



## KARAKTERISTIK PERILAKU MANAJEMEN PERAWATAN DIRI HIPERTENSI PADA LANSIA DI DAERAH RURAL

### *Characteristics of Hypertension Self-Care Management Behavior in Elderly in Rural Area*

**Irwina Angelia Silvanasari\*<sup>1</sup>, Nurul Maurida<sup>2</sup>, Trisna Vitaliati<sup>3</sup>, Achmad  
Ali Basri<sup>3</sup>**

<sup>1,2,4</sup> Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr.  
Soebandi; Jl. dr. Soebandi No.99 Patrang, Jember, Jawa Timur, 0331-483536

<sup>3</sup> Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi  
e-mail: [irwina.angelia@gmail.com](mailto:irwina.angelia@gmail.com)

#### **ABSTRAK**

Pengendalian yang tepat terutama dalam manajemen perawatan diri hipertensi pada lansia dapat mencegah terjadinya komplikasi yang tidak diinginkan. Tujuan penelitian yakni mengidentifikasi karakteristik perilaku manajemen perawatan diri hipertensi. Jenis penelitian adalah deskriptif dengan besar sampel yakni 150 dari 240 lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jenggawah, Jember, Jawa Timur. Penelitian ini dilakukan pada Bulan Juni 2023. *Quota sampling* digunakan dalam penentuan sampel pada penelitian ini. Usia lansia  $\geq 60$  tahun, terdaftar dan rutin dalam posyandu lansia, penderita hipertensi, serta berkenan mengikuti kegiatan penelitian merupakan kriteria inklusi penelitian ini. Variabel yang diteliti yakni perilaku manajemen perawatan diri hipertensi. Instrumen penelitian menggunakan *Hypertension Self-Management Behavior Questionnaire* (HSBMQ). Analisa univariat dilakukan menggunakan distribusi frekuensi. Hasil penelitian didapatkan bahwa lansia dengan hipertensi cukup baik dalam hal integrasi diri (48%), regulasi diri (56%), interaksi dengan tenaga kesehatan (73,3%), monitoring tekanan darah (68%), dan kepatuhan dalam pengobatannya (45,3%). Lansia dengan hipertensi sebaiknya mampu meningkatkan implementasi dalam gaya hidup sehat, mengenali dengan baik tanda gejala hipertensi beserta tindakan yang tepat untuk mengatasinya, berdiskusi dengan tenaga kesehatan terkait rencana tindakan mengatasi hipertensi yang diderita, memonitoring tekanan darah secara rutin, serta mematuhi pengobatan yang dianjurkan.

Kata kunci : hipertensi, lansia, manajemen perawatan diri

#### **ABSTRACT**

*Appropriate control especially in self-care management of hypertension can prevent unwanted complications. The research's aim is to identify the characteristics of hypertension self-care management behavior. The type of research was descriptive with a sample size of 150 out of 240 elderly with hypertension in the Jenggawah Community Health Center, Jember, East Java. This research was conducted in June 2023. Quota sampling was used in determining the sample in this research. Elderly age  $\geq 60$  years, registered and regularly in the elderly posyandu, hypertension sufferers, and willing to take part in research activities are the inclusion criteria. The variable studied was*

#### **Article History:**

Received: October 09, 2023; Revised: October 12, 2023; Accepted: October 23, 2023



*hypertension self-care management behavior. The research instrument used the Hypertension Self-Management Behavior Questionnaire (HSBMQ). Univariate analysis was carried out using the frequency distribution. The research results showed that elderly with hypertension were quite good in terms of self-integration (48%), self-regulation (56%), interaction with health workers (73.3%), blood pressure monitoring (68%), and compliance with treatment (45.3%). Elderly with hypertension should be able to increase their implementation of a healthy lifestyle, properly recognize the signs and symptoms of hypertension and appropriate actions to overcome them, discuss with health workers regarding action plans, monitor blood pressure regularly, and comply with recommended treatment.*

