

## EDUKASI DAN MONITORING HIPERTENSI PADA LANSIA MELALUI HOMECARE: PENDEKATAN BERBASIS KOMUNITAS

Fitriani Agustina<sup>1</sup>, Handry Darussalam<sup>2</sup>, Artika<sup>3</sup>, Ajeng Purwanty<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Al Ma'arif Baturaja

[fitrianiagustina2802@gmail.com](mailto:fitrianiagustina2802@gmail.com)

**Abstrak:** Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama yang sering terjadi pada lansia dan dapat meningkatkan risiko komplikasi kardiovaskular seperti penyakit jantung dan stroke. Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pengelolaan hipertensi melalui pendekatan homecare berbasis komunitas. Kegiatan ini dilaksanakan di rumah lansia Wilayah kerja UPTD Puskesmas Tanjung Baru melibatkan edukasi langsung di rumah lansia, pemantauan tekanan darah secara rutin, serta penguatan dukungan keluarga dalam manajemen hipertensi. Subjek terdiri dari empat lansia hipertensi tipe 2 yang berusia 70–76 tahun. Intervensi dilakukan selama empat minggu, mencakup pemeriksaan kesehatan, edukasi tentang pola makan sehat, aktivitas fisik, dan kepatuhan pengobatan. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan subjek dari kategori cukup (60–70) menjadi baik (80–85) setelah edukasi. Selain itu, pemantauan tekanan darah mingguan menunjukkan penurunan tekanan darah yang konsisten pada semua subjek. Program ini berhasil mendorong perubahan perilaku lansia menuju gaya hidup sehat, termasuk kepatuhan terhadap pengobatan rutin dan anjuran pola hidup sehat. Hasil ini menegaskan pentingnya edukasi kesehatan dan monitoring tekanan darah berbasis komunitas untuk meningkatkan kualitas hidup lansia. Pendekatan homecare ini dapat diadaptasi untuk program manajemen penyakit kronis lainnya pada populasi lansia.

**Kata kunci:** edukasi kesehatan, hipertensi, lansia, pendekatan komunitas

**Abstract:** Hypertension is one of the main health problems that often occurs in the elderly and can increase the risk of cardiovascular complications such as heart disease and stroke. This community service programme aims to improve knowledge and management of hypertension through a community-based homecare approach. This activity was carried out in the homes of the elderly in the work area of UPTD Puskesmas Tanjung Baru OKU. involves direct education in the homes of the elderly, routine blood pressure monitoring, and strengthening family support in hypertension management. Subjects consisted of four elderly with type 2 hypertension aged 70-76 years. The intervention was conducted for four weeks, including health checks, education on healthy diet, physical activity, and medication adherence. Results showed a significant increase in the subjects' knowledge level from fair (60-70) to good (80-85) after the education. In addition, weekly blood pressure monitoring showed a consistent reduction in blood pressure in all subjects. The programme was successful in encouraging behavioural change towards a healthy lifestyle, including adherence to routine medication and healthy lifestyle recommendations. These results confirm the importance of health education and community-based blood pressure monitoring to improve the quality of life of the elderly. This homecare approach can be adapted for other chronic disease management programmes in the elderly population.

**Keywords:** community-based approach, elderly, homecare, hypertension

### A. PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi medis yang sangat berbahaya yang meningkatkan risiko serangan jantung, stroke, gagal jantung, penyakit kardiovaskular (PKV) lainnya, dan kerusakan ginjal (WHO, 2024). Menurut klasifikasi, hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah sistolik, SPB,  $\geq 140$  mmHg atau tekanan diastolik, DPB,  $\geq 90$  mmHg. Ada

banyak faktor yang berkontribusi terhadap peningkatan tekanan darah seiring bertambahnya usia; masih, faktor risiko utama termasuk gaya hidup yaitu pola makan yang buruk, tinggi natrium dan rendah kalium, kelebihan berat, konsumsi alkohol dan rokok, dan kurangnya aktivitas fisik (Ummah, 2019; WHO, 2023)

