

Kajian Kebijakan Kesehatan dalam Upaya Pencegahan Hipertensi Masyarakat Pesisir Danau Tempe di Wilayah Kerja Puskesmas Liu

Khaeriah B^{1*}, Ruslang¹, Anugerah Yanuar Azis¹, Eka Wulansari¹, Tia Ailinnia²

¹Program Studi Administrasi Kesehatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Puangrimaggalatung, Wajo

²Mahasiswa Program Studi Administrasi Kesehatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Puangrimaggalatung, Wajo

*e-mail korespondensi: khaeriah0312@gmail.com

Keywords:

Diet;
Education;
Health Policy;
Coastal Community;
Hypertension Prevention

ABSTRACT

Hypertension is a major health issue contributing to cardiovascular complications in Indonesia, especially among the elderly. This study aims to evaluate health policies for hypertension prevention in the work area of Puskesmas Liu, specifically within the communities around Lake Tempe. The main focus of this research is to assess community understanding, the active role of Puskesmas, and the challenges faced in the implementation of hypertension prevention policies. The research method used is a qualitative phenomenological study with data analysis based on the Colaizzi approach. In-depth interviews were conducted with seven informants who are hypertension sufferers from the area during May-June 2025. The collected data were analyzed to identify key themes related to hypertension prevention policies. The results of the study show that the community's understanding of hypertension and low-salt diets is still limited, with many people considering hypertension as an inherited condition. Puskesmas has conducted health education through Posbindu, but still faces challenges related to limited resources and educational media. The habit of consuming high-salt foods, particularly salted fish, poses a significant barrier to adopting a healthy diet. Family support also plays a crucial role in adherence to a healthy diet. This study emphasizes the importance of improving health education and involving families in hypertension prevention, as well as the need for more inclusive and community-based policies to effectively support hypertension prevention efforts.

Kata Kunci:

Diet;
Edukasi;
Kebijakan Kesehatan;
Masyarakat Pesisir;

ABSTRAK

Hipertensi merupakan masalah kesehatan utama yang berkontribusi pada komplikasi kardiovaskular di Indonesia, khususnya di kalangan lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi kebijakan kesehatan dalam upaya pencegahan hipertensi di wilayah kerja

Pencegahan Hipertensi;

Puskesmas Liu, khususnya di masyarakat pesisir Danau Tempe. Fokus utama dari penelitian ini adalah untuk menilai pemahaman masyarakat, peran aktif Puskesmas, serta hambatan yang dihadapi dalam implementasi kebijakan pencegahan hipertensi. Metode yang digunakan adalah penelitian kualitatif fenomenologis dengan analisis data menggunakan pendekatan Colaizzi. Wawancara mendalam dilakukan dengan tujuh informan yang merupakan masyarakat penderita hipertensi di wilayah tersebut, pada bulan Mei-Juni 2025. Data yang diperoleh dianalisis untuk mengidentifikasi tema-tema utama yang berkaitan dengan kebijakan pencegahan hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemahaman masyarakat mengenai hipertensi dan diet rendah garam masih terbatas, dengan banyak yang menganggap hipertensi sebagai penyakit keturunan. Puskesmas telah melakukan penyuluhan melalui Posbindu, namun masih menghadapi tantangan terkait keterbatasan sumber daya dan media edukasi. Kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi garam, terutama ikan asin, menjadi hambatan besar dalam penerapan pola makan sehat. Dukungan keluarga juga memainkan peran penting dalam kepatuhan terhadap diet sehat. Penelitian ini menekankan pentingnya peningkatan edukasi kesehatan dan keterlibatan keluarga dalam pencegahan hipertensi, serta perlunya kebijakan yang lebih inklusif dan berbasis masyarakat untuk mendukung upaya pencegahan hipertensi secara efektif.

Submitted: 26-05-2025;

Accepted: 29-06-2025;

Published: 30-06-2025



*This is an open access article under the
CC-BY-SA license*

PENDAHULUAN

Hipertensi tetap menjadi isu kesehatan yang signifikan di Indonesia, berkontribusi besar terhadap berbagai komplikasi kardiovaskular. Berdasarkan data dari Riskesdas, prevalensi hipertensi di Indonesia menunjukkan peningkatan, terutama di kalangan populasi yang berisiko tinggi seperti lansia. Penelitian menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi meningkat seiring bertambahnya usia dan lebih tinggi pada perempuan dibandingkan laki-laki setelah usia 40 tahun (Hussain et al., 2016; Peltzer & Pengpid, 2018). Data ini menunjukkan bahwa tantangan dalam pencegahan hipertensi semakin mendesak, mendorong perlunya perhatian lebih besar terhadap pola hidup sehat dan kesadaran kesehatan masyarakat.

