

## Penatalaksanaan Hipertensi Pada Lansia Di Desa Modayag

**Grace I. V. Watung**

Institut Kesehatan dan Teknologi Graha Medika

E-mail: gracewatung04@gmail.com

### Riwayat Artikel:

Dikirim : 14 Agustus 2024

Direvisi : 20 Agustus 2024

Diterima: 28 Agustus 2024

### Abstrak:

*Kegiatan ini berupaya memecahkan permasalahan kompleks yang dihadapi komunitas kelompok tertentu dewasa ini, terutama pada lansia penderita hipertensi. Di Indonesia, hipertensi harus segera ditangani karena efek jangka panjangnya dapat menyebabkan penyakit berbahaya seperti penyakit jantung dan stroke. Kegiatan ini sangat penting dilakukan terlebih sasarannya lansia hipertensi karena lansia sudah tidak mampu beraktivitas serta tidak mampu dalam hal kepatuhan minum obat anti hipertensi sehingga perlu diberikan penyuluhan atau sosialisasi tentang penatalaksanaan hipertensi. Adapun solusi yang ditawarkan oleh tim PKM dari program ini adalah memberikan penyuluhan dan pemberian edukasi tentang hipertensi. Bentuk dari kegiatan ini berupa penyuluhan kesehatan tentang hipertensi dari tim dosen keperawatan dengan peserta yaitu masyarakat yang merupakan responden dalam kegiatan ini sebanyak 36 orang lansia yang sebagian besar merupakan penderita hipertensi. Meskipun kegiatan PKM dilaksanakan oleh Tim Pelaksana dan direncanakan dengan bantuan pemerintah desa setempat, metode pendampingan atau penyuluhan dilakukan oleh Tim Pelaksana. Dalam pelaksanaan kegiatan PKM ini juga, tim PKM tidak lupa memberikan edukasi-edukasi bagi masyarakat lansia untuk pencegahan penyakit tidak menular lainnya. Luaran dari PKM ini berupa laporan serta publikasi artikel sehingga dapat diakses oleh semua orang hasil dari kegiatan ini yaitu terjadi peningkatan pengetahuan secara adekuat pada lansia dalam penatalaksanaan hipertensi.*

### Kata Kunci:

*Hipertensi, Lansia, Penatalaksanaan,*

### Pendahuluan

Menurut Konstitusi Republik Indonesia tahun 1998, seseorang yang berusia 60 tahun ke atas disebut sebagai lanjut usia (lansia). Pada tahun 2019, ada 703 juta orang di seluruh dunia yang berusia 65 tahun atau lebih. Jumlah orang di seluruh dunia yang berusia 65 tahun atau lebih meningkat dari 6% pada tahun 1990 menjadi 9% pada tahun 2019, dan diproyeksikan akan berlipat ganda menjadi 1,5 miliar pada tahun 2050. (Syukkur et al., 2022). Lansia dikatakan lebih rentan terhadap berbagai penyakit degeneratif dibandingkan dengan usia muda. Lanjut usia adalah ketika seseorang menjadi lebih tua dan mengalami penurunan fungsi fisik, yang ditandai dengan penurunan massa otot dan kekuatan, laju denyut jantung maksimal, peningkatan lemak tubuh, dan penurunan fungsi otak (Harnawati et al., 2023). Penyakit

degeneratif adalah kondisi yang berlangsung lama dan berdampak pada produktivitas dan kualitas hidup seseorang (Putrianti et al., 2017). Tekanan darah, yang menunjukkan total tahanan pembuluh darah perifer (TPR) atau tahanan pembuluh darah perifer, merupakan indikator kuat keberhasilan pengobatan hipertensi. Tekanan darah menunjukkan kekuatan kontraksi jantung yang diperlukan agar darah dapat mengalir melalui pembuluh darah dan mencapai semua jaringan tubuh (Dotulong dan Karouw, 2022).