Pada usia lanjut, hipertensi adalah penyakit kronis paling umum, dan faktor risiko utama untuk berbagai komplikasi merupakan penyakit kardiovaskular dan stroke. Prevalensi hipertensi jauh meningkat dengan usia, yaitu karena perubahan fisiologis dalam tubuh dan asupan gaya hidup yang sehat. Prevalensi tinggi hipertensi pada orang lanjut usia didokumentasikan pada tingkat 63.3% pada 60 tahun atau lebih, dengan tingkat kepatuhan pasien yang rendah dalam menggunakan pengobatan resmi. Menurut data Kementerian Kesehatan Indonesia (Nurjanah *et al.*, 2023; Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), 2018). Prevalensi hipertensi pada lansia di Indonesia pada tahun 2023 menunjukkan angka yang signifikan. Berdasarkan data yang tersedia, prevalensi hipertensi di kalangan lansia di Indonesia adalah sekitar 34.1% (Nurjanah *et al.*, 2023; Rumaf *et al.*, 2023; Saraswati *et al.*, 2015). Prevalensi hipertensi lebih tinggi pada wanita dibandingkan pria, dengan angka mencapai 52.3% pada wanita dan 43.1% pada pria (Hussain *et al.*, 2016). Faktor Sosioekonomi: Terdapat ketidaksetaraan geografis dan sosioekonomi dalam prevalensi hipertensi, dengan daerah yang lebih maju menunjukkan prevalensi yang lebih tinggi (Oktamianti *et al.*, 2022).

Hipertensi adalah faktor risiko utama untuk penyakit kardiovaskular dan dapat menyebabkan berbagai komplikasi kesehatan serius. Hipertensi meningkatkan risiko penyakit jantung iskemik, stroke, dan gagal jantung. Pengendalian tekanan darah yang intensif dapat mengurangi kejadian kardiovaskular utama, sindrom koroner akut, gagal jantung, dan stroke (Ahmad & Nguyen, 2023). Hipertensi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan krisis hipertensi, yang dapat mengakibatkan ensefalopati hipertensif, perdarahan intrakranial, dan infark miokard akut (Fuchs *et al.*, 2023).

Penyakit Kardiovaskular (CVD) Penyakit kardiovaskular mencakup gangguan jantung dan pembuluh darah yang menjadi penyebab utama kematian dini di wilayah Asia Tenggara. Faktor resiko penyakit kardiovaskular yaitu Tekanan darah tinggi sebagai faktor utama, Diabetes Mellitus Kontrol gula darah yang buruk meningkatkan risiko CVD, Penggunaan tembakau dan paparan asap rokok, Asupan Garam Berlebih: Berkontribusi pada hipertensi, Lemak Trans: Konsumsi lemak trans industri. Kurang Aktivitas Fisik., Konsumsi Alkohol Berlebih (Ummah, 2019; WHO, 2024). Pentingnya edukasi dan kepatuhan lansia dalam pengelolaan kesehatan, terutama terkait kolesterol, sebagai upaya pencegahan risiko penyakit kardiovaskular (Trisartiaka & Agustina, 2022). Hipertensi merupakan penyebab utama penurunan fungsi ginjal dan memperburuk hasil kardiovaskular dan ginjal. Hubungan dua arah antara hipertensi dan CKD meningkatkan risiko komplikasi lebih lanjut (Burnier & Damianaki, 2023)

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang signifikan di kalangan lansia, sering kali tidak bergejala dan kurang terdiagnosis (Syukkur *et al.*, 2022). Pemantauan tekanan darah secara teratur sangat penting untuk deteksi dini dan manajemen (Ischak *et al.*, 2022). Namun, banyak lansia dan keluarganya kurang memiliki kesadaran tentang pentingnya pemantauan rutin (Sawitri *et al.*, 2022). Dukungan keluarga memainkan peran penting dalam mengendalikan hipertensi pada lansia, dengan pengetahuan yang berkorelasi positif dengan tingkat dukungan keluarga (Mediana *et al.*, 2023; Sawitri *et al.*, 2022). Memberdayakan kader kesehatan lansia

melalui pendidikan dan pelatihan dapat secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mereka dalam manajemen hipertensi (Syukkur *et al.*, 2022). Selain itu, mendidik dan mendukung keluarga untuk merawat pasien hipertensi lansia dengan sabar dapat mengarah pada kontrol tekanan darah yang lebih baik dan pencegahan komplikasi (Supriadi *et al.*, 2023). Menerapkan program pendidikan kesehatan dan pemeriksaan kesehatan rutin untuk lansia dapat secara efektif meningkatkan pengetahuan dan mendorong deteksi dini hipertensi (Ischak *et al.*, 2022). Kontrol tekanan darah adalah kunci untuk mencegah komplikasi seumur hidup dan keadaan PKV akut. Itu adalah penyebab utama dari kematian tapi ringan berdasarkan penyakit jantung (WHO, 2024).