Puskesmas Liu, sebagai fasilitas kesehatan tingkat pertama, memegang peran penting dalam menerapkan kebijakan kesehatan promotif dan preventif dalam menangani hipertensi. Namun, efektivitas dari kebijakan tersebut sangat bergantung pada implementasi dan dukungan

masyarakat dalam praktik sehari-hari (Hussain et al., 2016). Kebijakan kesehatan yang berhasil harus dipadukan dengan penyuluhan yang efektif serta keterlibatan aktif masyarakat untuk meningkatkan pemahaman dan kepatuhan terhadap langkah-langkah pencegahan hipertensi (Septiana & Kusumawati, 2024). Penelitian ini akan mengkaji lebih dalam mengenai bagaimana kebijakan tersebut diimplementasikan serta bagaimana persepsi masyarakat dan tenaga kesehatan terkait upaya pencegahan hipertensi di daerah tersebut.

Secara keseluruhan, literatur menunjukkan bahwa ada kebutuhan mendesak untuk kebijakan yang komprehensif dan inklusif yang dapat mengatasi prevalensi hipertensi yang semakin tinggi di Indonesia (Chow, 2013; Oparil et al., 2018). Penerapan pendekatan yang mempertimbangkan faktor sosial dan ekonomi baik di tingkat individu maupun komunitas, memainkan peran penting dalam meningkatkan hasil kesehatan (Cuschieri et al., 2017). Selain itu, upaya kolaboratif antara tenaga medis dan masyarakat lokal diharapkan dapat menciptakan lingkungan yang mendukung dalam pencegahan hipertensi dan meningkatkan kualitas hidup masyarakat di daerah rawan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji Kebijakan Kesehatan dalam Upaya Pencegahan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Liu

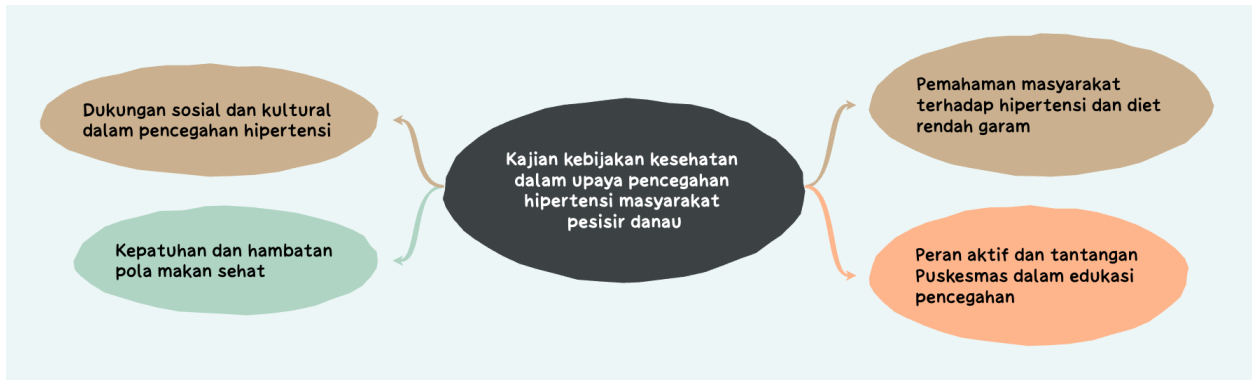
METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain kualitatif fenomenologis dengan pendekatan analisis Colaizzi. Wawancara mendalam dilakukan terhadap 7 informan yang terdiri dari masyarakat penderita hipertensi di pesisir danau Tempe wilayah kerja puskesmas Liu, pada bulan Mei-Juni 2025. Analisis data dilakukan dengan tujuh tahapan Colaizzi untuk menemukan tema-tema utama dan terdiri dari langkah-langkah berikut ini:

1. Membaca seluruh transkrip wawancara untuk memperoleh pemahaman umum dari tiap wawancara,
2. Mengidentifikasi pernyataan-pernyataan yang memiliki makna penting,
3. Menyusun interpretasi dari pernyataan-pernyataan tersebut,
4. Mengelompokkan interpretasi menjadi tema-tema utama,
5. Menyusun deskripsi komprehensif mengenai fenomena yang terjadi,
6. Membuat struktur inti dari fenomena yang dianalisis,
7. Melakukan verifikasi hasil dengan mengonfirmasi kepada narasumber.

HASIL

Berdasarkan hasil wawancara mendalam dengan 7 responden, beberapa tema yang ditemukan antara lain:



Gambar 1. *Mind mapping thematic* Kajian Kebijakan Kesehatan dalam Upaya Pencegahan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Liu

1. Tema 1: Pemahaman Masyarakat Terhadap Hipertensi dan Diet Rendah Garam

Sebagian besar masyarakat belum sepenuhnya memahami hubungan konsumsi garam tinggi dengan risiko hipertensi. Banyak yang menganggap hipertensi sebagai penyakit keturunan dan tidak bisa dicegah.

