. Prolanis is controlling the health condition of the hypertension sufferer program under the auspices of BPJS. The purpose of this study is to analyze the effectiveness of Prolanis in controlling blood pressure in prolanis participants. The method used in this article is a systematic literature review. The literature review searches using Google Scholar, Pubmed, and Researchgate databases in the 2017-2022 range with the search keywords are "Tekanan Darah" AND "Program Penanggulangan Penyakit Kronis" OR "Prolanis" AND "Hipertensi", "Blood Pressure" AND "Chronic Disease Management Programs" OR "Prolanis" AND "Hypertension" found 8 articles met the selection criteria based. The results of the study of 8 articles showed that Prolanis activities could effectively control the blood pressure of Prolanis participants if they were carried out actively and routinely. The implementation of Prolanis activities, namely, medical consultations, group education and club activities, SMS gateway reminders, and recommended home visits can be carried out in all Prolanis first health care facilities in Indonesia in preventing and controlling blood pressure of people with hypertension.

Keywords: *Hypertension, prolanis systematic literature review, blood pressure*

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyebab angka morbiditas dan mortalitas tertinggi di Indonesia. Sehingga kebutuhan masyarakat yang menderita hipertensi terhadap pelayanan kesehatan menjadi meningkat. Pengendalian kondisi kesehatan penderita hipertensi melalui program yang dinaungi oleh BPJS yaitu Prolanis. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis keefektifan Prolanis dalam mengendalikan tekanan darah peserta Prolanis. Metode yang digunakan dalam artikel ini adalah sistematik literatur review. Pencarian literatur review menggunakan database Google Scholar, Pubmed, dan Researchgate pada rentang tahun 2017-2022 dengan kata kunci pencarian "Tekanan Darah" AND "Program Penanggulangan Penyakit Kronis" OR "Prolanis" AND "Hipertensi", "Blood Pressure" AND "Chronic Disease Management Programs" OR "Prolanis" AND "Hypertension". Hasil penelusuran data selama 5 minggu ditemukan 8 artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi. Hasil kajian dari 8 artikel menunjukkan bahwa kegiatan Prolanis secara efektif dapat mengontrol tekanan darah

peserta Prolanis apabila dilakukan secara aktif dan rutin. Pelaksanaan kegiatan Prolanis yaitu, konsultasi medis, edukasi kelompok dan aktivitas klub, reminder SMS gateway, serta kunjungan rumah disarankan dapat dilakukan di seluruh Prolanis fasilitas pelayanan kesehatan pertama (FKTP) di Indonesia dalam pencegahan dan pengendalian tekanan darah penderita hipertensi.

Kata kunci: Hipertensi, prolanis, sistematik literatur review, tekanan darah

PENDAHULUAN

Organization (WHO) sebanyak 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Masyarakat yang berusia dewasa di dunia yang pada tahun 2025 diperkirakan 29% menderita hipertensi(1). Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan data Riskesdas Tahun 2013 sebesar 25,8% mengalami peningkatan sebesar 34,1% pada tahun 2018. Pada tahun 2013 cakupan kasus hipertensi oleh tenaga kesehatan sebesar 25,8% masyarakat dari total penderita hipertensi hanya 1/3 yang terdiagnosis dan sisanya tidak terdiagnosis. Berdasarkan hal tersebut dapat diketahui bahwa terdapat permasalahan dalam kasus hipertensi di Indonesia yaitu, belum terdiagnosis dan belum terjangkaunya pelayanan kesehatan. Tekanan darah yang tidak terkontrol dalam jangka waktu yang lama menyebabkan resiko tinggi terjadinya komplikasi seperti, stroke, gangguan pada jantung, dan ginjal. Hal tersebut menunjukkan bahwa tingkat kesadaran akan pentingnya memantau status kesehatan di masyarakat akan penyakit hipertensi masih rendah.