*Keywords: hypertension, elderly, self-care management*

## **PENDAHULUAN**

Adanya pertambahan usia memiliki korelasi dengan peningkatan kejadian hipertensi (Pangribowo, 2022). Pertambahan usia tersebut ternyata juga diiringi dengan kemunduran berbagai fungsi organ tubuh sehingga menjadikan agregat lansia termasuk dalam kelompok rentan terkena hipertensi (Kiki et al., 2020). Hipertensi dapat menurunkan produktifitas dan kualitas hidup penderitanya (Tursina & Silvanasari, 2022). Hipertensi ternyata dapat memunculkan beragam komplikasi seperti penyakit jantung dan stroke. Pengendalian yang tepat terutama dalam manajemen perawatan diri hipertensi pada lansia dilansir dapat mencegah terjadinya komplikasi yang tentunya tidak diharapkan terjadi (Kristianti et al., 2021).

Prevalensi hipertensi di Indonesia pada kelompok usia > 65 tahun berada diatas 60% (Pangribowo, 2022). Provinsi Jawa Timur termasuk dalam 6 besar prevalensi hipertensi di Indonesia (Kemenkes RI, 2018). Puskesmas Jenggawah di Provinsi Jawa Timur termasuk dalam area pedesaan atau rural yang memiliki persentase penderita hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan hanya 29,4% pada tahun 2020 (Dinas Kesehatan Kabupaten Jember, 2021). Puskesmas kawasan pedesaan memiliki ciri-ciri antara lain aktivitas penduduknya > 50% berada pada sektor agraris, memiliki jarak dengan kawasan perkotaan > 2 km, jarak dengan rumah sakit terdekat > 5 km, rumah tangga dengan listrik < 90%. Pelayanan pada puskesmas kawasan pedesaan dilakukan dengan pendekatan yang menyesuaikan dengan pola kehidupan masyarakat pedesaan (Putri et al., 2017).

Puskesmas Jenggawah terletak di Kecamatan Jenggawah yang memiliki jarak 16 km dari pusat kota Kabupaten Jember serta memiliki jarak 19 km dari RSUD dr. Soebandi yang merupakan pusat rujukan fasilitas pelayanan kesehatan di Kabupaten Jember. Waktu tempuh dari Puskesmas Jenggawah ke pusat kota ataupun RS terdekat > 30 menit. Studi sebelumnya pada lansia dengan hipertensi di wilayah tersebut mendapatkan data bahwa rata-rata tekanan darah > 150/90 mmHg (Silvanasari et al., 2022a). Hal tersebut tentunya mengindikasikan pengendalian hipertensi pada kelompok usia tersebut perlu untuk disikapi bersama.

Manajemen perawatan diri hipertensi pada lansia terdiri dari integrasi diri, regulasi diri, interaksi dengan tenaga kesehatan, monitoring tekanan darah, dan kepatuhan pengobatan. Integrasi diri ini berkaitan dengan kemampuan lansia dalam berperilaku hidup sehat dalam kehidupannya sehari-hari. Regulasi diri

### **Article History:**

Received: October 09, 2023; Revised: October 12, 2023; Accepted: October 23, 2023



berkaitan dengan mengenali dan melakukan tindakan yang tepat dari tanda gejala hipertensi yang terjadi. Diskusi atau tanya jawab dalam hal perencanaan mengatasi hipertensi yang diderita merupakan bentuk dari adanya interaksi dengan perawat pemegang program PTM di Puskesmas. Pengecekan atau monitoring tekanan darah dilakukan untuk mengetahui tekanan darah lansia dengan hipertensi apakah dalam kondisi stabil atau meningkat. Kepatuhan pengobatan berkaitan dengan rutusnya pengobatan yang dilakukan oleh lansia dengan hipertensi (Rizkia, 2022).