Tabel 1. Pemahaman Masyarakat Terhadap Hipertensi dan Diet Rendah Garam

Koding Terbuka (Open Coding)	Koding Aksial (Axial Coding)	Subtema	Tema
Pemahaman masyarakat	Pemahaman tentang hipertensi	Pemahaman masyarakat tentang hipertensi	Pemahaman Masyarakat Terhadap Hipertensi dan Diet Rendah Garam
Hipertensi	Penyebab hipertensi	Keterkaitan konsumsi garam dengan hipertensi	
Diet rendah garam	Manfaat diet rendah garam	Anggapan masyarakat tentang hipertensi sebagai penyakit keturunan	
Garam tinggi	Risiko konsumsi garam tinggi	Keterbatasan pengetahuan	

		mengenai diet rendah garam
Penyakit keturunan	Pandangan masyarakat terhadap hipertensi	Pencegahan hipertensi melalui pola makan sehat
Pencegahan hipertensi	Kemungkinan pencegahan hipertensi	Pentingnya edukasi tentang diet rendah garam

2. Tema 2: Peran Aktif dan Tantangan Puskesmas dalam Edukasi Pencegahan

Puskesmas sudah melakukan edukasi melalui posbindu dan penyuluhan, namun keterbatasan tenaga dan media edukasi menjadi hambatan utama.

Tabel 2. Peran Aktif dan Tantangan Puskesmas dalam Edukasi Pencegahan

Koding Terbuka (Open Coding)	Koding Aksial (Axial Coding)	Subtema	Tema
Puskesmas	Peran Puskesmas	Peran Puskesmas dalam edukasi	Peran Aktif Puskesmas dalam Edukasi Pencegahan
Edukasi	Penyuluhan kesehatan	Penyuluhan dan posbindu sebagai metode	
Posbindu	Metode edukasi	Keterbatasan tenaga kesehatan	
Penyuluhan	Keterbatasan sumber daya	Keterbatasan media edukasi	
Keterbatasan tenaga	Keterbatasan media	Tantangan dalam proses edukasi	
Media edukasi	Tantangan dalam edukasi	Faktor penghambat dalam edukasi	
Hambatan utama	Faktor penghambat	Tantangan di lapangan	

3. Tema 3: Kepatuhan dan Hambatan Pola Makan Sehat

Informan menyampaikan bahwa sulit menahan kebiasaan mengonsumsi ikan asin, makanan berkuah asin, dan kurangnya alternatif bahan makanan rendah garam di wilayah pesisir.

Tabel 3. Kepatuhan dan Hambatan Pola Makan Sehat

Koding Terbuka (Open Coding)	Koding Aksial (Axial Coding)	Subtema	Tema
Kebiasaan mengonsumsi ikan asin	Pola makan tidak sehat	Kebiasaan makan tinggi garam	Kepatuhan dan Hambatan Pola Makan Sehat

Makanan berkuah asin	Preferensi makanan tinggi garam	Kurangnya pilihan makanan sehat
Kurangnya alternatif bahan makanan rendah garam	Kesulitan mengubah kebiasaan makan	Hambatan dalam mengubah kebiasaan makan
Sulit menahan kebiasaan	Keterbatasan alternatif makanan	Faktor lingkungan pesisir terhadap pola makan
Wilayah pesisir	Faktor lingkungan (wilayah pesisir)	Keterbatasan bahan makanan rendah garam

4. Tema 4: Dukungan Sosial dan Kultural dalam Pencegahan Hipertensi

Adanya nilai-nilai budaya yang mendukung kebersamaan dalam makan bersama bisa menjadi peluang maupun tantangan dalam perubahan pola makan. Dukungan keluarga dinilai berperan penting dalam kepatuhan diet.

Tabel 4. Dukungan Sosial dan Kultural dalam Pencegahan Hipertensi

Koding Terbuka (Open Coding)	Koding Aksial (Axial Coding)	Subtema	Tema
Nilai budaya	Pengaruh budaya	Budaya kebersamaan makan	Dukungan Sosial dan Kultural dalam Pencegahan Hipertensi
Kebersamaan makan	Polarisasi pola makan	Perubahan pola makan dalam konteks sosial	
Peluang perubahan pola makan	Faktor sosial dalam pola makan	Tantangan kebiasaan makan keluarga	
Tantangan perubahan pola makan	Dukungan keluarga terhadap diet	Peran keluarga dalam pencegahan hipertensi	
Dukungan keluarga	Perubahan pola makan	Kepatuhan diet akibat dukungan keluarga	
Kepatuhan diet	Kepatuhan pasien terhadap diet	Pengaruh sosial terhadap pencegahan hipertensi	

PEMBAHASAN

Kajian Kebijakan Kesehatan dalam Upaya Pencegahan Hipertensi Masyarakat Pesisir Danau Tempe di Wilayah Kerja Puskesmas Liu

1. Tema 1: Pemahaman Masyarakat Terhadap Hipertensi dan Diet Rendah Garam

Tema pemahaman masyarakat terhadap hipertensi dan diet rendah garam merupakan area penting dalam epidemiologi kesehatan yang mendalami kesadaran masyarakat mengenai dampak diet, khususnya asupan garam, terhadap kesehatan kardiovaskular. Penelitian menunjukkan bahwa tingkat pemahaman ini masih rendah di kalangan sebagian besar populasi, di mana mereka cenderung menganggap hipertensi sebagai kondisi hereditary semata tanpa memperhatikan faktor risiko lain seperti diet yang buruk.