Pencegahan dan penanganan hipertensi yang optimal baik pada individu

maupun masyarakat dalam mengurangi angka morbiditas dan mortalitasnya dengan cara mengendalikan mencegah faktor resiko. Pencegahan dan pengendalian hipertensi dilakukan dengan patuh terhadap gaya hidup, pengobatan farmakologis, perubahan pola makan, aktivitas fisik, obesitas, dan stres. Hipertensi dapat dicegah antara lain melalui peran tenaga kesehatan pada fasilitas kesehatan tingkat pertama (FKTP). Pemberdayaan masyarakat dalam penyakit hipertensi melalui program pengelolaan penyakit kronis (Prolanis) untuk mencapai kualitas hidup masyarakat yang optimal yang lebih menekankan pada pelaksanaan kegiatan promotif dan preventif dalam mengontrol status kesehatan penderita hipertensi dan diabetes melitus tipe 2 dengan biaya pelayanan kesehatan yang efektif dan efisien. Pemberdayaan masyarakat merupakan tugas FKTP pada tingkat individu, keluarga dan kelompok masyarakat melalui pelaksanaan promosi kesehatan, edukasi kesehatan, konseling kesehatan dan pemberdayaan masyarakat.

Peran aktif dari peserta Prolanis dalam pelaksanaan prolanis sangat

diperlukan dalam pencapaian hasil kesehatan yang optimal melalui kegiatan-kegiatan Prolanis. Jenis kegiatan Prolanis yaitu, konsultasi medis, edukasi kelompok dan aktivitas klub, reminder SMS *gateway*, serta kunjungan rumah. Beberapa penelitian terdahulu membuktikan bahwa penderita hipertensi yang mengikuti Prolanis dapat mengoptimalkan status kesehatan. Persepsi peserta Prolanis yang mengalami hipertensi jika tidak rutin mengikuti kegiatan Prolanis tekanan darah menjadi tidak terkontrol dan beresiko mengalami komplikasi(2). Tekanan darah peserta Prolanis menjadi terkontrol setelah menghadiri kegiatan Prolanis secara rutin dibandingkan dengan peserta Prolanis yang tidak rutin mengikuti kegiatan Prolanis(3). Penderita hipertensi yang mendapatkan edukasi serta konsultasi kesehatan menunjukkan kepatuhan pengobatan, meningkatnya kualitas hidup, serta menurunnya resiko komplikasi(4). Penelitian terdahulu juga menemukan bahwa kepesertaan Prolanis terdapat hubungan yang bermakna pada pasien hipertensi terkait dengan kontrol tekanan darah(2). Dari beberapa penelitian sebelumnya diketahui bahwa peserta yang aktif mengikuti Prolanis membuktikan tekanan darah menjadi lebih terkontrol, menurunkan resiko komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup peserta Prolanis yang menderita hipertensi.

Berdasarkan kajian penelitian awal

mengenai Prolanis, maka penelitian tentang “Efektivitas Pelayanan Prolanis Dalam Mengontrol Tekanan Darah Pada Peserta Prolanis Yang Mengalami Hipertensi” dapat dilakukan secara mendalam dan detail pada penelitian lanjutan. Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk rujukan literatur dalam memecahkan masalah pengelolaan Prolanis, meningkatkan kepatuhan dalam pencegahan dan pengelolaan hipertensi, dasar dalam mengukur keefektifan PROLANIS, dan memberi masukan kepada stakeholder dalam membuat kebijakan kesehatan.