Lansia sering kali menghadapi tantangan dalam mengakses layanan kesehatan, termasuk pemeriksaan tekanan darah, karena keterbatasan fisik dan faktor ekonomi (Benly *et al.*, 2022; Pramaswari & Fatah, 2023). Pemeriksaan kesehatan gratis untuk lansia telah dilakukan untuk mengatasi masalah ini, yang menunjukkan tingginya tingkat hipertensi dan masalah kesehatan lainnya (Benly *et al.*, 2022; Lina *et al.*, 2022). Inisiatif-inisiatif ini bertujuan untuk memantau kesehatan lansia, mendeteksi penyakit tidak menular sejak dini, dan memberikan edukasi tentang pencegahan penyakit (Pramaswari & Fatah, 2023). Namun, beberapa lansia masih kesulitan untuk berpartisipasi dalam pemeriksaan kesehatan karena masalah mobilitas (Lina *et al.*, 2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan pengobatan hipertensi di kalangan lansia termasuk pengetahuan dan dukungan keluarga, sedangkan akses ke layanan kesehatan tidak ditemukan berhubungan secara signifikan (Hapsari & Kartiana, 2023).

Kurangnya pengetahuan tentang pentingnya pemantauan tekanan darah secara rutin di kalangan lansia dan keluarga mereka dapat berdampak negatif pada pengelolaan hipertensi (Reddy *et al.*, 2014). Pemantauan tekanan darah di rumah terbukti efektif dalam mengontrol tekanan darah pada lansia, namun kesadaran dan pengetahuan tentang praktik ini masih kurang (Hapsari & Kartiana, 2023; Reddy *et al.*, 2014). Pemantauan tekanan darah di rumah secara teratur dapat mengurangi tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia, serta meningkatkan kontrol hipertensi. Pemantauan tekanan darah di rumah juga lebih baik dalam memprediksi kejadian kardiovaskular dibandingkan pengukuran klinis (Hapsari & Kartiana, 2023; Reddy *et al.*, 2014; Tzourio *et al.*, 2017).

Edukasi kesehatan dan monitoring tekanan darah secara rutin menjadi langkah penting dalam pencegahan komplikasi hipertensi. Homecare berbasis komunitas menawarkan pendekatan yang lebih personal dan berkelanjutan untuk memantau kondisi kesehatan lansia. Pendekatan ini melibatkan peran kader kesehatan, tenaga kesehatan profesional, serta keluarga sebagai bagian dari sistem pendukung dalam meningkatkan kepatuhan terhadap manajemen hipertensi, termasuk pengendalian pola makan dan aktivitas fisik (Calano *et al.*, 2019; Lin, 2024; Lu *et al.*, 2015).

Pendekatan berbasis komunitas untuk edukasi dan monitoring hipertensi pada lansia bertujuan untuk meningkatkan manajemen diri dan kontrol tekanan darah melalui intervensi yang melibatkan edukasi kesehatan, dukungan sosial, dan pemantauan kesehatan secara berkelanjutan.