Sebuah studi oleh Lailani mengisyaratkan bahwa pemberian diet tinggi garam dapat mengarah pada peningkatan tekanan darah pada hewan percobaan, yang menunjukkan hubungan langsung antara asupan garam dan hipertensi (Lailani et al., 2013). Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Shafrina et al. yang menyoroti tingginya prevalensi hipertensi di Asia Tenggara sebagai akibat dari konsumsi garam yang berlebihan (Shafrina et al., 2022). Menurut Nurifadah dan Kusumastuti menegaskan bahwa edukasi mengenai diet rendah garam sangat penting untuk meningkatkan status kesehatan penderita hipertensi (Nurifadah & Kusumastuti, 2012).

Agar masyarakat lebih memahami pentingnya diet rendah garam, intervensi pendidikan kesehatan juga telah terbukti efektif. Penelitian oleh Nursofiati et al., menunjukkan bahwa penyuluhan tentang hipertensi untuk kelompok usia pra-lansia meningkatkan pengetahuan masyarakat secara signifikan dari 54% menjadi 96% setelah intervensi dilakukan (Nursofiati et al., 2023). Penelitian oleh Fitriyana dan Wirawati mengkaji literatur yang menunjukkan bahwa penerapan pola diet DASH diet yang kaya akan buah-buahan, sayuran, dan rendah garam dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi secara signifikan (Fitriyana & Wirawati, 2022).

Ada juga faktor dukungan sosial yang terlibat. Hasil penelitian oleh Inakii et al. menunjukkan bahwa dukungan keluarga berperan penting dalam kepatuhan terhadap diet rendah garam pada penderita hipertensi (Inakii et al., 2021). Penelitian oleh Sari et al., menemukan bahwa efikasi diri juga memiliki korelasi positif dengan kepatuhan diet rendah garam (Sari et al., 2023). Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi dan dukungan sosial, baik dari keluarga maupun program edukasi, dapat membantu mengubah pandangan masyarakat tentang diet dan hipertensi.

Secara keseluruhan, pemahaman yang lebih baik mengenai hubungan antara diet rendah garam dan pengendalian hipertensi sangat penting untuk diadvokasi dalam masyarakat melalui pendidikan kesehatan. Penelitian-penelitian di atas menunjukkan bahwa tidak hanya faktor fisiologis yang perlu diperhitungkan, tetapi juga aspek sosial dan edukatif yang berperan penting dalam meningkatkan kesadaran dan kepatuhan terhadap pengelolaan hipertensi (Arifuddin et al., 2023).

2. Tema 2: Peran Aktif dan Tantangan Puskesmas dalam Edukasi Pencegahan

Puskesmas, sebagai lembaga pelayanan kesehatan dasar di Indonesia, memiliki peran kunci dalam pendidikan kesehatan dan pencegahan penyakit, termasuk dalam penyuluhan melalui Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu). Meskipun Puskesmas telah berupaya melakukan edukasi kesehatan melalui berbagai program, terdapat berbagai tantangan yang dihadapi dalam pelaksanaannya, terutama terkait keterbatasan sumber daya manusia dan media edukasi yang tersedia.

Salah satu keterbatasan utama yang diidentifikasi adalah kurangnya sumber daya manusia, yang mempengaruhi efektivitas program edukasi. Noviyanti et al. menyatakan bahwa pengembangan dalam penanggulangan penyakit seperti Tuberkulosis terhalang oleh kurangnya anggaran dan fasilitas yang memadai di Puskesmas (Noviyanti et al., 2022). Hal ini serupa dengan temuan yang dinyatakan oleh Mawaddah et al., yang menunjukkan bahwa rendahnya kunjungan masyarakat ke Posbindu juga berkorelasi dengan jumlah petugas kesehatan yang tidak memadai (Mawaddah et al., 2020). Berbagai studi menunjukkan bahwa beban kerja yang tinggi dan kurangnya tenaga medis yang terlatih menjadi faktor penghambat dalam memberikan edukasi yang efektif di tingkat Puskesmas (Damaranti & Hidayat, 2023; Herawati & Deharnita, 2019).