METODE PENELITIAN

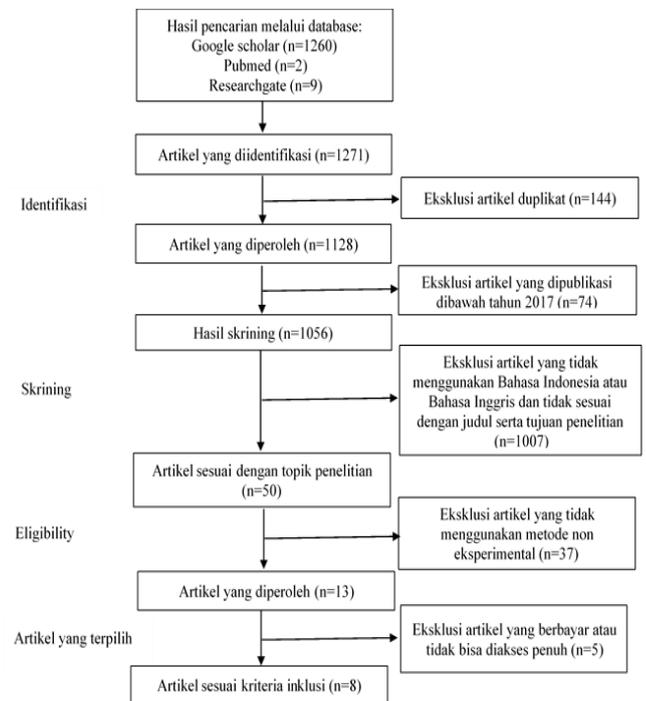
Penelitian ini merupakan jenis penelitian sistematik literature review. Kajian literatur dilakukan dengan melihat berbagai sudut pandang terkait masalah, tekanan darah pada peserta Prolanis yang diperoleh dari berbagai artikel. Pengumpulan literatur dilakukan dengan cara melakukan penelusuran jurnal yang telah terpublikasi pada data base elektronik Google Scholar, Pubmed dan Researchgate dengan menggunakan kata kunci dalam Bahasa Indonesia “Tekanan Darah” AND “Program Penanggulangan Penyakit Kronis” OR “Prolanis” AND “Hipertensi” dan kata kunci dalam Bahasa Inggris “Blood Pressure” AND “Chronic Disease Management Programs” OR “Prolanis” AND “Hypertension”. Penelusuran literatur

dilakukan selama 5 minggu dengan kriteria inklusi dalam artikel ini yaitu bukan artikel duplikat, artikel yang terbit pada rentang tahun 2017-2022, berbahasa Inggris atau Indonesia, desain penelitian non eksperimental, artikel yang bertujuan untuk mengetahui tekanan darah peserta Prolanis selama mengikuti kegiatan Prolanis, artikel tidak berbayar dan dapat diakses penuh.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pencarian literatur pada gambar 1 yang di jelaskan menggunakan data base elektronik Google Scholar, Pubmed dan Researchgate ditemukan 8 artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi penelitian. Berdasarkan hasil *review* 8 artikel yang yang terpilih ditemukan bahwa keseluruhan responden penelitian menderita penyakit hipertensi meskipun tidak semua responden adalah peserta Prolanis. Sejumlah artikel menggunakan kombinasi responden yang terdiri dari peserta Prolanis aktif, peserta prolanis tidak aktif, serta Non Prolanis. Artikel yang direview menunjukkan bahwa Prolanis efektif untuk mengontrol tekanan darah peserta Prolanis yang mengalami hipertensi melalui kegiatan konsultasi, edukasi, reminder SMS gateway, aktivitas klub, dan kunjungan rumah. Namun terdapat satu artikel yang menyatakan bahwa kegiatan Prolanis kunjungan rumah dan edukasi tidak efektif dalam

mempengaruhi tekanan darah peserta Prolanis yang mengalami hipertensi. Hasil telaah *review* artikel tersebut bisa dilihat pada tabel 1.



