

Pemberdayaan Dalam Upaya Penatalaksanaan Hipertensi Pada Lansia Di Lingkungan I Lorong Tower Desa Modayag

Grace I. V. Watung¹, Siska Sibua²

^{1,2}Institut Kesehatan dan Teknologi Graha Medika

E-mail: gracewatung04@gmail.com

Riwayat Artikel:

Dikirim : 5 Januari 2024

Direvisi : 7 Januari 2024

Diterima : 14 Januari 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 16 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:

Pemberdayaan, Lansia, Penatalaksanaan, Hipertensi.

Pendahuluan

Seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas disebut sebagai lanjut usia (lansia) menurut Konstitusi Republik Indonesia tahun 1998. Pada 2019, ada 703 juta orang di seluruh dunia yang berusia 65 tahun atau lebih. Jumlah ini diproyeksikan akan berlipat ganda menjadi 1,5 miliar pada tahun 2050. Jumlah orang di seluruh dunia yang berusia 65 tahun atau lebih meningkat dari 6% pada tahun 1990 menjadi 9 persen pada tahun 2019 (Achmad Syukkur, Elizabeth Yun Yun Vinsur 2022). Dibandingkan dengan usia muda, lansia dikatakan lebih rentan terhadap berbagai penyakit degeneratif. 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 penyakit yang berlangsung lama dan memengaruhi kualitas hidup dan produktivitas seseorang (Berlina Putrianti, Amri Wulandari 2017). Salah satu indikator kuat keberhasilan pengobatan hipertensi adalah tekanan darah, yang merefleksikan kekuatan kontraksi jantung yang diperlukan agar darah dapat mengalir melalui pembuluh darah dan mencapai semua jaringan tubuh. Tekanan darah juga menunjukkan total tahanan pembuluh darah perifer (TPR), juga dikenal sebagai tahanan pembuluh darah perifer (Dotulong dan Karouw, 2022).

Menurut Data Global Status Report on Non Communicable Diseases 2019 dari WHO, 36% orang dewasa di Asia Tenggara menderita hipertensi, sedangkan 35% negara maju. Lebih dari 25% orang Indonesia menderita hipertensi, tetapi hanya 10% yang mengetahuinya. Tenaga kesehatan memberi tahu mereka. Ini sangat mengganggu. Kenapa? Dibandingkan dengan penyakit lainnya, penyakit cardiovascular, khususnya hipertensi, menempati urutan teratas dalam angka kematian kasus (Supriadi, Susanti, and Fathudin 2023). Pada tahun 2018, *World Health Organization* mengatakan bahwa 1,13 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi. WHO juga menyatakan bahwa 9,4 juta dari 17 juta kematian akibat penyakit kardiovaskular disebabkan oleh hipertensi (Sulistyono dan Modjo, 2022). Jumlah orang yang memiliki hipertensi diperkirakan akan terus meningkat menjadi 10,44 juta pada tahun 2025. Hipertensi di Indonesia mencapai 31,7%, dengan prevalensi tertinggi di Kalimantan Selatan, yang mencapai 44,1% dari populasi usia 18 tahun (Watung et al. 2023).

Di Indonesia saat ini sedang terjadi transisi epidemiologi dalam masalah kesehatan; 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). Salah satu masalah kesehatan masyarakat yang paling penting di Indonesia dan di seluruh dunia adalah hipertensi. Dari 639 juta kasus hipertensi pada tahun 2020, diperkirakan 1.15 miliar kasus hipertensi pada tahun 2025, dengan 80 persen peningkatan di negara berkembang. Prediksi ini didasarkan pada jumlah orang yang menderita hipertensi dan jumlah penduduk yang tumbuh saat ini. Tekanan darah tinggi, kelainan jantung dan pembuluh darah yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah, dikenal sebagai hipertensi (Watung et al. 2023). Setiap tahun, 175.000 orang meninggal karena hipertensi di Indonesia. Dari 450.000 kasus hipertensi yang diketahui di Indonesia, 337.500 (75%) berada di usia produktif (15-50 tahun), dengan mayoritas laki-laki. Sisanya, 112.500 (25%) tidak terdiagnosis dan hanya sebagian kecil yang terdaftar dalam program penanggulangan penyakit hipertensi yang direkomendasikan oleh WHO (Risna dan Fauzia 2020).

Terdapat banyak masalah kualitas hidup, khususnya pada lansia. Sebagai contoh, penelitian yang dilakukan oleh Malamtiga et al. (2017) pada 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, yang menyebabkan mereka merasa cemas dengan kondisi mereka dan mengalami stres, yang berdampak pada kualitas hidup mereka (Waworuntu, Asrifuddin, and Kalesaran 2019). Sementara di Lingkungan I Lorong Tower Desa Modayag, terdapat 128 penderita hipertensi dan sebagian besar adalah lanjut usia.