Integrasi diri mencakup aktifitas olahraga serta diet hipertensi. Agregat lansia dengan hipertensi cenderung kurang dalam hal implementasi aktivitas fisik akibat proses degeneratif yang terjadi (Rizkia, 2022). Kepatuhan terhadap diet yang dianjurkan pada pasien hipertensi juga cenderung rendah. Lansia dengan hipertensi membutuhkan edukasi terkait hal tersebut untuk meningkatkan regulasi diri dengan meningkatkan pemahaman pasien hipertensi (Feleke et al., 2022). Interaksi dengan tenaga kesehatan, pemantauan tekanan darah dan kepatuhan pengobatan saling berkaitan satu sama lain. Lansia membutuhkan wadah agar dapat meningkatkan derajat kesehatannya tersebut, salah satunya melalui pembentukan Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu). Pelaksanaan posbindu ini perlu dilakukan secara rutin dengan melibatkan kader masyarakat. Kegiatan ini tentunya dilakukan sesuai dengan prinsip pemberdayaan masyarakat (Soesanto et al., 2021). Pemahaman terkait perawatan hipertensi secara optimal pada lansia tentunya sangat penting dalam menurunkan beban penyakit dan mengurangi angka kematian akibat hipertensi (Lee et al., 2019). Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi karakteristik perilaku manajemen perawatan diri hipertensi pada lansia.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian dengan jenis penelitian deskriptif ini dilakukan pada Juni 2023 di area rural yakni Kecamatan Jenggawah, Kabupaten Jember, Provinsi Jawa Timur. Sampel penelitian sebanyak 150 lansia dari total populasi 240 lansia dengan hipertensi. Teknik *quota sampling* digunakan dalam pengambilan sampel. Perhitungan besar sampel dihitung dengan rumus Slovin dengan tingkat kepercayaan 0,05. Kriteria inklusi yakni usia lansia  $\geq 60$  tahun, terdaftar dan rutin dalam posyandu lansia, penderita hipertensi, serta berkenan mengikuti kegiatan penelitian. Kriteria eksklusi yakni lansia dengan demensia. Variabel penelitian ini yaitu perilaku manajemen perawatan diri hipertensi.

Kuesioner *Hypertension Self Management Behavior Questionnaire (HSBMQ)* yang mencakup 40 pertanyaan dengan 5 indikator digunakan sebagai instrument dalam penelitian ini. Proses pengumpulan data melibatkan pihak puskesmas dan kader posyandu yang sebelumnya telah dilakukan persamaan persepsi terkait pertanyaan-pertanyaan yang diajukan dalam kuesioner. Kuesioner telah valid dan reliabel dengan nilai  $r$  0,181-0,526 dan Alpha Cronbach  $\geq 0,7$ . Pengolahan data menggunakan software SPSS 25. Analisa univariat dilakukan pada data demografi dan indikator dari variabel penelitian. Penelitian ini juga telah layak etik pada Bulan April 2023 dengan nomor sertifikat 088/KEPK/UDS/III/2023 di KEPK Universitas dr. Soebandi.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Article History:**

Received: October 09, 2023; Revised: October 12, 2023; Accepted: October 23, 2023



Hasil penelitian mencakup data demografi dan indikator perilaku manajemen perawatan diri hipertensi.

Tabel 1 Data Demografi Lansia dengan Hipertensi

<b>Data Demografi</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Usia</b>		
60-70 tahun	117	78
71-80 tahun	31	20,7
>80 tahun	2	1,3
<b>Pendidikan</b>		
Tidak sekolah	38	25,3
SD	80	53,3
SMP	20	13,3
SMA	11	7,3
Perguruan Tinggi	1	0,7
<b>Suku</b>		
Jawa	36	24,0
Madura	114	76,0
<b>Total</b>	<b>150</b>	<b>100</b>