## B. METODE

Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui pendekatan homecare berbasis komunitas, yang melibatkan tim pelaksana pengabdian Masyarakat (2 dosen dan 2 mahasiswa) STIKes Al M'arif dan keluarga lansia. Kegiatan diawali dengan identifikasi lansia hipertensi di komunitas serta koordinasi dengan pihak puskesmas Tanjung Baru OKU. Populasi subjek kegiatan ini lansia di wilayah kerja Puskesmas Tanjung Baru OKU. Sasaran responden dengan kriteria lansia berusia  $\geq 60$  tahun, Didagnosis hipertensi (tekanan darah  $\geq 140/90$  mmHg), Bersedia berpartisipasi dalam program. Jumlah subjek 4 orang (2 laki-laki dan 2 perempuan) Selanjutnya, dilakukan edukasi langsung di rumah lansia yang mencakup pemeriksaan Kesehatan fisik lansia, pemahaman tentang hipertensi, pola makan sehat, aktivitas fisik, dan kepatuhan pengobatan dengan menggunakan media leaflet. Dilakukan pre dan post test tingkat pengetahuan subjek dengan kuesioner pre dan post test untuk mengetahui peningkatan pengetahuan subjek. Dengan kategori penilaian Baik (75-100). Cukup (60-74), Kurang (60). Monitoring tekanan darah dilakukan secara rutin setiap minggu selama 4 minggu menggunakan alat ukur tekanan darah.

### *Penyajian Data*

Data Karakteristik subjek Lansia Pengabdian Masyarakat lansia di Puskesmas Tanjung Baru OKU, terdiri dari 4 subjek (2 laki-laki dan 2 perempuan), umur 70-76 tahun. Pekerjaan subjek laki-laki petani dan subjek perempuan ibu rumah tangga. Tabel 1.

Tabel 1  
 Karakteristik Subjek Lansia

| Subjek | Karakteristik Subjek Lansia |               |                  |
|--------|-----------------------------|---------------|------------------|
|        | Umur<br>(Tahun)             | Jenis Kelamin | Pekerjaan        |
| Tn.H   | 71                          | L             | Petani           |
| Tn.A   | 75                          | L             | Petani           |
| Ny.S   | 76                          | P             | Ibu Rumah Tangga |
| Ny.H   | 70                          | P             | Ibu Rumah Tangga |

Data Tanda - tanda Vital (TTV) Pengkajian subjek Pengabdian Masyarakat lansia di Puskesmas Tanjung Baru OKU. Tekanan darah (TD) antara 170/96-200/110 mmHg, Nadi 80-87 x/mnt, Respirasi Rate (RR) 20-22 x/mnt, Suhu  $36^{\circ}$  C. Ke 4 Subjek mengamai Hiperetensi tipe 2. Tabel 2

Tabel 2  
TTV Pengkajian Subjek Lansia

| Subjek | Ttv Pengkajian Subjek Lansia |                 |               |              |
|--------|------------------------------|-----------------|---------------|--------------|
|        | TD<br>(mmHg)                 | Nadi<br>(X/mnt) | RR<br>(X/mnt) | Suhu<br>(°C) |
| Tn.H   | 200/110                      | 87              | 22            | 36           |
| Tn.A   | 175/98                       | 82              | 20            | 36           |
| Ny.S   | 180/100                      | 86              | 21            | 36           |
| Ny.H   | 170/96                       | 80              | 20            | 36           |

Data Keluhan subjek lansia Pengabdian Masyarakat lansia di Puskesmas Tanjung Baru OKU. Ke 4 Subjek mengalami keluhan. Sakit kepala, Pusing, 2 orang mengalami, penglihatan kabur 2 orang tidak. 3 orang mengalami kelelahan dan lemah 1 orang tidak. Tabel 3

Tabel 3  
Keluhan subjek lansia

| Subjek | Keluhan Subjek Lansia |                 |                   |            |                     |
|--------|-----------------------|-----------------|-------------------|------------|---------------------|
|        | Sakit kepala          | Pusing/ Vertigo | Penglihatan kabur | Nyeri dada | Kelelahan dan lemah |
| Tn.H   | √                     | √               | √                 | √          | √                   |
| Tn.A   | √                     | √               | √                 | -          | √                   |
| Ny.S   | √                     | √               | √                 | √          | √                   |
| Ny.H   | √                     | √               | -                 | -          | -                   |

**Riwayat Pengobatan :** 1 orang (Ny.H) Berobat rutin ke psukesmas dan minum obat rutin, 2 orang (Tn H, Tn A & Ny.S) Tidak berobat rutin jika ada keluhan saja baru minum obat dan berobat ke puskesmas, tidak minum obat rutin. Data tingkat pengetahuan subjek Pengabdian Masyarakat lansia di Puskesmas Tanjung Baru OKU mengalami peningkatan pengetahuan. Tingkat pengetahuan subjek pre penyuluhan dalam tingkat pengetahuan cukup (60-70) post penyuluhan tingkat pengetahuan baik (80-85). Tabel 4.