Menurut Data Global Status Report on Non Communicable Diseses 2019 dari WHO, 36% orang dewasa di Asia Tenggara menderita hipertensi, sedangkan 35% negara maju. Hanya 10 persen orang Indonesia yang menyadari bahwa mereka menderita hipertensi, meskipun lebih dari 25 persen dari mereka menderita kondisi ini. Tenaga medis memberikan informasi kepada mereka. Ini sangat tidak menyenangkan. Penyakit kardiovaskular, terutama hipertensi, menempati urutan teratas dalam angka kematian kasus dibandingkan dengan penyakit lainnya (Supriadi et al., 2023). Menurut World Health Organization, 1,13 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi pada tahun 2018. Hipertensi juga menyumbang 9,4 juta dari 17 juta kematian akibat penyakit kardiovaskular, menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). Pada tahun 2025, diperkirakan ada 10,44 juta orang dengan hipertensi. Di Indonesia, hipertensi mencapai 31,7%, dengan tingkat tertinggi di Kalimantan Selatan, dengan 44,1% orang di bawah 18 tahun (Watung et al., 2023).

Saat ini terjadi transisi epidemiologi dalam masalah kesehatan di Indonesia: prevalensi penyakit tidak menular (PTM) cenderung meningkat sedangkan PTM belum teratasi sepenuhnya. PTM menjadi masalah penting karena perlunya dukungan dalam pencegahan dan pengendalian PTM serta faktor risikonya untuk mendorong perubahan perilaku masyarakat yang lebih sehat (Yulanda et al., 2021). Hipertensi adalah salah satu masalah kesehatan masyarakat yang paling umum di Indonesia dan di seluruh dunia. Dari 639 juta kasus hipertensi pada tahun 2020, diperkirakan 1.15 miliar kasus pada tahun 2025, dengan 80 persen peningkatan di negara berkembang. Prediksi ini didasarkan pada jumlah pasien hipertensi dan pertumbuhan populasi saat ini. Hipertensi adalah kondisi yang ditandai dengan tekanan darah tinggi, kelainan jantung, dan kelainan pembuluh darah (Watung et al., 2023). Di Indonesia, hipertensi menyebabkan 175.000 kematian setiap tahun. Dari 450.000 kasus hipertensi yang diketahui di Indonesia, 337.500 (75%) adalah di usia produktif (15 hingga 50 tahun), dengan mayoritas laki-laki. 112.500 (25%) lainnya tidak terdiagnosis dan hanya sebagian kecil yang terdaftar dalam program penanggulangan penyakit hipertensi yang direkomendasikan oleh WHO (Risna dan Fauzia 2020).

Banyak masalah dengan kualitas hidup, terutama bagi orang tua. Sebagai contoh, penelitian Malamtiga et al. (2017) melibatkan orang tua di Kelurahan Kinilow Kecamatan Tomohon Utara menemukan bahwa orang tua tidak dapat melakukan aktivitas yang cukup lama dan harus melakukan lebih banyak aktivitas di rumah. Akibatnya, mereka merasa cemas dan stres, yang berdampak pada kualitas hidup mereka (Waworuntu et al., 2019). Di sisi lain, ada 337 orang yang menderita hipertensi di Desa Modayag, dan sebagian besar dari mereka adalah orang tua (lansia).

Untuk mengobati hipertensi, ada pengobatan farmakologi dan non farmakologi, tetapi kebanyakan orang hanya tahu pengobatan farmakologi. Tidak banyak orang yang menyadari bahwa konsumsi obat jangka panjang memiliki efek samping. Akibatnya, terapi non-farmakologi untuk mengatasi hipertensi dapat mencakup relaksasi, aktivitas fisik, menghindari merokok, mengurangi konsumsi garam, dan menjalani gaya hidup sehat (Felisitas & Lahardo, 2021). Menurut Svetkey et al., jurnal Efek modifikasi gaya hidup pada tekanan darah berdasarkan ras, sex, status hipertensi, dan usia yang dilakukan selama 18 bulan, penerapan modifikasi gaya hidup pada penderita hipertensi mampu menurunkan berat badan dan tekanan

darah hingga mencapai berat badan dan tekanan darah ideal dan normal (Risna & Fauzia, 2020).

Satu masalah utama yang akan ditangani dalam analisis masalah adalah tingkat pengetahuan dan pemahaman orang tua tentang efek penatalaksanaan dan hipertensi. Lansia di Desa Modayag cukup tinggi menderita hipertensi. Selain faktor penuaan, hipertensi juga disebabkan oleh obesitas, kurangnya aktivitas fisik, dan stress, antara lain. Ini adalah salah satu alasan mengapa kegiatan ini harus dilakukan sesuai dengan analisis situasi saat ini. Kegiatan ini akan meningkatkan pengetahuan orang tua tentang potensi di masa depan jika hipertensi tidak diobati. Dalam menentukan prioritas masalah ini, masalah paling penting yang ditangani adalah pengetahuan dan pemahaman tentang kesehatan, atau hipertensi. Pengetahuan dan pemahaman tentang hipertensi ditangani dengan memberikan pendidikan atau penyuluhan tentang berbagai konsekuensi masa depan dari hipertensi yang dibiarkan terus menerus oleh orang dewasa. Oleh karena itu, pengetahuan tentang pengobatan hipertensi harus diberikan.