Selain itu, tantangan dalam media edukasi juga sangat signifikan. Syakirah et al. menunjukkan bahwa pengelolaan pengetahuan yang baik dapat memperbaiki kolaborasi antar tenaga kesehatan di Puskesmas dan meningkatkan efektivitas intervensi kesehatan (Syakirah et al., 2021). Pengembangan media edukasi yang efisien dan relevan, termasuk penggunaan teknologi informasi dan komunikasi, perlu ditekankan untuk menjangkau masyarakat dengan lebih baik. Seperti yang dibahas oleh Afriyanto et al., keberadaan kebijakan yang memadai untuk mendukung program pemberian edukasi juga menjadi penting untuk memastikan implementasi yang sukses (Afriyanto et al., 2022).

Penggunaan metode penyuluhan berbasis teknologi, seperti media audiovisual, telah terbukti dapat meningkatkan pemahaman masyarakat tentang tindakan pencegahan penyakit (Hartiningsih, 2018). Hal ini menunjukkan bahwa inovasi dalam menyampaikan materi edukasi, seperti melalui video atau aplikasi mobile, dapat menjadi solusi untuk mengatasi keterbatasan media tradisional serta keterbatasan tenaga pengajar yang ada. Penelitian oleh Harahap et al. menunjukkan bahwa penyuluhan menggunakan media audiovisual mampu meningkatkan pengetahuan tenaga kesehatan mengenai pencegahan infeksi (Harahap et al., 2023).

Secara keseluruhan, Puskesmas harus terus beradaptasi dan mengatasi berbagai tantangan ini, terutama dalam hal sumber daya manusia dan pemanfaatan media edukasi yang lebih modern dan efisien. Upaya kolaboratif antara pemerintah, tenaga kesehatan, dan masyarakat sangat diperlukan untuk mencapai efektivitas dalam edukasi pencegahan melalui Posbindu dan program-program edukasi kesehatan lainnya.

3. Tema 3: Kepatuhan dan Hambatan Pola Makan Sehat

Kepatuhan dan hambatan dalam pola makan sehat menjadi topik yang sangat penting, khususnya di kalangan masyarakat pesisir yang seringkali terjebak dalam kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi garam seperti ikan asin dan makanan berkuah asin. Konsumsi makanan tersebut telah terbukti berisiko bagi kesehatan, terutama terkait dengan peningkatan prevalensi berbagai penyakit, seperti hipertensi dan kanker.

Sebuah studi oleh Siregar et al. menunjukkan bahwa konsumsi makanan asin di masyarakat pesisir memiliki hubungan erat dengan kejadian hipertensi. Penelitian ini menjelaskan bahwa gaya hidup dan pola makan yang tidak sehat, termasuk konsumsi makanan asin, dapat meningkatkan risiko hipertensi (Siregar, 2023).

Selain itu, Kasim et al. menyebutkan bahwa kebiasaan mengonsumsi ikan asin secara signifikan terkait dengan kejadian karsinoma nasofaring, yang menunjukkan dampak jangka panjang dari pola makan tinggi garam (Kasim et al., 2020). Hal ini diperkuat oleh penelitian Munawir et al. yang mengonfirmasi bahwa konsumsi makanan yang diawetkan, termasuk ikan asin, berkontribusi pada peningkatan risiko kanker nasofaring di masyarakat yang memiliki kebiasaan tersebut (Munawir et al., 2023).

Sebanyak 4 penelitian mendukung klaim bahwa pola makan tinggi garam berdampak negatif pada kesehatan. Rozi et al. menyoroti bahwa diet yang mengandung banyak garam dan makanan awetan dapat berkontribusi terhadap kejadian gagal ginjal kronis (GGK), menunjukkan bahwa konsumsi makanan asin tidak hanya berdampak pada hipertensi tetapi juga pada gangguan kesehatan lainnya (Rozi et al., 2023). Dari sudut pandang sosial, Wadhani dan Ratnaningsih Wadhani & Ratnaningsih juga menekankan bahwa pergeseran pola konsumsi makanan di kalangan masyarakat, baik di perkotaan maupun pedesaan, menjadi tantangan dalam mempromosikan pola makan sehat (Wadhani & Ratnaningsih, 2021).

Hambatan untuk menghadirkan alternatif bahan makanan rendah garam di wilayah pesisir menjadi isu penting. Namun, dalam banyak kasus, masyarakat pesisir terjebak dalam tradisi makanan tertentu, yang sulit untuk diubah meskipun ada pengetahuan yang lebih baik mengenai pola makan sehat. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun ada kesadaran dan pengetahuan tentang pola makan sehat, kebiasaan dan akses terhadap alternatif tetap menjadi penghambat signifikan dalam mengadopsi pola makan yang lebih baik.