Tabel 4  
Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi

| Subjek | Tingkat Pengetahuan |      |
|--------|---------------------|------|
|        | Pre                 | Post |
| Tn.H   | 60                  | 80   |
| Tn.A   | 65                  | 82   |
| Ny.S   | 68                  | 80   |
| Ny.H   | 70                  | 85   |

Data monitoring tekanan darah subjek Pengabdian Masyarakat lansia di Puskesmas Tanjung Baru OKU. Subjek mengalami penurunan tekanan darah setelah dilakukan edukasi dan monitoring tekanan darah, ke empat subjek sudah berobat ke puskesmas untuk mendapatkan obat rutin dan sudah minum obat rutin dan menjalankan anjuran tentang hipertensi, pola makan sehat, aktivitas fisik, dan kepatuhan pengobatan Tabel 5

Tabel 5  
Monitoring Tekanan Darah

| Subjek | Tekanan Darah (MmHg) |        |        |        |
|--------|----------------------|--------|--------|--------|
|        | Mgg 1                | Mgg 1  | Mgg 3  | Mgg4   |
| Tn.H   | 200/110              | 180/90 | 170/80 | 160/80 |
| Tn.A   | 175/98               | 165/90 | 150/80 | 140/80 |
| Ny.S   | 180/100              | 175/90 | 160/80 | 150/80 |
| Ny.H   | 170/96               | 160/90 | 140/80 | 140/80 |

### C. HASIL PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat edukasi dan monitoring hiperetnsi dengan *homecare* berbasis komunitas Telah dilaksanakan di rumah 4 orang lansia dengan diagnosa Hiperetensi tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Tanjung Agung OKU didapatkan hasil: Karakteristik Subjek: Pengabdian masyarakat di Puskesmas Tanjung Baru OKU melibatkan 4 lansia (2 laki-laki dan 2 perempuan) berusia 70–76 tahun. Subjek laki-laki bekerja sebagai petani, sementara subjek perempuan adalah ibu rumah tangga. Tanda-Tanda Vital (TTV): Tekanan Darah (TD): 170/96–200/110 mmHg, Nadi: 80–87 x/menit, Respirasi: 20–22 x/menit, Suhu tubuh: 36°C, Keempat subjek mengalami hipertensi tipe 2. Keluhan Kesehatan: Semua subjek mengalami sakit kepala dan pusing. Dua subjek mengalami penglihatan kabur, dua lainnya tidak. Tiga subjek mengalami kelelahan dan lemah, satu tidak. Riwayat Pengobatan: Satu subjek (Ny. H) rutin berobat dan minum obat secara teratur. Tiga subjek (Tn. H, Tn. A, dan Ny. S) hanya berobat dan minum obat jika ada keluhan. Tingkat Pengetahuan: Sebelum penyuluhan, tingkat pengetahuan subjek berada pada kategori cukup (60–70). Setelah penyuluhan, tingkat pengetahuan meningkat menjadi baik (80–85). Monitoring Tekanan Darah: Setelah edukasi dan monitoring, tekanan darah keempat subjek mengalami penurunan. Semua subjek mulai rutin berobat ke puskesmas, minum obat, dan menjalankan anjuran pola hidup sehat terkait hipertensi, termasuk pola makan sehat, aktivitas fisik, dan kepatuhan pengobatan.



Gambar 1. Monitoring Tekanan darah

Monitoring tekanan darah subjek lansia dilakukan sebanyak 4 kali selama 4 minggu di rumah subjek.



Gambar 2. Edukasi Hipertensi

Pemberian edukasi langsung di rumah lansia yang mencakup pemeriksaan Kesehatan fisik lansia, pemahaman tentang hipertensi, pola makan sehat, aktivitas fisik, dan kepatuhan pengobatan dengan menggunakan media leaflet.