Memberdayakan orang tua (lansia) untuk merawat hipertensi di rumah di Desa Modayang dengan cara medis dan non-medis adalah tujuan dari program pengabdian masyarakat ini.

## Metode

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan metode:

1. Pelajari masalah yang ada di Desa Modayag dan membuat proposal untuk mencegah hipertensi serta komplikasinya.
2. Berikutnya yaitu menyusun proposal untuk Pusat Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Institusi Pendidikan dan mendapatkan penugasan dari Ketua LPPM Institut Kesehatan dan Teknologi Graha Medika.
3. Setelah disetujui, kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dilakukan dengan mengajarkan lansia tentang pemberdayaan lansia dalam penatalaksanaan hipertensi.

Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat ini dilakukan dalam beberapa tahapan, seperti berikut:

1. Mulai Tahap: Ini adalah tahap awal kegiatan dengan melakukan survei lokasi kegiatan pengabdian untuk menemukan ide kegiatan pengabdian yang sesuai dan tepat sasaran.
2. Identifikasi Permasalahan: Setelah melakukan survei dan menemukan lokasi kegiatan pengabdian, masalah yang harus diselesaikan diidentifikasi.
3. Persetujuan Mengenai Rencana Kegiatan: Setelah mengidentifikasi kebutuhan yang menjadi masalah, penulis dan tim mengajukan usulan secara non-resmi kepada Pimpinan Institut Kesehatan dan Teknologi Graha Medika. Setelah disepakati, segera disusun proposal kegiatan yang diajukan ke pihak sumber dana, dalam hal ini adalah bagian keuangan institusi tahun 2024.

Proses penyusunan proposal adalah sebagai berikut:

1. Penyusunan Proposal: Pada tahap ini, tim pengabdian mengajukan usulan kegiatan beserta rencana anggaran ke bagian keuangan institusi.

2. Kegiatan Penyuluhan atau pemberian edukasi kepada lansia tentang penatalaksanaan hipertensi. Setelah proposal disetujui, proses selanjutnya adalah membuat rancangan kegiatan, melakukan survei tentang bahan yang akan digunakan dalam kegiatan, dan mengumpulkan informasi tentang kasus hipertensi pada lansia serta melakukan pemberdayaan lansia dalam penatalaksanaan hipertensi.
3. Membuat Laporan dan Artikel: Pada tahap ini dibuat laporan pertanggung jawaban kegiatan dan kemudian ditulis artikel atau publikasi ilmiah tentang laporan kegiatan untuk diterbitkan dalam jurnal pengabdian kepada masyarakat nasional.
4. Tahap akhir: Tim Pengabdian Masyarakat membuat laporan pertanggung jawaban kegiatan untuk dimasukkan ke bagian atau unit Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat.

### Hasil Kegiatan

Kegiatan penyuluhan tentang hipertensi ini telah dilaksanakan pada tanggal 2 September 2024 di Balai Desa Desa Modayag dengan melibatkan Institut Kesehatan dan Teknologi Graha Medika dan pemerintah desa setempat. Kegiatan tersebut melibatkan 56 orang tua dan 1 dosen. Ditunjukkan bahwa kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berjalan dengan baik, seperti memberikan edukasi kepada orang tua tentang pengobatan hipertensi. Dimulai dengan sambutan singkat dari perwakilan dosen dari Institut Kesehatan dan Teknologi Graha Medika, kegiatan ini dilanjutkan dengan penyuluhan atau pemberian edukasi pada lansia tentang penatalaksanaan hipertensi.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan Pada Lansia

Pada kegiatan ini juga diselingi dengan pemeriksaan tekanan darah serta memperagakan senam lansia. Hal ini bertujuan agar tubuh lansia bugar serta aktivitas fisiknya adekuat. Kegiatan ini dilaksanakan setelah penyuluhan dilakukan dan hasilnya para peserta yang merupakan lansia memahami tentang hipertensi, penyebab, serta pencegahan dan pengobatan.