Tabel 2 Indikator Perilaku Manajemen Perawatan Diri Hipertensi pada Lansia

<b>Indikator</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Integrasi Diri</b>		
Kurang	37	24,7
Cukup	72	48,0
Baik	41	27,3
<b>Regulasi Diri</b>		
Kurang	32	21,3
Cukup	84	56,0
Baik	34	34,0
<b>Interaksi dengan Tenaga Kesehatan</b>		
Kurang	35	23,3
Cukup	110	73,3
Baik	5	3,3
<b>Pemantauan Tekanan Darah</b>		
Kurang	21	14,0
Cukup	102	68,0
Baik	27	18,0
<b>Kepatuhan Pengobatan</b>		
Kurang	17	11,3
Cukup	68	45,3
Baik	65	43,3
<b>Total</b>	<b>150</b>	<b>100</b>

Sebagian besar lansia dengan hipertensi berada dalam rentang usia 60-70 tahun sebanyak 117 lansia (78%). Hipertensi meningkat secara signifikan kejadiannya sesuai dengan pertambahan usia (Buford, 2017). Hal ini juga selaras dengan penelitian sebelumnya dimana lansia dengan hipertensi paling banyak

**Article History:**

Received: October 09, 2023; Revised: October 12, 2023; Accepted: October 23, 2023



juga berada pada rentang usia 60-74 tahun (Akbar et al., 2020). Sebanyak 92% Pendidikan Sekolah Dasar paling banyak terdapat pada responden. Pendidikan tamat SD tergolong pendidikan yang masih rendah. Pendidikan yang rendah memiliki korelasi dengan pemahaman yang kurang. Kejadian hipertensi cenderung terjadi pada individu dengan pendidikan yang rendah (Novitaningtyas, 2014). Suku Madura paling banyak ada pada responden. Nilai budaya memiliki hubungan dengan peningkatan kejadian hipertensi (Husaa et al., 2021). Masyarakat suku Madura cenderung menyukai makanan asin (seperti ikan asin). Pengolahan serta penyajian makanan asin biasa dikonsumsi oleh masyarakat suku Madura (Pebriandini et al., 2020). Hal ini tentunya menjadi pemicu kejadian hipertensi pada masyarakat dengan suku Madura (Silvanasari et al., 2022a).

Manajemen diri adalah upaya aktif dari klien dalam partisipasinya terkait rencana perawatan, pilihan gaya hidup, dan pemantauan tanda gejala yang terjadi (Tursina et al., 2022). Perilaku manajemen perawatan diri hipertensi pada lansia dapat dilihat dari lima indikator, yakni integrasi diri, regulasi diri, interaksi dengan tenaga kesehatan, pemantauan tekanan darah, dan kepatuhan dalam pengobatan. Sebagian besar integrasi diri berada dalam kategori cukup yakni 72 lansia (48%). Hal tersebut mengindikasikan lansia dengan hipertensi masih belum optimal dalam berperilaku hidup sehat seperti menjaga diet, mengelola stress, melakukan aktivitas fisik, serta dalam mempertahankan berat badan yang ideal. Tingkat pendidikan responden penelitian paling banyak tamat SD dan bahkan juga cukup tinggi lansia dengan hipertensi yang tidak sekolah. Tingkat pendidikan yang rendah berkaitan dengan gaya hidup penderita hipertensi (Novitaningtyas, 2014). Pengurangan konsumsi garam berdampak dalam menurunkan tekanan darah (Silvanasari et al., 2022a). Penderita hipertensi dapat mengkonsumsi pisang, seperti pisang ambon, yang dapat membantu dalam menurunkan tekanan darah karena mengandung kalium yang tinggi dan berdampak pada peningkatan diuresis dan pengurangan volume darah (Permatasari et al., 2021). Perilaku hidup sehat dengan mengelola stress penting dilakukan untuk penderita hipertensi agar dapat menurunkan tekanan darah. Implementasi dari aktivitas fisik yang cukup juga penting, hal ini dapat berupa senam anti hipertensi yang dilakukan secara rutin (Adinda & Muthmainnah, 2023).