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang umum terjadi pada lansia dan dapat meningkatkan risiko penyakit jantung, stroke, dan komplikasi kesehatan lainnya.(WHO, 2023). Pendekatan berbasis komunitas dalam edukasi dan monitoring hipertensi dapat memberikan solusi efektif untuk meningkatkan manajemen hipertensi pada populasi lansia (Musyrah *et al.*, 2024). Edukasi kesehatan yang terintegrasi dengan manajemen penyakit kronis dapat meningkatkan pemahaman lansia tentang hipertensi, termasuk kesadaran akan rentang tekanan darah normal, pencegahan komplikasi, dan identifikasi faktor risiko tinggi. Hal ini juga meningkatkan perilaku manajemen diri seperti berhenti merokok, kontrol diet, dan kepatuhan terhadap pengobatan (Herlinah *et al.*, 2024; Musyrah *et al.*, 2024).

Intervensi berbasis komunitas, seperti Community-Based Nursing Intervention (CBNI), terbukti meningkatkan pengetahuan, efikasi diri, dan kontrol tekanan darah pada lansia dengan hipertensi (Herlinah *et al.*, 2024). Studi terbaru menyoroti pentingnya pendekatan berbasis komunitas dalam mengelola hipertensi pada lansia. Edukasi dan kunjungan rumah telah terbukti dapat mengoptimalkan hasil kesehatan pasien hipertensi (Yuliani & Susilawati, 2022).

Edukasi kesehatan pada lansia dengan hipertensi telah terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan menurunkan tekanan darah. Penelitian menunjukkan bahwa pemberian edukasi selama 4 minggu dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik secara signifikan (Damayanti *et al.*, 2022). Metode edukasi yang digunakan meliputi ceramah, tanya jawab, dan pengisian lembar pre-test post-test, yang menghasilkan peningkatan pengetahuan dari 80,67% menjadi 99% (Isro'atun *et al.*, 2023). Edukasi perawatan hipertensi pada lansia di Lubuk Buaya, Padang, berhasil meningkatkan pengetahuan pasien dari 76% menjadi 85% (Dafriani *et al.*, 2023). Hipertensi merupakan kondisi kronis yang lazim terjadi pada lansia di Indonesia, sehingga membutuhkan strategi pengelolaan yang efektif. Penelitian telah menunjukkan bahwa pengetahuan, sikap, dan dukungan keluarga secara signifikan berhubungan dengan upaya pengendalian hipertensi pada lansia (Maulidah *et al.*, 2022). Hasil-hasil ini menunjukkan pentingnya edukasi kesehatan berkelanjutan untuk meningkatkan derajat kesehatan lansia dengan hipertensi.

Homecare untuk lansia dengan hipertensi adalah pendekatan penting dalam manajemen kesehatan yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup dan mengurangi risiko

komplikasi. Namun, masih ada tantangan dalam mengoptimalkan dukungan keluarga untuk perawatan di rumah karena kurangnya kesadaran dan keterbatasan waktu.

#### **D. SIMPULAN**

Pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan pengetahuan lansia tentang hipertensi serta mendorong perubahan perilaku menuju gaya hidup sehat. Edukasi dan monitoring tekanan darah memberikan dampak positif berupa penurunan tekanan darah dan peningkatan kepatuhan terhadap pengobatan rutin. Program ini menunjukkan pentingnya penyuluhan kesehatan dalam manajemen hipertensi pada lansia untuk meningkatkan kualitas hidup mereka.

Saran untuk Lansia: Tetap rutin memeriksakan tekanan darah, patuhi pengobatan, konsumsi makanan sehat, dan lakukan aktivitas fisik sesuai kemampuan. Untuk Puskesmas: Tingkatkan frekuensi penyuluhan, monitoring kesehatan lansia, dan libatkan keluarga dalam mendukung perawatan. Untuk Masyarakat: Terapkan pola hidup sehat untuk mencegah dan mengelola hipertensi.