### Diskusi

Hasil pengabdian ini sejalan dengan pengabdian Purnawan & Suarjana (2020) yang menyatakan bahwa pengetahuan orang tua tentang hipertensi meningkat sebesar sembilan puluh persen, kemampuan mereka untuk mengontrol tekanan darah mereka sendiri sebesar sembilan puluh persen, dan kemampuan mereka untuk menangani hipertensi nonmedis dengan teknik relaksasi otot progresif sebesar sembilan puluh persen. Selain itu, hasil pengabdiannya menunjukkan peningkatan yang besar baik sebelum maupun sesudah kegiatan pengabdian masyarakat.

Sejalan juga dengan Jayanti et al. (2022) dimana tindakan menunjukkan bahwa masyarakat terlibat dan aktif. Ini memungkinkan mereka untuk mengulangi metode pencegahan dan pengendalian hipertensi, termasuk penggunaan obat herbal untuk mengurangi hipertensi dan senam hipertensi bersama. Penanganan hipertensi pada orang tua juga membutuhkan metode non medis atau terapi tambahan.

Demikian juga dengan hasil pengabdian Lisa Ardiningtyas (2022), yang menyatakan bahwa dari 15 responden (lansia) di Kelurahan Paudean, Kota Bitung, dimana hasil pengabdian menunjukkan bahwa lansia telah menerima pemeriksaan kesehatan yang meliputi pengukuran tekanan darah, gula darah, dan asam urat, serta jawaban atas pertanyaan tentang makanan yang dapat menurunkan tekanan darah. Sebaiknya penyuluhan ini dilakukan di kelurahan lain, bekerja sama dengan Dinas Kesehatan terkait, untuk terus memperhatikan kesehatan lansia dengan mengaktifkan kegiatan posyandu untuk lansia. Peserta sangat antusias dengan penyuluhan ini.

Dalam pengabdian yang dilakukan Taufandas et al., (2023) menyatakan bahwa Hipertensi pada usia muda tidak sama dengan hipertensi pada usia lanjut. Meningkatnya sensitivitas terhadap asupan natrium dan peningkatan dan penurunan kadar natrium yang terkait dengan bertambahnya usia adalah faktor-faktor yang berkontribusi pada hipertensi pada lanjut usia. Akibat penurunan elastisitas pembuluh darah perifer, proses penurunan ini meningkatkan elastisensi pembuluh darah perifer, yang pada akhirnya akan mengakibatkan hipertensi sistolik saja.

Penelitian yang dilakukan oleh Riamah (2019), dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa penyebab utama hipertensi adalah jenis kelamin, yaitu mayoritas perempuan (62,8%). Oleh karena itu, disarankan bagi perempuan untuk berpartisipasi dalam aktivitas fisik, terutama olahraga secara teratur, seperti senam lansia di Panti Khusnul Khotimah. Ini dapat meningkatkan dan mempertahankan kesehatan, daya tahan jantung, paru-paru, peredaran darah otot, dan sendidan yang sehat.

Selain diberikan penyuluhan, peran keluarga juga diperlukan seperti pada kegiatan pengabdian Supriadi et al., (2023), menyatakan bahwa dalam program pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan, kader diberi pelatihan dan keluarga diberi pendampingan tentang cara merawat lansia dengan hipertensi dengan sabar, berjuang, dan bertahan (SAJUTA). Sasaran acara ini adalah dua puluh orang kader dan dua puluh keluarga lansia yang menderita hipertensi. Kegiatan tersebut berlokasi di Desa Cinanjung Tanjungsari, Sumedang. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan kader, yang meningkat dari rerata skor 76,4

menjadi 86,7, dengan peningkatan 10,3 poin. Pengetahuan keluarga juga meningkat dari 50,5 menjadi 64,5, dengan peningkatan 14 poin. Keluarga dan keluarga diharapkan dapat membantu orang tua dengan hipertensi untuk mengontrol tekanan darah mereka dan mencegah komplikasi.