Hipertensi dapat diobati dengan terapi farmakologi dan non farmakologi, tetapi kebanyakan orang hanya tahu terapi farmakologi. Tidak banyak orang yang menyadari bahwa penggunaan obat yang terus menerus akan menyebabkan efek samping jangka panjang. Karena itu, manajemen hipertensi dapat mencakup terapi non-farmakologi seperti teknik

relaksasi, aktivitas fisik, tidak merokok, mengurangi konsumsi garam, dan menerapkan pola hidup sehat (Felisitas A; Devanus Lahardo 2021). Menurut jurnal Efek modifikasi gaya hidup pada tekanan darah berdasarkan ras, sex, status hipertensi, dan usia yang dilakukan oleh Svetkey et al., yang dilakukan selama 18 bulan, penerapan modifikasi gaya hidup pada penderita hipertensi mampu menurunkan berat badan dan tekanan darah hingga mencapai berat badan ideal dan tekanan darah normal (Risna and Fauzia 2020).

Sebagai analisis masalah ialah satu masalah utama yang akan ditangani adalah masalah pengetahuan dan pemahaman para lansia tentang dampak penatalaksanaan serta dampak hipertensi. Lansia di Lingkungan I terletak di dalam sebuah lorong yang disebut Lorong Tower Desa Modayang ini lumayan panjang, yakni sekitar 850 meter dari jalan utama dan sekitar 2 km dari Puskesmas Modayag. Hal inilah yang menjadi salah satu alasan yakni jarak dengan Puskesmas Modayag, sehingga perlu dilakukan kegiatan ini sesuai dengan analisis situasi yang ada. Kegiatan ini akan meningkatkan pengetahuan lansia tentang potensi di masa mendatang jika hipertensi tidak di tangani. Dalam menentukan prioritas masalah ini, masalah paling penting yang ditangani adalah pengetahuan dan pemahaman tentang kesehatan (hipertensi). Masalah pengetahuan dan pemahaman tentang hipertensi ditangani dengan memberikan pendidikan atau penyuluhan tentang berbagai konsekuensi masa depan dari hipertensi yang dibiarkan secara terus menerus oleh lansia. Diketahui bahwa jumlah lansia di Lingkungan I Lorong Tower Desa Modayang sebanyak 16 lansia dan diketahui semuanya mengidap penyakit hipertensi. Oleh sebab itu diperlukan pemberian pengetahuan tentang penatalaksanaan hipertensi.

Adapun tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini yakni untuk memberdayakan lansia dalam upaya penatalaksanaan hipertensi baik secara medis maupun non-medis di rumah di Lingkungan I Lorong Tower Desa Modayang.

Metode

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan metode:

1. Pelajari masalah yang ada di Lingkungan I Lorong Tower 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 UPPM Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Gunung Maria Tomohon.
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

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Gunung Maria Tomohon. Setelah disepakati, segera disusun prosposal kegiatan yang diajukan ke pihak sumber dana, dalam hal ini adalah bagian keuangan institusi tahun 2023.

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 02 Maret 2024 di Lingkungan I Lorong Tower Desa Modayag dengan melibatkan Institut Kesehatan dan Teknologi Graha Medika dan pemerintah desa setempat yang diwakilkan oleh Kepala Lingkungan I Desa Modayag. Peserta yang mengikuti kegiatan ini berjumlah 16 lansia dan 2 orang dosen. Diketahui bahwa pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berjalan dengan lancar, berupa sosialisasi pada lansia tentang penatalaksanaan hipertensi. Kegiatan ini diawali dengan sambutan singkat dari perwakilan dosen Institut Kesehatan dan Teknologi Graha Medika dan dilanjutkan dengan kegiatan penyuluhan atau pemberian edukasi pada masyarakat (lansia) yang hadir tentang penatalaksanaan hipertensi.

Berikut hasil yang diperoleh dari kegiatan PKM yang dilakukan di Lingkungan I Lorong Tower Desa Modayag pada tanggal 02 Maret 2024.

Tabel 1. Karakteristik Responden/Peserta Kegiatan PKM

Umur Peserta	Frekuensi	Persentasi (%)
60-65 Tahun	10	62,5
66-75 Tahun	4	25
> 75 Tahun	2	12,5
Pendidikan	16	100
Tamat SD	8	50
Tamat SMP	2	12,5
Tamat SMA	2	12,5
Perguruan Tinggi	4	25
Total	16	100

Dari tabel di atas terlihat bahwa untuk karakteristik responden untuk kategori umur terlihat bahwa kategori umur 60-65 tahun merupakan responden terbanyak yaitu 10 orang (62,5%). Kategori umur 66-75 tahun terbanyak kedua dengan jumlah 4 lansia (25%). Sementara responden dengan kategori umur >75 tahun yang paling sedikit yaitu sebanyak 2 orang (12,5%) dari total responden.