Kesimpulannya, kebiasaan mengonsumsi ikan asin dan makanan berkuah asin di wilayah pesisir memerlukan perhatian serius. Penelitian-penelitian mendukung pentingnya perubahan pola konsumsi untuk meningkatkan kesehatan, mengingat dampak buruk yang ditimbulkan oleh kebiasaan tersebut. Di sisi lain, pendekatan untuk menyediakan alternatif bahan makanan yang rendah garam dan peningkatan kesadaran tentang risiko kesehatan terkait harus menjadi fokus dalam upaya promosi pola makan sehat di kalangan masyarakat pesisir.

4. Tema 4: Dukungan Sosial dan Kultural dalam Pencegahan Hipertensi

Dukungan sosial dan kultural memainkan peran penting dalam pencegahan hipertensi, terutama melalui pola makan dan interaksi dalam keluarga. Pola makan yang dipengaruhi oleh

nilai-nilai budaya, seperti kebersamaan dalam makan, dapat menjadi sumber dukungan sosial yang signifikan dalam menjaga pola makan yang sehat. Penelitian menunjukkan bahwa keluarga yang mendukung kebiasaan makan yang lebih sehat dapat meningkatkan kepatuhan individu terhadap diet yang direkomendasikan untuk pencegahan hipertensi (Firmansyah et al., 2017; Ramadhani et al., 2023). Ini dicontohkan oleh penelitian yang menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan dan dukungan keluarga berhubungan erat dengan perilaku pengendalian hipertensi pada lansia (Saraswaty et al., 2020; Sutini et al., 2022).

Dukungan sosial dari keluarga menjadi kunci dalam menciptakan lingkungan yang mendukung praktik makan yang sehat, terutama dalam konteks diet yang tepat untuk mencegah hipertensi. Penelitian oleh Firmansyah et al. mengemukakan bahwa dukungan emosional dan spiritual dari keluarga mempengaruhi kemampuan individu dalam mengontrol hipertensi (Firmansyah et al., 2017). Literasi gizi yang baik juga berkontribusi terhadap perubahan pola makan yang positif, di mana pemahaman yang baik tentang nutrisi dapat meningkatkan pilihan makanan sehat di kalangan anggota keluarga (Faizah et al., 2023).

Kebiasaan makan keluarga yang sehat juga tercermin dalam kebersamaan saat makan, yang tidak hanya memperkuat ikatan sosial tetapi juga berfungsi sebagai platform untuk pendidikan gizi (Sutini et al., 2022). Dalam konteks ini, ada tantangan ketika kebudayaan makanan lokal yang sarat dengan makanan tinggi lemak dan garam menjadi hal yang umum, terutama dalam situasi yang memicu stres, yang dapat mempengaruhi kebiasaan makan secara keseluruhan (Muryani et al., 2020). Edukasi tentang pola makan seimbang dan rendah risiko hipertensi perlu dipromosikan dalam konteks keluarga, di mana intervensi yang melibatkan seluruh anggota keluarga dapat memberikan hasil yang lebih baik dalam pengelolaan hipertensi (Saraswaty et al., 2020).

Secara keseluruhan, dukungan sosial dan edukasi yang baik dalam lingkungan keluarga serta perubahan pola makan yang dipromosikan bisa menjadi strategi efektif dalam upaya pencegahan hipertensi. Dengan adanya dukungan dari anggota keluarga serta pemahaman tentang pentingnya pola makan sehat, individu bisa lebih patuh terhadap kebutuhan diet, khususnya dalam konteks pencegahan hipertensi (Ramadhani et al., 2023; Sutini et al., 2022). Penekanan pada aspek kebersamaan dalam makan memberi peluang untuk membangun kesadaran kesehatan yang lebih baik di kalangan komunitas, sehingga mempromosikan pola hidup yang lebih sehat bagi semua anggota keluarga (Faizah et al., 2023; Firmansyah et al., 2017).