Gambar 1. Diagram PRISMA Pencarian Literatur

Table 1. Telaah *Review* Artikel

Penulis, Tahun	Tujuan Penelitian	Responden	Instrumen	Temuan
Alkaff F, Sukmajaya W, Intan R, & Salamah S, 2020	Mengevaluasi efektivitas pengendalian hipertensi dan komplikasinya pada Prolanis(5)	1 peserta prolanis yang menderita hipertensi	1. Lembar pemantauan kesehatan untuk memantau Indeks masa tubuh (IMT), tekanan darah dan evaluasi laboratorium 2. Presensi kehadiran untuk melihat kepatuhan peserta terhadap Prolanis	Rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik tetap dalam kisaran normal. Pada serum trigliserida terdapat perbaikan. IMT dan LDL menunjukkan perbaikan pada tindak lanjut pertama tetapi memburuk sesudahnya. TC hanya menunjukkan peningkatan pada evaluasi terakhir. Hasil HDL dan laju rata-rata penyaringan darah yang terjadi di glomerulus berubah-ubah.
Dyanneza F, Tamtomo, D, & Sugiarto, 2017	Mengevaluasi efektivitas pengontrolan tekanan darah sistolik pada pasien hipertensi pada Prolanis (6)	120 peserta prolanis yang terdiri dari 60 pasien hipertensi terkontrol dan 60 pasien hipertensi tidak terkontrol	1. <i>Food Frequency Questionnaire</i> (FFQ) untuk mengumpulkan data diet berdasarkan rencana makan DASH. 2. <i>International Physical Activity Questionnaire</i> (IPAQ) untuk memantau aktivitas fisik	Peserta Prolanis yang menderita hipertensi melakukan kegiatan Prolanis menunjukkan penurunan tekanan darah.
Hastuti A, Kurniawan A, & Mufarokha H, 2021	Menganalisis penerapan Prolanis berdasarkan teori caring pada penurunan tekanan darah pasien hipertensi(7)	28 peserta prolanis	Kuesioner program manajemen penyakit kronis berdasarkan teori caring dengan penurunan tekanan darah	Penerapan Prolanis berdasarkan teori caring dapat menurunkan sistolik dan tekanan darah diastolik. Diperoleh nilai $p=0,000$ pada rerata penurunan tekanan darah sistolik dan diastolic sebelum dan setelah intervensi.
Daryanti E, Gita H, Marlina L, & Sulastri M, 2020	Mengetahui efektivitas Prolanis dalam penurunan	37 peserta Prolanis	1. Kuesioner 2. Alat medis (tensimeter, alat cek gula darah, timbangan berat	Efektivitas aktivitas Prolanis dapat mempengaruhi kondisi pasien, baik pada tekanan darah maupun

Penulis, Tahun	Tujuan Penelitian	Responden	Instrumen	Temuan
	tekanan darah dan diabetes melitus(8)		badan, pengukur tinggi badan, dan metlin) untuk mengetahui kondisi pasien	aktivitas fisik.
Murti FS, Kusnanto H, Istiono W, 2017	Mengetahui perbedaan penurunan tekanan darah pada kelompok Prolanis dan Non-Prolanis(9)	64 orang penderita hipertensi yang terdiri dari 32 peserta Prolanis dan 32 Non Prolanis	Rekam medis pasien	Tekanan darah pada kelompok Non-Prolanis mengalami peningkatan dan penurunan tekanan darah terjadi pada kelompok Prolanis.
Dewi F, Andriane Y, Fitriyana S, 2019	Mengetahui tekanan darah pasien hipertensi setelah mengikuti Prolanis (10)	65 peserta prolanis yang menderita hipertensi	Rekam medis pasien	Tekanan darah sistolik dan diastolik mengalami pola yang konstan dengan rerata 130 dan 80
Larasati N, Husna N, 2019	Mengetahui pengaruh penerapan Prolanis dan kepatuhan minum obat terhadap pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi(11)	89 peserta prolanis yang menderita hipertensi	1. Rekam medis pasien 2. Kuesioner <i>Morisky Medication Adherence Scale</i> (MMAS-8) untuk menilai kepatuhan minum obat pasien	Tidak ada hubungan bermakna antara konsultasi, edukasi, dan kunjungan rumah dengan tekanan darah. Terdapat hubungan yang signifikan antara pengingat SMS <i>gateway</i> dan kepatuhan minum obat dengan tekanan darah.
Cakera I, Nopiyani N, & Wirawan I, 2018	Menganalisa hubungan antara partisipasi dalam prolanis, kepatuhan minum obat dan penurunan tekanan darah(12)	136 peserta prolanis yang menderita hipertensi	1. Wawancara, pengukuran tekanan darah 2. Rekam medis dari database Prolanis.	Terdapat hubungan bermakna antara penurunan tekanan darah dengan partisipasi aktif dalam program Prolanis, kepatuhan minum obat yang baik, dan aktivitas fisik rutin. 75,7% responden aktif mengikuti program Prolanis dengan 81,6% mengalami penurunan tekanan darah.