#### **E. UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah mendukung kegiatan pengabdian masyarakat ini, khususnya kepada LPPM Stikes Al Ma'arif Baturaja, Puskesmas Tanjung Baru OKU. Para subjek lansia, Tim Pelaksana. Semoga program ini dapat terus memberikan manfaat berkelanjutan bagi kesehatan masyarakat, terutama lansia, dalam meningkatkan kesadaran dan pengelolaan hipertensi.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Ahmad, F., & Nguyen, T. (2023). Intensive blood pressure lowering in older people with hypertension: a systematic review and meta-analysis. *European Heart Journal*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:265397200>
- Benly, N. E., Mansyarif, R., Asma, W. O. S., Sartina, S., Husuni, W. O. S. F., Hastuti, A. S., Bahar, N., anggraini, A., & Sutriawati, S. (2022). Pelayanan Pemeriksaan Kesehatan Gratis Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Batalaiworu. *J-ABDI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:260986495>
- Burnier, M., & Damianaki, A. (2023). Hypertension as Cardiovascular Risk Factor in Chronic Kidney Disease. *Circulation Research*, 132, 1050–1063. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:258052800>
- Calano, B. J. D., Cacal, M. J. B., Cal, C. B., Calletor, K. P., Guce, F. I. C. C., Bongar, M. V. V., & Macindo, J. R. B. (2019). Effectiveness of a community-based health programme on the blood pressure control, adherence and knowledge of adults with hypertension: A PRECEDE-PROCEED model approach. *Journal of Clinical Nursing*, 28 9-10, 1879–1888. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:58644106>
- Dafriani, P., Sartiwi, W., & Dewi, R. I. S. (2023). EDUKASI HIPERTENSI PADA LANSIA DI LUBUK BUAYA KOTA PADANG. *Abdimas Galuh*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:257899570>
- Damayanti, R., Sabar, S., Lestari, A. F., Nurarifah, N., & Sukmawati, S. (2022). Pengaruh Pemberian Edukasi Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Lentora Nursing Journal*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:266831716>
- Fuchs, F. D., Gus, M., Gonçalves, S. C., & Fuchs, S. C. (2023). Is it Time to Retire the Diagnosis “Hypertensive Emergency”? *Journal of the American Heart Association: Cardiovascular and*

- Cerebrovascular Disease*, 12. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:256229396>
- Hapsari, D. I., & Kartiana, U. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Pengobatan Penderita Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Sepauk Tahun 2021. *Jumantik*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:256654897>
- Herlinah, L., Khasanah, U., Syamsir, S. B., & Badriah, S. (2024). The role of community-based nursing interventions on knowledge, self-efficacy, and blood pressure control among elderly people with hypertension. *Malahayati International Journal of Nursing and Health Science*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:267445642>
- Hussain, M. A., Mamun, A. Al, Reid, C. M., & Huxley, R. R. (2016). Prevalence, Awareness, Treatment and Control of Hypertension in Indonesian Adults Aged  $\geq 40$  Years: Findings from the Indonesia Family Life Survey (IFLS). *PLoS ONE*, 11. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:14299662>
- Ischak, W. I., Mobiliu, S., Domili, I., & Luawo, H. P. (2022). Edukasi Kesehatan Sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Hipertensi. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:253491924>
- Isro'atun, I., Rozi, F., Zhafira, A. S., Yuliandriani, D., & Murtadho, F. N. (2023). Edukasi Terkait Hipertensi dan Pelayanan Kesehatan Bagi Lansia. *Jurnal Bina Desa*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:263688886>
- Lin, Y. (2024). Exploring the Effects of Health Education and Chronic Disease Management Nursing in the Management of Hypertension in Elderly Patients in the Community. *Journal of Clinical and Nursing Research*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:273601700>
- Lina, L. F., Fredrika, L., & Angraini, W. (2022). Pemeriksaan Kesehatan Lansia pada Era Pandemi Covid-19 di Panti Sosial Tresna Werdha Provinsi Bengkulu. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:252058314>
- Lu, C.-H., Tang, S., Lei, Y., Zhang, M., Lin, W.-Q., Ding, S., & Wang, P.-X. (2015). Community-based interventions in hypertensive patients: a comparison of three health education strategies. *BMC Public Health*, 15. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:6871612>
- Maulidah, K., Neni, N., & Maywati, S. (2022). Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Dengan Upaya Pengendalian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Cikampek Kabupaten Karawang. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:265481892>
- Mediana, D., Wartono, M., Tjhin, P., Merijanti, L. T., Kartini, Kalumpiu, J. V., Hastuty, D., & Kurniasari. (2023). Penyuluhan Hipertensi serta Pelayanan Kesehatan pada Lansia di Cengkareng Barat. *Jurnal Abdimas Kesehatan Terpadu*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:259784419>
- Musyrah, A. S., Tira, D. S., Nordianiwati, N., Wijayanti, L. A., Sanaky, M. J., & Jamil, M. D. (2024). Health education about hypertension to increase knowledge for senior citizens. *Abdimas Polsaka*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:267303428>
- Nurjanah, N., Hidayani, W. R., & Sriagustini, I. (2023). Determinants of the Incidence of Hypertension in Indonesia. *Journal of Public Health Sciences*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:258225480>
- Oktamianti, P., Kusuma, D., Amir, V., Tjandrarini, D. H., & Paramita, A. (2022). District-Level Inequalities in Hypertension among Adults in Indonesia: A Cross-Sectional Analysis by Sex and Age Group. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:252982581>
- Pramaswari, A. M., & Fatah, M. Z. (2023). Program Kegiatan Pemeriksaan Kesehatan Gratis Pada Masyarakat Lansia Sebagai Upaya Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:268777833>
- Reddy, A. K., Jogendra, M. R. D., & Rosendorff, C. (2014). Blood pressure measurement in the