Sebagian besar regulasi diri juga ada dalam kategori cukup yakni 84 lansia (56%). Hal ini mengindikasikan bahwa lansia telah cukup mengenal tanda gejala hipertensi dan cukup dapat melakukan tindakan dari tanda gejala yang dideritanya. Masih belum banyak lansia dengan hipertensi dengan regulasi diri yang baik dapat dikaitkan dengan pendidikan lansia yang mayoritas masih rendah (tidak sekolah 25,3% dan tamat SD 53,3%). Masih belum optimalnya kemampuan lansia dalam mengelola penyakit hipertensinya, salah satunya karena rendahnya tingkat pendidikan (Rizkia, 2022). Pengenalan tanda gejala dan penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan dengan meningkatkan pengetahuan lansia hipertensi. Adanya edukasi tentang hipertensi mampu menaikkan tingkat pengetahuan lansia hipertensi secara signifikan (Silvanasari et al., 2022b). Adanya pemberdayaan pada kader kesehatan juga dapat berpengaruh dalam pemberian konseling kesehatan yang optimal pada lansia (Basri et al., 2022).

Sebagian besar lansia dengan hipertensi cukup dalam berinteraksi dengan tenaga kesehatan sebanyak 110 lansia (73,3%). Lansia dengan hipertensi dalam penelitian ini terdaftar dan rutin dalam kegiatan posyandu lansia sehingga

**Article History:**

Received: October 09, 2023; Revised: October 12, 2023; Accepted: October 23, 2023



mereka juga telah cukup banyak berdiskusi dengan tenaga kesehatan terkait kondisi yang diderita. Masih belum optimalnya interaksi dengan tenaga kesehatan dapat disebabkan karena hanya bertemu saat posyandu dengan jumlah lansia yang datang untuk berkonsultasi cukup banyak sementara waktu kegiatan posyandu cukup terbatas. Hal tersebut selaras dengan penelitian yang menyatakan bahwa adanya peningkatan beban kerja tenaga kesehatan terjadi akibat adanya keterbatasan tenaga kesehatan yang ada di fasilitas pelayanan kesehatan sehingga hal tersebut dapat mempengaruhi interaksi antara klien dengan tenaga kesehatan yang ada (Rizkia, 2022).

Sebagian besar lansia dengan hipertensi telah cukup baik dalam melakukan pemantauan tekanan darah yakni sebanyak 102 lansia (68%). Pemantauan tekanan darah secara rutin pada lansia dilakukan saat kegiatan posyandu lansia dilakukan setiap bulannya. Lansia yang hadir saat posyandu tentu akan dimonitoring tekanan darahnya oleh tenaga kesehatan yang hadir. Kepatuhan dalam pemantauan tekanan darah terfasilitasi cukup baik akibat adanya peran puskesmas serta peran asuransi kesehatan misal BPJS yang memudahkan dalam akses dan pendanaan layanan kesehatan (Cahyani, 2019).