Berdasarkan hasil Analisa dari 8 artikel yang digunakan dalam penelitian ini ditemukan bahwa terdapat 1 artikel menyatakan bahwa Prolanis mampu menurunkan tekanan darah dan komplikasinya. 2 artikel menunjukkan bahwa berhasil menunjukkan keefektifan dalam mempertahankan tekanan darah sistolik dan diastolik dalam kisaran normal. Penderita hipertensi yang mengikuti Prolanis tekanan darah lebih terkontrol dibandingkan non prolanis. 1 artikel menunjukkan bahwa program manajemen penyakit kronis berdasarkan teori caring yang diterapkan dalam Prolanis mampu menurunkan tekanan darah. 2 artikel yang menyatakan bahwa keaktifan dalam mengikuti kegiatan prolanis dapat menurunkan tekanan darah secara efektif melalui kepatuhan minum obat dan aktivitas fisik secara berkelompok. 1 artikel yang menyatakan bahwa *reminder SMS gateway* mampu menurunkan tekanan darah peserta Prolanis. Sedangkan terdapat 1 artikel yang menyatakan bahwa kegiatan prolanis konsultasi, edukasi, dan kunjungan rumah tidak berhubungan dengan tekanan darah

Peningkatan kualitas hidup penderita hipertensi dapat dilakukan dengan pengontrolan tekanan darah. Peserta Prolanis yang rutin mengikuti kegiatan Prolanis berturut-turut menunjukkan bahwa tekanan darah sistol maupun diastol

stabil(10). Pada lansia dengan hipertensi pembentukan terapi kelompok secara efektif dapat menurunkan tekanan darah(13). Penelitian lainnya yang dilakukan di kota Dongguan, China juga menunjukkan bahwa strategi pendidikan kesehatan masyarakat yang interaktif secara efektif dapat meningkatkan hasil klinis pada pasien hipertensi(14). Studi di Amerika Serikat juga menunjukkan bahwa pendekatan manajemen hipertensi secara proaktif pada kelompok masyarakat dapat mengontrol tekanan darah lebih baik(15).

Pemantauan status kesehatan setiap peserta Prolanis melalui kegiatan konsultasi medis. Selain pemantauan kesehatan kegiatan ini juga memberikan pengobatan selama satu bulan. Deteksi masalah kesehatan sejak dini dapat menjadi penanganan yang tepat apabila status kesehatan peserta Prolanis tidak baik. Sebuah penelitian di Jepang selama 6 bulan intervensi dengan kegiatan konseling pribadi mampu mengurangi penyakit kardiovaskular 10 tahun risiko peserta(16). Penelitian yang dilakukan selama 4 bulan mengenai efektivitas berbasis kelompok dalam manajemen tekanan darah di pelayanan kesehatan primer menunjukkan tekanan darah lebih mengalami penurunan secara signifikan pada peserta prolanis dibandingkan dengan pasien dengan perawatan biasa(15). Pemantauan kesehatan

berbasis kelompok pada penderita hipertensi yang tidak mengkonsumsi obat antihipertensi dimana hal tersebut mempengaruhi kepatuhan pengobatan dan atau perilaku psikososial lainnya yang dapat mempengaruhi kontrol tekanan darah(15). Kemajuan teknologi memberikan kemudahan pada masyarakat dalam mengakses pelayanan kesehatan seperti waktu, jarak, biaya, dan perbaikan kualitas pelayanan kesehatan kepada peserta Prolanis. Dari beberapa penelitian di atas dapat dilihat bahwa pemantauan kesehatan Prolanis dapat memberikan pengaruh terhadap kepatuhan pengobatan, gaya hidup, dan perilaku penderita hipertensi sehingga tekanan darahnya menjadi lebih terkontrol.