Begitu juga dengan pengabdian dari Kumalasari et al. (2022) dimana kegiatan yang dilakukan meningkatkan pengetahuan kelompok yang peduli dengan hipertensi melalui dukungan kelompok teman, kader kesehatan dan petugas puskesmas harus memastikan bahwa ia berlanjut. Hasilnya menunjukkan bahwa kelompok peduli hipertensi terlibat dalam kegiatan dan mampu menemukan tanda, gejala, dan cara mencegah hipertensi. Dua puluh orang tergabung dalam kelompok peduli hipertensi, yang diketuai oleh ketua RT setempat. Hasil evaluasi digunakan untuk memastikan bahwa peserta acara memahami cara mencegah hipertensi dan berkomitmen untuk membangun Gerakan Masyarakat Sadar Hipertensi. Kegiatan ini mendukung Gerakan Masyarakat Sadar Hipertensi (GERMASASI). Ini membantu kelompok yang peduli dengan hipertensi memperluas pengetahuan dan meningkatkan pandangan mereka. Oleh karena itu, kader dan petugas puskesmas harus memantau dan menilai kegiatan untuk memastikan bahwa itu berlangsung.

Salah satu kendala yang menyebabkan lansia hipertensi sangat kurang atau minim dalam pemberdayaan hipertensi dikarenakan faktor jarak serta perilaku lansia itu sendiri. Hal ini menjadi dasar karena telah diteliti oleh Langingi et al., (2020) silam. Jarak puskesmas yang cukup jauh dari tempat tinggal lansia menyebabkan lansia enggan berkunjung ke puskesmas sehingga lebih cenderung memilih pengobatan alternatif dukun yang di nilai lebih efisien dan tidak memerlukan biaya lebih untuk transportasi yang harus dikeluarkan. Faktor sikap atau perilaku lansia juga dalam hal ini kepatuhan lansia untuk melakukan diet hipertensi sangat berpengaruh pada dorongan atau motivasi yang di berikan langsung di tempat penyedia atau posyandu lansia.

## **Simpulan**

Kesimpulan dalam kegiatan pengabdian ini yakni terjadi peningkatan pengetahuan dan pemahaman lansia tentang penatalaksanaan hipertensi yang bukan hanya penatalaksanaan farmakologis saja tetapi non farmakologis juga. Para lansia tampak antusias dalam mengikuti kegiatan ini dari awal hingga akhir.

## **Saran**

Rekomendasi dari tim PKM adalah agar pemerintah, khususnya Dinas Kesehatan Kabupaten Bolaang Mongondow Timur melalui Wilayah Kerja Puskesmas Modayag, melakukan penyuluhan atau kunjungan yang lebih sering bagi orang lanjut usia yang menderita hipertensi. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa pemegang program ini lebih mengetahui dan memiliki data dan lokasi yang akurat tentang penderita hipertensi. Salah satu kebijakan kesehatan pemerintah adalah pemberdayaan lansia hipertensi ini. Ini bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat, terutama mereka yang menderita hipertensi.

## Ucapan Terima Kasih

Puji Syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa karena berkat dan anugerahnya sehingga Proses Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat bisa terselesaikan dengan baik. Ucapan terima kasih kami kepada Pimpinan dan seluruh Civitas Institut Kesehatan dan Teknologi Graha Medika atas dukungan dan bantuannya dalam pelaksanaan kegiatan PKM ini. Kemudian juga kepada seluruh lansia yang sudah membantu mensukseskan kegiatan PKM ini, serta pihak Pemerintah Desa Modayag.