Sebagian besar lansia dengan hipertensi juga cukup patuh dalam pengobatan yakni sebanyak 68 lansia (45,3%). Kepatuhan dalam pengobatan yang direkomendasikan dapat menurunkan tekanan darah penderita hipertensi (Waluwanja et al., 2022). Kepatuhan dalam pengobatan juga berkaitan dengan dukungan keluarga. Dukungan yang keluarga berikan seperti dalam mengantarkan lansia untuk datang ke posyandu dan memeriksakan tekanan darahnya setiap bulan berhubungan dengan kepatuhan pengobatan lansia hipertensi (Faidilla, 2023). Lansia yang tinggal bersama keluarga dan diberikan dukungan secara optimal berupa dukungan instrumental, informasi, emosional dan penghargaan tentunya akan mampu meningkatkan kepatuhan lansia dalam berobat dan berkontribusi dalam meningkatkan kualitas hidup lansia yang menderita hipertensi.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Lansia dengan hipertensi di area rural memiliki perilaku manajemen perawatan diri hipertensi yang termasuk dalam kategori cukup. Hal tersebut mengindikasikan bahwa lansia dengan hipertensi sudah cukup baik dalam hal integrasi diri, regulasi diri, interaksi dengan tenaga kesehatan, pemantauan tekanan darah, dan kepatuhan dalam pengobatannya. Lansia dengan hipertensi sebaiknya mampu meningkatkan implementasi dalam gaya hidup sehat seperti diet dan aktivitas fisik, mampu mengenali dengan baik tanda gejala hipertensi beserta tindakan yang tepat untuk mengatasinya, mampu berdiskusi dengan tenaga kesehatan terkait rencana tindakan mengatasi hipertensi yang diderita, mampu memonitoring tekanan darah secara rutin, serta mampu mematuhi pengobatan yang dianjurkan. Penelitian selanjutnya diharapkan mampu meningkatkan perilaku manajemen perawatan diri hipertensi melalui edukasi kesehatan yang peka budaya agar dapat diterima secara optimal oleh lansia dengan hipertensi di area rural. Edukasi yang dilakukan tentunya terkait dengan pola hidup sehat (diet dan aktivitas fisik) serta pengenalan hipertensi dan penatalaksanaannya. Teknis pelaksanaan edukasi kesehatan yang diberikan dapat menggunakan bahasa lokal setempat (bahasa Madura) baik dari penyampaian secara lisan maupun tulisan (leaflet dan media lainnya).

### **Article History:**

Received: October 09, 2023; Revised: October 12, 2023; Accepted: October 23, 2023



## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih LPPM Universitas dr. Soebandi serta Yayasan Pendidikan Jember *International School* yang telah memberikan pendanaan dari kegiatan penelitian ini. Peneliti juga mengucapkan terimakasih pada pihak mitra kerjasama dalam hal ini Puskesmas Jenggawah, Kabupaten Jember, Provinsi Jawa Timur yang telah mendukung terlaksananya kegiatan penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adinda, N. R., & Muthmainnah. (2023). Edukasi Kenali Hipertensi dan Kelola Stress Sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Tidak Menular di Desa Mlinjeng. *Proceeding Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Akbar, F., Nur, H., & Humaerah, U. I. (2020). Karakteristik Hipertensi Pada Lanjut Usia Di Desa Buku (Characteristics of Hypertension in the Elderly). *Wawasan Kesehatan, 5*(2), 35–42.
- Basri, A. A., Maurida, N., & Silvanasari, I. A. (2022). Pemberdayaan Kader Kesehatan Dalam Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga ( TOGA ) Sebagai Upaya Mengontrol Penyakit Tidak Menular Pada Lansia. *Dedikasi Saintek: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 1*, 28–36.
- Buford, T. W. (2017). Hypertension and Aging. *HHS Public Access, 96*–111. <https://doi.org/10.1016/j.arr.2016.01.007>.Hypertension
- Cahyani, Y. E. (2019). Gambaran Self Management Penderita Hipertensi Di Puskesmas Grogol Kabupaten Sukoharjo. In *Universitas Muhammadiyah Surakarta* (Vol. 5, Issue 2). Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Jember. (2021). *Profil Kesehatan Kabupaten Jember Tahun 2020*.
- Faidilla, A. (2023). *Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Minum Obat pada Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sumberbaru*. Universitas dr. Soebandi.
- Feleke, M. G., Abate, T. W., Biresaw, H., tegenaw, A., Abate, M. W., & Woleli, T. A. (2022). Dietary adherence and associated factors among hypertensive patients in Bahir Dar city Administration, Ethiopia, 2020. *International Journal of Africa Nursing Sciences, 17*(January), 100471. <https://doi.org/10.1016/j.ijans.2022.100471>
- Husaa, A. R., Iliza, N. E., & Mukarromah, N. (2021). Hubungan Cultural Value dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah, 6*(3).
- Kemkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI, 53*(9), 1689–1699.
- Kiki, M. N., Muhammad, Z., & Fahrany, F. (2020). DUKUNGAN KELUARGA DENGAN POLA DIET PADA PASIEN HIPERTENSI: A Literature Review. *Nursing Sciences Journal, 4*(2), 51. <https://doi.org/10.30737/nsj.v4i2.1277>
- Kristianti, A., Ryandini, F. R., & Ovikariani. (2021). Gambaran Manajemen Perawatan Diri Pada Penderita Hipertensi Di Masa Pandemi COVID-19 An Overview Of The Self-Care Management In Patients With Hypertension During The COVID-19 Pandemic. *Community of Publishing In Nursing (COPING), 4*(9), 551–563.