KESIMPULAN

Kebijakan kesehatan pencegahan hipertensi di wilayah Puskesmas Liu sudah tersedia namun masih menghadapi kendala dalam pelaksanaan. Pemahaman masyarakat dan dukungan sosial sangat menentukan keberhasilan kebijakan tersebut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dalam penelitian ini. Terima kasih kepada Puskesmas Liu yang telah memberikan izin dan fasilitas untuk pelaksanaan penelitian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada masyarakat Pesisir Danau Tempe yang telah bersedia menjadi responden dan memberikan informasi yang sangat berharga mengenai persepsi mereka terhadap kebijakan kesehatan dan pencegahan hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriyanto, D. F., Hadi, E. N., Andarwati, M., Wardiani, R., Nazhofah, Q., Yusuf, A. M., & Afni, D. (2022). Analisis Implementasi Kebijakan Pemberian Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan X Jakarta Timur. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (Mppki)*, 5(2), 164–168. <https://doi.org/10.56338/mppki.v5i2.1988>
- Arifuddin, A., Supirno, S., Malik, S. A., & Amir. (2023). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi: Literature Review. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 6(7), 830–837. <https://doi.org/10.56338/jks.v6i7.3835>
- Chow, C. K. (2013). Prevalence, Awareness, Treatment, and Control of Hypertension in Rural and Urban Communities in High-, Middle-, and Low-Income Countries. *Jama*, 310(9), 959. <https://doi.org/10.1001/jama.2013.184182>
- Cuschieri, S., Vassallo, J., Calleja, N., Pace, N. P., & Mamo, J. (2017). The Effects of Socioeconomic Determinants on Hypertension in a Cardiometabolic at-Risk European Country. *International Journal of Hypertension*, 2017, 1–7. <https://doi.org/10.1155/2017/7107385>
- Damaranti, C. P., & Hidayat, B. (2023). Tantangan Dan Strategi Manajemen Pasien Tuberculosis Di Negara Berkembang Selama Masa Pandemi COVID-19: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (Mppki)*, 6(3), 393–403. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i3.2995>
- Faizah, A. N., Muningsar, D. L. P., Larasati, M. D., Jaelani, M., & Yuniarti, Y. (2023). Analisis Tingkat Literasi Gizi Terhadap Pola Makan Pada Orang Dewasa. *Jurnal Riset Gizi*, 11(1), 1–4. <https://doi.org/10.31983/jrg.v11i1.10771>
- Firmansyah, R. S., Lukman, M., & Mambang Sari, C. W. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Dukungan Keluarga Dalam Pencegahan Primer Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 5(2). <https://doi.org/10.24198/jkp.v5i2.476>
- Fitriyana, M., & Wirawati, M. K. (2022). Penerapan Pola Diet Dash Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Kalikangkung Semarang. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 6(1), 17–24. <https://doi.org/10.33655/mak.v6i1.126>

- Harahap, A. M. B., Irsan, A., & Putri, E. A. (2023). Efektivitas Penyuluhan Cuci Tangan Dengan Menggunakan Media Audiovisual Terhadap Tingkat Pengetahuan Mencuci Tangan Pada Tenaga Keperawatan Di Rumah Sakit Universitas Tanjungpura Pontianak. *Cerdika Jurnal Ilmiah Indonesia*, 3(3), 250–259. <https://doi.org/10.59141/cerdika.v3i3.554>
- Hartiningih, S. N. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audiovisual Dan Media Booklet Terhadap Perilaku Caregiver Dalam Mencegah Tuberkulosis Pada Anggota Keluarga. *Health Sciences and Pharmacy Journal*, 2(3), 97. <https://doi.org/10.32504/hspj.v2i3.43>
- Herawati, N., & Deharnita, D. (2019). Hubungan Karakteristik Dengan Kejadian Depresi Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(2), 183. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.2.2019.185-192>
- Hussain, M. A., Mamun, A. A., Reid, C. M., & Huxley, R. (2016). Prevalence, Awareness, Treatment and Control of Hypertension in Indonesian Adults Aged ≥ 40 Years: Findings From the Indonesia Family Life Survey (IFLS). *Plos One*, 11(8), e0160922. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0160922>
- InaKii, M., Soelistyoningsih, D., & Jayanti, N. D. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Rendah Garam Pada Penderita Hipertensi Sistolik. *Media Husada Journal of Nursing Science*, 2(3), 132–140. <https://doi.org/10.33475/mhjns.v2i3.62>
- Kasim, M., Tan'im, T., Pebriyani, U., & Aprillya, E. (2020). Konsumsi Ikan Asin Dan Daging Asap Dengan Kejadian Karsinoma Nasofaring. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 62–71. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.220>
- Lailani, M., Edward, Z., & Herman, R. B. (2013). Gambaran Tekanan Darah Tikus Wistar Jantan Dan Betina Setelah Pemberian Diet Tinggi Garam. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 2(3), 146. <https://doi.org/10.25077/jka.v2i3.154>
- Mawaddah, Y., Nuraini, N., & Napitupulu, L. H. (2020). Faktor Yang Memengaruhi Kunjungan Masyarakat Dalam Pemanfaatan Posbindu Penyakit Tidak Menular Di Wilayah Kerja Puskesmas Singkil Utara Tahun 2019. *Jurnal Skala Kesehatan*, 11(1), 28–37. <https://doi.org/10.31964/jsk.v11i1.235>
- Munawir, A., Pangestu, Y. D., & Indreswari, L. (2023). Konsumsi Ikan Asin Meningkatkan Risiko Kanker Nasofaring: Tinjauan Sistematis Dan Meta-Analisis. *Jurnal Otorinolaringologi Kepala Dan Leher Indonesia*, 2(1). <https://doi.org/10.25077/jokli.v2i1.46>
- Muryani, M., Chasanah, S. U., & Kaka, A. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi Dengan Gaya Hidup Penderita Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Ngaglik Li Sleman, Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 13(2). <https://doi.org/10.47317/jkm.v13i2.287>
- Noviyanti, R., Adriansyah, A. A., Firdausi, N. J., & Afridah, W. (2022). Literature Review: Analisis Faktor Penghambat Program Penanggulangan Tuberculosis Di Puskesmas. *Jurnal Sosial Dan Sains*, 2(8), 853–873. <https://doi.org/10.59188/jurnalsosains.v2i8.449>