- geriatric population. *Blood Pressure Monitoring*, 19, 59–63.  
<https://api.semanticscholar.org/CorpusID:312644>
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes* (p. hal 156).  
[https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf](https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan_Riskesdas_2018_Nasional.pdf)
- Rumaf, F., Tutu, C. G., Talamati, B. H., Putabuga, R., & Nugroho, C. W. (2023). Pemetaan Penderita Hipertensi Pada Lansia (Studi Pada Wilayah Kerja Puskesmas Sangkub Kabupaten Bolaang Mongondow Utara). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Hukum Universitas Malikussaleh*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:261149133>
- Saraswati, R., Ropi, H., & Sari, C. W. (2015). Pengaruh program edukasi berbasis komunitas terhadap self-management lansia hipertensi di puskesmas gombang 2 kebumen. *Padjajaran Nursing Journal*
- Sawitri, E., Zukhri, S., & Oktavia, E. (2022). Hubungan Pengetahuan Ddngan Tingkat Dukungan Keluarga dalam Upaya Mengontrol Hipertensi pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Galuh*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:251857743>
- 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*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:265164376>
- Syukkur, A., Vinsur, E. Y. Y., & Nurwiyono, A. (2022). PEMBERDAYAAN KADER LANSIA Dalam Upaya Penatalaksanaan Hipertensi. *Selaparang: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:256677943>
- Trisartiaka, R. C., & Agustina, F. (2022). Hubungan Pengetahuan Dan Kepatuhan Lansia Dalam Upaya Pengontrolan Kadar Kolesterol. *Babul Ilmi Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 14(1). <https://doi.org/10.36729/bi.v14i1.816>
- Tzourio, C., Hanon, O., Godin, O., Soumaré, A., & Dufouil, C. (2017). Impact of home blood pressure monitoring on blood pressure control in older individuals: a French randomized study. *Journal of Hypertension*, 35, 612–620.  
<https://api.semanticscholar.org/CorpusID:2949359>
- Ummah, M. S. (2019). Guideline for the pharmacological treatment of hypertension in adults. In *Sustainability (Switzerland)* (Vol. 11, Issue 1).  
[http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484\\_SISTEM\\_PEMBETUNGAN\\_TERPUSAT\\_STRATEGI\\_MELESTARI](http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI)
- WHO. (2023). Global report on hypertension. In *Universitas Nusantara PGRI Kediri* (Vol. 01).
- WHO. (2024). *Hari Hipertensi Sedunia 2024: Ukur Tekanan Darah Anda Secara Akurat, Kendalikan, Hidup Lebih Lama*. World Health Organization.  
<https://www.who.int/srilanka/news/detail/17-05-2024-world-hypertension-day-2024--measure-your-blood-pressure-accurately--control-it--live-longer>
- Yuliani, M., & Susilawati, S. (2022). Optimalisasi Kesehatan Melalui Edukasi Dan Pelayanan Kesehatan Dengan Hipertensi Dan Anemia Dengan Pendekatan Keluarga Binaan. *E-Amal: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*.  
<https://api.semanticscholar.org/CorpusID:255709981>