## Daftar Referensi

- Felisitas, A., & Lahardo, D. (2021). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Penatalaksanaan Hipertensi Pada Lansia Untuk Menciptakan Lansia Sehat Dan Mandiri Di Desa Banjararum Kec. Singosari Kab, Malang. *Jurnal Humanis ( Jurnal Pengabdian Masyarakat ISTeK ICsada Bojonegoro)*, 6(Vol. 6 No. 2 (2021): Jurnal HUMANIS), 7–12.
- Fransiskus, X., Dotulong, & M, karouw brigita. (2022). Pengaruh Edukasi Self-Care Management Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Watson Journal of Nursing*, 1(1), 22–29. <https://e-journal.stikesgunungmaria.ac.id/index.php/wjn/article/view/8/4>
- Harnawati, R. A., Nisa, J., Bersama, P. H., Tegal, K., & Korespondensi, P. (2023). *Manajemen Pencegahan Hipertensi dengan Pemanfaatan Pemeriksaan Tekanan Darah pada Lansia*. 5(2), 261–263.
- Jayanti, T. N., Sulaeman, A., Rokayah, C., & Nurinda, J. (n.d.). *PENCEGAHAN DAN PENGENDALIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI KAMPUNG KB DESA CIBIRU WETAN*. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>
- Kumalasari, I., Dwi Rangga, A., Iqbal Pratama, M., & Qaulan Tsaqila, N. (2022). *Pemberdayaan Masyarakat Dalam Deteksi Dini dan Upaya Pencegahan Hipertensi Melalui Peer Group Support* (Vol. 3, Issue 4). <https://madaniya.pustaka.my.id/journals/contents/article/view/300>
- Langingi, A. R. C., Sudirman, & Watung, G. I. V. (2020). Analisis Faktor Perilaku Dan Jarak Fasilitas kesehatan Terhadap Pemanfaatan Posyandu Lansia Hipertensi Di Desa Muntoi Kecamatan Passi Barat. *Medical Technology and Public Health Journal*, 4(2), 121–126. <https://doi.org/10.33086/mtphj.v4i2.1757>
- Lisa Ardiningtyas, D. A. (2022). Pemeriksaan Kesehatan Lansia Dan Edukasi Pemanfaatan Bahan Pangan Sebagai Pengobatan Alternatif Hipertensi Di Kelurahan Paudean Kec. Lembah Selatan Kota Bitung. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara (Pengabmas Nusantara)*, 4(2), 46–53.
- Purnawan, N., & Suarjana, N. (2020). *PKM MANAJEMEN HIPERTENSI MELALUI TINDAKAN NON MEDIS PADA LANSIA DI LINGKUNGAN/BANJAR SAMBAHAN, KELURAHAN UBUD, KECAMATAN UBUD, KABUPATEN GIANYAR*.
- Putrianti, B., Wulandari, A., & Krismiyati, M. (2017). *PENGENDALIAN PENYAKIT HIPERTENSI MEWUJUDKAN LANSIA SEHAT* Abstract *Hypertension is one of the common diseases found in society . The mortality rate due to hypertension in Indonesia is very high . Hypertension is the number 3 cause of death after stroke and.*
- Riamah. (2019). Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Hipertensi Pada Lansia Di UPT PTSW Khusnul Khotimah. *MENARA Ilmu*, 13(5), 106–113. <https://doi.org/DOI:>

- <https://doi.org/10.33559/mi.v13i5.1360>
- Risna, R., & Fauzia, N. (2020). Penyuluhan Hipertensi Dan Modifikasi Gaya Hidup Lansia Dengan Hipertensi Di Gampong Sagoe Kecamatan Simpang Tiga Kabupaten Pidie. *RAMBIDEUN: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 32–35. <https://doi.org/10.51179/pkm.v3i1.178>
- Supriadi, S., Susanti, S., & Fathudin, Y. (2023). PEMBERDAYAAN KELUARGA SEBAGAI PENDAMPING YANG SABAR, BERJUANG DAN BERTAHAN (SAJUTA) DALAM MERAWAT LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI DESA CINANJUNG TANJUNGSARI SUMEDANG. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan Indonesia*, 2(1), 251–256. <https://doi.org/10.34011/jpmki.v2i1.1374>
- Syukkur, A., Vinsur, E. Y. Y., & Nurwiyono, A. (2022). PEMBERDAYAAN KADER LANSIA DALAM UPAYA PENATALAKSANAAN HIPERTENSI. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(2), 624–629. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v7i1.13110>
- Taufandas, M., Ikhwan, D. A., & Anatun Aupia, F. (2023). PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG HIPERTENSI DAN PEMERIKSAAN TEKANAN DARAH. *JURNAL ABDIMAS KESOSI*, 6(2), 14–20.
- Watung, G. I. V, Sibua, S., Ningsih, S. R., & Manika, H. (2023). Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular Hipertensi di Desa Ratatotok Selatan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat MAPALUS Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Gunung Maria Tomohon*, 2(1), 2023.
- Waworuntu, P. G., Asrifuddin, A., & Kalesaran, A. F. (2019). Hubungan Aktivitas Fisik dan Penyakit Hipertensi dengan Kualitas Hidup Lansia di Desa Tondegesan Kecamatan Kawangkoan Kabupaten Minahasa. *Jurnal KESMAS*, 8(7), 242–250.
- Yulanda, N. A., Maulana, M. A., Fradianto, I., & Priyono, D. (2021). Pemberdayaan Masyarakat Mengenai Kepatuhan Diet dan Pengobatan Hipertensi. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(4), 340–347. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v6i4.1839>