Demikian juga dengan karakteristik pendidikan responden, yang terbanyak peserta yang tamat SD sebanyak 8 responden (50%), tamat SMP dan SMA, yakni terbanyak kedua masing-masing sebanyak 2 orang (12,5%). Sementara responden yang pendidikannya perguruan tinggi terbanyak ketiga dengan jumlah 4 responden (25%) dari total responden.

Tabel 2. Hasil *Pre-Post* Responden Pengetahuan Tentang Penatalaksanaan Hipertensi

Pengetahuan Tentang Penatalaksanaan Hipertensi (Pre- test)	F	%	Pengetahuan Tentang Penatalaksanaan Hipertensi (Post-test)	F	%
Kurang	10	62,5	Baik	14	87,5
Baik	6	37,5	Kurang	2	12,5
Total	16	100	Total	16	100

Berdasarkan tabel 2 di atas terlihat bahwa untuk hasil pre-post pengetahuan tentang penatalaksanaan hipertensi, terlihat bahwa sebelum dilakukan penyuluhan, terlebih dahulu dibagikan soal tentang penatalaksanaan hipertensi. Hasil pre-test menunjukkan bahwa pengetahuan tentang penatalaksanaan hipertensi lebih banyak kurang baik, sebanyak 10 lansia (62,5%) dan pengetahuan baik sebanyak 6 lansia (37,5%). Hasil post-test menunjukkan bahwa pengetahuan tentang penatalaksanaan hipertensi lebih banyak pada kategori baik, sebanyak 14 lansia (87,5%) dan pengetahuan kurang baik sebanyak 2 lansia (12,5%) dari total 16 responden.

Hasil kegiatan PKM ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan lansia tentang penatalaksanaan hipertensi di Lingkungan I Lorong Tower Desa Modayag. Hasil kegiatan ini juga menunjukkan terjadi peningkatan informasi dan pengetahuan bagi masyarakat khususnya lansia. Di samping itu juga peserta menyatakan bahwa sudah cukup memahami tentang penatalaksanaan hipertensi.

Hasil pengabdian ini sejalan dengan pengabdian (Purnawan and Suarjana 2020) yang menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan lansia tentang hipertensi sebesar 90 persen, peningkatan kemampuan untuk mengontrol tekanan darah secara mandiri sebesar 90 persen, dan peningkatan penanganan hipertensi non-medis melalui teknik relaksasi otot progresif sebesar 99 persen pada orang tua. Hasil pengabdianya pula menyatakan bahwa bahwa baik sebelum maupun sesudah kegiatan pengabdian masyarakat, ada peningkatan yang signifikan.

Senada juga dengan (Jayanti et al. 2022) dimana kegiatan tersebut menunjukkan bahwa anggota masyarakat aktif dan terlibat. Ini memungkinkan mereka untuk menyebutkan kembali cara mencegah dan mengendalikan hipertensi herbal yang dapat dikonsumsi untuk

mengurangi hipertensi, dan senam hipertensi bersama. Cara penatalaksanaan non medis atau terapi komplementer juga dibutuhkan untuk penanganan hipertensi pada lansia.

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 Maruli Taufandas, Dina Alfiana Ikhwan, Anaton Aupia (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 elastisitas pembuluh darah perifer, yang pada akhirnya akan mengakibatkan hipertensi sistolik saja.

Hasil 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 sendi yang sehat.

Selain diberikan penyuluhan, peran keluarga juga diperlukan seperti pada kegiatan pengabdian Supriadi, Susi Susanti (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 berpartisipasi dalam kegiatan dengan antusias dan mampu mengidentifikasi tanda, gejala, dan strategi pencegahan hipertensi. Kelompok peduli hipertensi terdiri dari dua puluh orang, diketuai oleh

ketua RT setempat. Hasil evaluasi digunakan untuk memastikan bahwa peserta kegiatan memahami bagaimana mencegah hipertensi dan berkomitmen untuk membangun Gerakan Masyarakat Sadar Hipertensi. Dalam upaya mendukung Gerakan Masyarakat Sadar Hipertensi (GERMASASI), kegiatan ini membantu kelompok yang peduli dengan hipertensi memperluas pengetahuan dan perspektif mereka. Oleh karena itu, kader dan petugas puskesmas harus memantau dan menilai kegiatan untuk menjamin keberlanjutannya.