Edukasi kelompok merupakan upaya dalam meningkatkan pengetahuan peserta Prolanis dalam mengontrol dan meningkatkan kesehatan serta sebagai pencegahan komplikasi. Pemilihan topik edukasi kelompok peserta Prolanis dibuat oleh tenaga kesehatan dari setiap fasilitas pelayanan kesehatan sehingga topik pada setiap pelayanan kesehatan bisa berbeda dan tidak hanya berfokus pada pengelolaan hipertensi saja. Penatalaksanaan hipertensi bersifat seumur hidup, sehingga sangat penting dalam menjaga kepatuhan dalam mengontrol tekanan darah dengan cara mengaplikasikan edukasi yang telah

disampaikan petugas kesehatan(6). Pelayanan kesehatan yang diterapkan di India serupa dengan pelaksanaan Prolanis seperti membagikan poster, selebaran, drama jalanan, dan kuliah didapatkan hasil bahwa intervensi ini hanya berhasil menambah pengetahuan masyarakat tanpa perubahan perilaku yang signifikan(17). Pendidikan kesehatan yang melibatkan keaktifan pesertanya menunjukkan terjadinya peningkatan pengetahuan secara signifikan terkait hipertensi, penurunan indeks massa tubuh, tekanan darah, kadar LDL serum, serta mencegah komplikasi(14). Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat diketahui bahwa melalui kegiatan edukasi peserta Prolanis secara rutin mengalami peningkatan pengetahuan, mengurangi faktor resiko, mencegah komplikasi, serta terkontrolnya tekanan darah.

Reminder SMS *gateway* digunakan sebagai pengingat jadwal Prolanis serta memotivasi kepada setiap peserta Prolanis dalam mengikuti kegiatan Prolanis. Reminder SMS *gateway* bisa melalui grup WA peserta Prolanis maupun SMS. Penelitian yang dilakukan di Jepang selama 6 bulan menggunakan metode konseling pribadi, kelompok latihan, dan pengingat melalui telepon mampu mengurangi penyakit kardiovaskular 10 tahun risiko peserta(16). Pengingat kegiatan prolanis melalui pesan singkat dapat memberikan

dampak positif dalam pengobatan perubahan perilaku dengan meningkatkan kepatuhan dan pengontrolan tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi(6). Berdasarkan hasil penelitian terdahulu dapat dilihat bahwa kegiatan Reminder SMS *gateway* dapat meningkatkan motivasi penderita hipertensi dalam keaktifannya menjalani kepatuhan dan pengobatan sehingga tekanan darah efektif terkontrol.

Aktivitas fisik menjadi salah satu terapi dalam pengendalian penyakit hipertensi dan komplikasinya. Beberapa penelitian terdahulu menyatakan bahwa rutin melakukan aktivitas fisik yang dilakukan dalam sebuah kelompok pada penderita hipertensi dapat meningkatkan motivasi dan status kesehatan dalam pengontrolan tekanan darah. Jenis aktivitas fisik yang dapat dilakukan seperti melakukan aktivitas ringan sehari-hari maupun olahraga. Aktivitas fisik dan jenis Latihan olahraga aerobik dan aktivitas fisik yang dilakukan berkelompok dapat memperbaiki vasodilatasi pada endotelium dan bear peningkatan fungsi endotel(19). Ketekunan dalam melakukan aktivitas fisik ringan berupa kegiatan sehari-hari seperti berjalan kaki dan melakukan pekerjaan rumah lainnya dapat berperan dalam meningkatkan kesehatan kardiometabolik orang dewasa dan mengurangi risiko

kematian(19). Sebuah penelitian di Jepang menggunakan populasi 6 bulan intervensi pada kelompok latihan mampu mengurangi penyakit kardiovaskular 10 tahun risiko peserta(16).