- Nurifadah, C. S., & Kusumastuti, A. C. (2012). Status Yodium Penderita Hipertensi Dengan Diet Rendah Garam (Studi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Semarang). *Journal of Nutrition College*, 1(1), 273–279. <https://doi.org/10.14710/jnc.v1i1.680>
- Nursofiati, S., Perdana, F., Shoffa, S., Mariananingsih, I., & Isnur, M. (2023). Penyuluhan Hipertensi Pada Pra Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kasemen, Kota Serang. *Jurnal Pengabdian Dan Pengembangan Masyarakat Indonesia*, 2(1), 20–23. <https://doi.org/10.56303/jppmi.v2i1.86>
- Oparil, S., Kinner, A., & Pampel, T. (2018). Treatment of hypertension: Current and emerging approaches. *Journal of the American College of Cardiology*, 72(11), 1140–1150. <https://doi.org/10.1016/j.jacc.2018.07.005>
- Peltzer, K., & Pengpid, S. (2018). The Prevalence and Social Determinants of Hypertension Among Adults in Indonesia: A Cross-Sectional Population-Based National Survey. *International Journal of Hypertension*, 2018, 1–9. <https://doi.org/10.1155/2018/5610725>
- Ramadhani, R., Dianingati, R. S., & Annisaa', E. (2023). Analisis Tingkat Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Pasien Hipertensi Di Puskesmas Kedaton Dan Puskesmas Segala Mider Kota Bandar Lampung. *Generics Journal of Research in Pharmacy*, 3(1), 11–18. <https://doi.org/10.14710/genres.v3i1.17946>
- Rozi, F., Majiding, C. M., & Siddiq, M. N. A. A. (2023). Karakteristik Sosial, Gaya Hidup, Dan Kebiasaan Makan Pasien Gagal Ginjal Kronis (GGK) Di RS Gatot Soebroto, Jakarta. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 4(1), 66–74. <https://doi.org/10.52742/jgkp.v4i1.138>
- Saraswaty, D., Abdurrahmat, A. S., & Novianti, S. (2020). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dan Pengetahuan Dengan Perilaku Pengendalian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Karangnunggal Kabupaten Tasikmalaya. *Journal Health & Science Gorontalo Journal Health and Science Community*, 2(2), 283–295. <https://doi.org/10.35971/gojhes.v2i2.5272>
- Sari, W. A., Rosidawati, I., Brahmantia, B., & Muttaqin, Z. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi Dengan Upaya Pengendalian Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mangkubumi. *Nurs Journal*, 1(1), 39–48. <https://doi.org/10.37160/tnj.v1i1.265>
- Shafrina, A. A., Sulastri, D., & Burhan, I. R. (2022). Hubungan Tingkat Konsumsi Garam Terhadap Kejadian Hipertensi Di Asia Tenggara. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 2(3), 202–211. <https://doi.org/10.25077/jikesi.v2i3.452>
- Siregar, S. S. (2023). Sosialisasi Edukasi Kesehatan Pencegahan Penyakit Stroke Masyarakat Kecamatan Sukarami Kota Palembang. *Jurnal Pustaka Mitra (Pusat Akses Kajian Mengabdikan Terhadap Masyarakat)*, 3(5), 211–214. <https://doi.org/10.55382/jurnalpustakamitra.v3i5.602>

-
- Sutini, S., Winahyu, K. M., & Rayatin, L. (2022). Perilaku Pengendalian Hipertensi Lansia Ditinjau Dari Dukungan Penghargaan Dan Emosional Keluarga. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia (Jiki)*, 5(2), 134. <https://doi.org/10.31000/jiki.v5i2.6493>
- Syakirah, I., Idris, A., & Sulolipu, A. M. (2021). Pengaruh Knowledge Management Terhadap Kolaborasi Tenaga Kesehatan Pada Manajemen Puskesmas Di Sulawesi Selatan. *Window of Public Health Journal*, 815–825. <https://doi.org/10.33096/woph.v2i1.95>
- Wadhani, L. P. P., & Ratnaningsih, N. (2021). Determinan Pola Konsumsi Makanan Berisiko Pada Ibu Di Kecamatan Mataram Dan Gunungsari, Nusa Tenggara Barat. *Amerta Nutrition*, 5(3), 230. <https://doi.org/10.20473/amnt.v5i3.2021.230-236>