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 Ake langingi, Sudirman, and Watung (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

Sebagai saran untuk untuk pemerintah, dalam hal ini Dinas Kesehatan Kabupaten Bolaang Mongondow Timur lewat Wilayah Kerja Puskesmas Modayag untuk lebih giat dan terjadwal melaksanakan penyuluhan atau kunjungan bagi lansia hipertensi karena pemegang program lansia yang lebih tahu dan memiliki data/lokasi penderita yang akurat. Pelaksanaan pemberdayaan bagi lansia hipertensi ini dijadikan sebagai salah satu kebijakan kesehatan pemerintah untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat khususnya lansia 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 Lingkungan I Lorong Tower Desa Modayag.

Daftar Referensi

- Achmad Syukkur, Elizabeth Yun Yun Vinsur, Anang Nurwiyono. 2022. "PEMBERDAYAAN KADER LANSIA DALAM UPAYA PENATALAKSANAAN HIPERTENSI." *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan* 6(2):624–29.
- Ake Langingi, Sudirman Sudirman, and Grace I. V. Watung. 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):121–26.
- Berlina Putrianti, Amri Wulandari, Murti Krismiyati. 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.”
- Felisitas A; Devanus Lahardo. 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, and karouw brigita M. 2022. “Pengaruh Edukasi Self-Care Management Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi.” *Watson Journal of Nursing* 1(1):22–29.
- Harnawati, Riska Arsita, Juhrotun Nisa, Politeknik Harapan Bersama, Kota Tegal, and Penulis Korespondensi. 2023. “Manajemen Pencegahan Hipertensi Dengan Pemanfaatan Pemeriksaan Tekanan Darah Pada Lansia.” 5(2):261–63.
- Jayanti, Tri Nur, Agus Sulaeman, Cucu Rokayah, and Jessy Nurinda. 2022. *PENCEGAHAN DAN PENGENDALIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI KAMPUNG KB DESA CIBIRU WETAN.*
- Kumalasari, Intan, Aidil Dwi Rangga, M. Iqbal Pratama, and Nibras Qaulan Tsaqila. 2022. *Pemberdayaan Masyarakat Dalam Deteksi Dini Dan Upaya Pencegahan Hipertensi Melalui Peer Group Support.* Vol. 3.
- Lisa Ardiningsy, Dyta Anggraeni. 2022. “Pemeriksaan Kesehatan Lansia Dan Edukasi Pemanfaatan Bahan Pangan Sebagai Pengobatan Alternatif Hipertensi Di Kelurahan Paudean Kec. Lembeh Selatan Kota Bitung.” *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara (Pengabmas Nusantara)* 4(2):46–53.
- Maruli Taufandas, Dina Alfiana Ikhwan, Anatun Aupia, Faisal. 2023. “PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG HIPERTENSI DAN PEMERIKSAAN TEKanan DARAH.” *JURNAL ABDIMAS KESOSI* 6(2):14–20.
- Purnawan, Nyoman, and Nyoman Suarjana. 2020. *PKM MANAJEMEN HIPERTENSI MELALUI TINDAKAN NON MEDIS PADA LANSIA DI LINGKUNGAN/BANJAR SAMBAHAN, KELURAHAN UBUD, KECAMATAN UBUD, KABUPATEN GIANJAR.*
- Riamah. 2019. “Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Hipertensi Pada Lansia Di UPT PPSW Khusnul Khotimah.” *MENARA Ilmu* 13(5):106–13.
- Risna, Risna, and Neila Fauzia. 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.
- Supriadi, Susi Susanti, Yogasliana Fathudin. 2023. “Pemberdayaan Keluarga Sebagai Pendamping Yang Sabar , Berjuang Dan Bertahan.” *JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT KESEHATAN INDONESIA* 2(1):214–19.
- Supriadi, Supriadi, Susi Susanti, and Yogasliana Fathudin. 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):251–56.

- Watung, Grace I. V, Siska Sibua, Suci Rahayu Ningsih, and Helkim Manika. 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, Pramatia Grayni, Afnal Asrifuddin, and Angela FC Kalesaran. 2019. “Hubungan Aktivitas Fisik Dan Penyakit Hipertensi Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Desa Tondegesean Kecamatan Kawangkoan Kabupaten Minahasa.” *Jurnal KESMAS* 8(7):242–50.
- Yulanda, Nita Arisanti, M. Ali Maulana, Ikbil Fradianto, and Djoko Priyono. 2021. “Pemberdayaan Masyarakat Mengenai Kepatuhan Diet Dan Pengobatan Hipertensi.” *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat* 6(4):34–47.