Kegiatan kunjungan ke rumah peserta Prolanis merupakan salah satu pelayanan kesehatan Prolanis dalam pemberian edukasi kepada peserta prolanis. petugas kesehatan masyarakat yang bekerja di sektor publik dapat memiliki peran penting dalam hipertensi(20). Penderita hipertensi dengan usia lanjut yang pernah dikunjungi petugas kesehatan di rumahnya tekanan darahnya sistolik maupun diastolik lebih baik daripada lansia yang belum pernah dikunjungi petugas kesehatan di rumahnya(6). Kegiatan konseling tekanan darah, dan perawatan pada penderita hipertensi, yang berpusat pada kunjungan rumah proaktif oleh petugas kesehatan masyarakat terlatih, menyebabkan penurunan tekanan darah yang signifikan di daerah pedesaan Bangladesh, Pakistan, dan Sri Lanka(20). Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu dapat diketahui peran tenaga kesehatan dalam pelaksanaan kegiatan Prolanis kunjungan rumah dapat meningkatkan motivasi peserta Prolanis mengontrol tekanan darah sehingga didapatkan hasil tekanan darah peserta Prolanis lebih efektif terkontrol dibandingkan peserta yang tidak pernah dan

atau rutin mendapatkan kunjungan rumah.

SIMPULAN DAN SARAN

Peserta Prolanis yang rutin mengikuti kegiatan Prolanis menunjukkan bahwa efektif untuk mengontrol tekanan darah peserta Prolanis di pelayanan kesehatan primer. Penelitian ini juga menemukan bahwa kegiatan Prolanis konsultasi kesehatan, edukasi, kunjungan rumah, reminder SMS gateway dan olahraga berperan secara efektif dalam mengontrol tekanan darah. Dalam mengoptimalkan efektivitas prolanis dalam mengontrol tekanan darah pemanfaatan kegiatan Prolanis secara rutin perlu dilakukan. Diharapkan kepada seluruh pembuat kebijakan dapat bekerjasama terhadap Prolanis dalam menciptakan pelayanan kesehatan berbasis masyarakat yang optimal. Sehingga melalui pemberdayaan peserta prolanis dalam menjaga kesehatan menjadi lebih mandiri melalui keaktifan peserta Prolanis dalam mengikuti setiap kegiatan Prolanis.

REFERENSI

1. Memah M, Kandou GD, Nelwan JE. Hubungan antara kebiasaan merokok dan konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Kombi Kecamatan Kombi Kabupaten Minahasa [Internet]. KESMAS. 2019 [cited 2022 Januari 11];8(1):68-74. Available from: <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/23953>
2. Ariana R, Sari C, Kurniawan T. Perception of Prolanis participants about chronic disease management program activities (PROLANIS) in the Primary Health Service Universitas Padjadjaran. *NurseLine Journal*. 2020;4(2):103-13. <https://doi.org/10.19184/nlj.v4i2.12687>
3. Deiby O, Lumempouw, Wungouw HIS, Hedison, Polii. Pengaruh senam PROLANIS terhadap penyandang hipertensi. *Jurnal e-Biomedik (eBm)*. 2016;4(1). <https://doi.org/10.35790/ebm.v4i1.11697>
4. Nugraheni AY, Sari IP, Andayani TM. Pengaruh konseling apoteker dengan alat bantu pada pasien diabetes melitus. *Jurnal Manajemen dan Pelayanan Farmasi*. 2015;5(4):233-40. <https://doi.org/10.22146/jmpf.214>
5. Alkaff FF, Sukmajaya WP, Intan RE, Salamah S. Effectivity of indonesia chronic disease management program (PROLANIS) to control hypertension and its comorbidities at primary health care: Effectivity of PROLANIS to control hypertension. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 2020;8(E):224-7. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2020.4583>
6. Dyanneza F, Tamtomo D. The effectiveness of chronic disease management program in blood pressure control among hypertensive patients. *Indonesian Journal of Medicine*. 2017;2(1):52-62. <https://doi.org/10.26911/theicph.2017.155>
7. Hastuti AP, Kurniawan AW, Mufarokhah H. Chronic disease management programs based on caring theory with blood pressure reduction. *Journal of Nursing Practice*. 2021;5(1):70-6.