### Article History:

Received: October 09, 2023; Revised: October 12, 2023; Accepted: October 23, 2023



- Lee, J. H., Kim, K. Il, & Cho, M. C. (2019). Current status and therapeutic considerations of hypertension in the elderly. *Korean Journal of Internal Medicine*, 34(4), 687–695. <https://doi.org/10.3904/kjim.2019.196>
- Novitaningtyas, T. (2014). *Hubungan Karakteristik (Umur, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan) dan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah pada Lansia di Kelurahan Makamhaji Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Pangribowo, S. (2022). *Lansia Berdaya, Bangsa Sejahtera*. Pusdatin.
- Pebriandini, P., Sugiyanto, Ruslaeni, & Supriadi. (2020). Pola Makan Pada Penderita. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 1(01), 177–182.
- Permatasari, K. S., Mursudarinah, & Prajayanti, E. D. (2021). Pengaruh Konsumsi Pisang Ambon terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi. *Nursing Sciences Journal*, 5(1), 1–7.
- Putri, W. C. W. S., Yuliyatni, P. C. D., Aryani, P., Sari, K. A. K., & Sawitri, A. A. S. (2017). Dasar-dasar Pusat Kesehatan Masyarakat ( Puskesmas ). In *Universitas Udayana*. [https://simdos.unud.ac.id/uploads/file\\_pendidikan\\_1\\_dir/98c985665344f25743d1aff400d7a350.pdf](https://simdos.unud.ac.id/uploads/file_pendidikan_1_dir/98c985665344f25743d1aff400d7a350.pdf)
- Rizkia, N. (2022). *Gambaran Perilaku Manajemen Diri Pasien Hipertensi pada Masa Pandemi Covid-19*. Universitas Indonesia.
- Silvanasari, I. A., Maurida, N., & Vitaliati, T. (2022a). Karakteristik Hipertensi pada Lansia yang Tinggal Bersama Keluarga. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 13.
- Silvanasari, I. A., Maurida, N., & Vitaliati, T. (2022b). Peningkatan Pengetahuan Penyakit Tidak Menular: Hipertensi pada Lansia. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Stikes Pemkab Jombang*, VIII(2).
- Soesanto, E., Nugroho, H. A., Ernawati, E., Aisah, S., Setyowati, D., & Jihad, M. N. K. Al. (2021). Pemberdayaan Masyarakat dalam Upaya Meningkatkan Derajat Kesehatan. *SALUTA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 1–6.
- Tursina, H. M., Nastiti, E. M., & Sya'id, A. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Self Management (Manajemen Diri) pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Cikini*, 3(1), 20–25. <https://doi.org/10.55644/jkc.v3i1.67>
- Tursina, H. M., & Silvanasari, I. A. (2022). Peningkatan self management pada penderita hipertensi dengan penggunaan Hypertension Self Management Diary ( HSMD ). *NURSCOPE*, 8(2), 18–25.
- Waluwansa, R. U., Putri, R. M., & Devi, H. M. (2022). The Relationship Between Diet and Medication Adherence To The Blood Pressure of Hypertensive Elderly in East Sumba. *Jurnal Media Komunikasi Ilmu Kesehatan*, 14(02).

**Article History:**

Received: October 09, 2023; Revised: October 12, 2023; Accepted: October 23, 2023