- <https://doi.org/10.30994/jnp.v5i1.153>
8. Daryanti E, Marlina L, Sulastri M. Prolanis terhadap tingkat penurunan tekanan darah dan diabetes mellitus di Bungursari, Tasikmalaya. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 2020;3(2):292-7. <https://doi.org/10.35568/abdimas.v3i2.851>
 9. Murti FS, Josef HK, Istiono W. Prolanis influence on decreasing blood pressure of hypertension patients in Puskesmas Pandak II Bantul 2017. *Jurnal UGM*. 2017;2(2):54-9. <https://doi.org/10.22146/rpcpe.46016>
 10. Dewi F, Andriane Y, Fitriyana S. pattern of blood pressure in hypertensive patients after following prolanis in Pasirkaliki Health Center. *Prosiding Pendidikan Dokter*. 2019;5(1):778-85. <http://dx.doi.org/10.29313/kedokteran.v0i0.15853>
 11. Larasati N, Husna N. pengaruh prolanis dan kepatuhan minum obat terhadap tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Gamping 1. *Media Ilmu Kesehatan*. 2019;8(2):87-93. <https://doi.org/10.30989/mik.v8i2.293>
 12. Cakera IKIW, Nopiyani NMS, Wirawan IMA. Association between participation in a chronic disease management program, medication adherence and decrease of blood pressure. *Public Health and Preventive Medicine Archive (PHPMA)*. 2018;6(2):119-23. <http://dx.doi.org/10.15562/phpma.v6i2.136>
 13. Sari NW, Margiyati M, Rahmanti A. Efektifitas metode self-help group (SHG) terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi. *Jurnal Keperawatan*. 2020;3(3):10-6. Retrieved from <https://stikesks-kendari.e-journal.id/JK/article/view/240>
 14. Lu CH, Tang ST, Lei YX, Zhang MQ, Lin WQ, Ding SH, Wang PX. community-based interventions in hypertensive patients: a comparison of three health education strategies. *BMC Public Health*. 2015;15(1):1-9. <https://doi.org/10.1186/s12889-015-1401-6>
 15. Kravetz JD, Walsh RF. Team-based hypertension management to improve blood pressure control. *Journal of Primary Care & Community Health*. 2016;7(4):272-5. <https://doi.org/10.1177/2150131916645580>
 16. Zhu B, Haruyama Y, Muto T, Yamasaki A, Tarumi F. Evaluation of a community intervention program in Japan using framingham risk score and estimated 10-year coronary heart disease risk as outcome variables: a non-randomized controlled trial. *BMC Public Health*. 2013;13(1):1-10. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-219>
 17. Pandey RM, Agrawal A, Misra A, Vikram NK, Misra P, Dey S, et al. Population-based intervention for cardiovascular diseases related knowledge and behaviours in Asian Indian Women. *Indian Heart Journal*. 2013;65(1):40-7. <https://doi.org/10.1016/j.ihj.2012.12.019>
 18. Chastin SF, De Craemer M, De Cocker K, Powell L, Van Cauwenberg J, Dall P, et al. How does light-intensity physical activity associate with adult cardiometabolic health and mortality? systematic review with meta-analysis of experimental and observational studies. *British Journal of Sports*

Medicine. 2019;53(6):370-6.
<https://doi.org/10.1136/bjsports-2017-097563>

19. McCarthy M, Edwardson CL, Davies MJ, Henson J, Bodicoat DH, Khunti K, Dunstan DW, King JA, Yates T. Fitness moderates glycemic responses to sitting and light activity breaks. *Med Sci Sports Exerc.* 2017;49(10):2216-22.

<https://doi.org/10.1249/mss.0000000000001338>

20. Jafar TH, Gandhi M, De Silva HA, Jehan I, Naheed A, Finkelstein EA, et al. A community-based intervention for managing hypertension in Rural South Asia. *New England Journal of Medicine.* 2020;82(7):717-26.
<https://doi.org/10.1056/NEJMoa191>