

HUBUNGAN PENERAPAN PROGRAM PATUH TERHADAP DERAJAT HIPERTENSI PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS JAMBESARI KABUPATEN BONDOWOSO

Sofian Arif

(Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jember, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Ilmu
Keperawatan, Email : sofianarif@gmail.com)

Sri Wahyuni A

(Dosen Universitas Muhammadiyah Jember, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Ilmu
Keperawatan, Email : sriwahyuni@unmuhjember.ac.id)

Asmuji

(Dosen Universitas Muhammadiyah Jember, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Ilmu
Keperawatan, Email : asmuji@unmuhjember.ac.id)

ABSTRAK

Latar Belakang: Program PATUH terdiri dari Periksa kesehatan secara rutin, Atasi penyakit dengan pengobatan yang tepat dan teratur, Tetap diet dengan gizi seimbang, Upayakan aktifitas fisik dengan aman, Hindari asap rokok, alcohol dan zat karsinogenik lainnya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan penerapan program PATUH terhadap derajat hipertensi. **Metode:** Penelitian menggunakan desain deskriptif korelasi dengan pendekatan cross sectional menggunakan 107 responden dengan sampel yang diambil berdasarkan kriteria inklusi menggunakan teknik purposive sampling. PATUH dinilai menggunakan kuesioner dengan checklist yang disusun oleh peneliti. Derajat hipertensi diukur dari tekanan darah menggunakan tensimeter digital. Uji statistik menggunakan Uji Spearman Rho. **Hasil :** Hasil penelitian didapatkan karakteristik responden meliputi usia mayoritas pada lansia usia 60 tahun keatas 86%, perempuan 56,1%, pendidikan SD 71%, Petani/pedagang 79,4%. Uji statistik menghasilkan adanya hubungan antara penerapan program PATUH dengan derajat hipertensi (p value $0,000 < 0,05$). **Diskusi:** PATUH mempunyai peranan yang signifikan dalam mengontrol hipertensi. Dengan demikian penting bagi tenaga kesehatan untuk menggunakan penerapan program PATUH kepada penderita hipertensi terhadap permasalahan lebih lanjut.

Kata Kunci : Program PATUH, Derajat Hipertensi, Lansia

Received: Juli 2024
Reviewed: Juli 2024
Published: Juli 2024

Plagirism Checker No 234
Prefix DOI : Prefix DOI :
10.8734/Nutricia.v1i2.365

Copyright : Author
Publish by : Nutricia



This work is licensed
under a [Creative
Commons Attribution-
NonCommercial 4.0
International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

ABSTRACT

Background: The PATUH program consists of regular health checks, treating illnesses with appropriate and regular treatment, sticking to a diet with balanced nutrition, trying to do physical activity safely, avoiding cigarette smoke, alcohol and other carcinogenic substances. The aim of this research was to determine the relationship between the implementation of the PATUH program and the degree of hypertension. **Method:** The research used a descriptive correlation design with 107 respondents with samples taken based on inclusion criteria using a purposive sampling technique. PATUH was assessed using a questionnaire with a checklist compiled by the researcher. The degree of hypertension is measured from blood pressure using a digital blood pressure monitor. Statistical tests use the Spearman Rho Test. **Results:** The research results showed that the characteristics of the respondents included the majority age of 86% elderly aged 60 years and over, 56.1% women, 71% elementary school education, 79.4% farmers/traders. Statistical tests resulted in a relationship between the implementation of the PATUH program and the degree of hypertension (p value $0.000 < 0.05$). **Discussion:** PATUH program has a significant role in controlling hypertension. Thus, it is important for health workers to use the PATUH program for hypertension sufferers for further problems.

Keywords: PATUH Program, Degree of Hypertension, Elderly

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyakit kardiovaskuler atau tekanan darah melewati batas normal sistolik. Penyakit ini sering dijumpai masyarakat sekitar yang disebabkan karena beragam faktor. Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah melewati batas normal sistolik 140 mmHg atau lebih dan diastolik 90 mmHg atau lebih pada 2 kali pengukuran dalam waktu selang 2 menit (Erdwin Wicaksana et al, 2019). Hipertensi adalah penyebab utama kematian dini di seluruh dunia.

Dalam 10 tahun terakhir angka kematian yang disebabkan penyakit kardiovaskular masih menjadi penyebab utama kematian di seluruh dunia (Pettey et al, 2016). Salah satu target global untuk penyakit tidak menular adalah untuk mengurangi prevalensi hipertensi sebesar 25% pada tahun 2025 (WHO, 2019).

Hipertensi sekarang jadi masalah utama di dunia, karena hipertensi ini merupakan salah satu pintu masuk atau faktor risiko penyakit seperti jantung, gagal ginjal, diabetes, dan stroke. Institute for Health Metrics and Evaluation menduduki persentase capaian terendah yakni 20,0%.

Hal tersebut menggambarkan bahwa masih banyak lansia di Bondowoso yang belum rutin memeriksa tekanan darah secara rutin.

Indonesia termasuk negara yang mengalami penuaan penduduk dengan data yang didapatkan dari Direktorat Jenderal Kependudukan dan Pencatatan Sipil (Dukcapil), terdapat 30,16 juta jiwa penduduk lansia di Indonesia pada tahun 2021. Penduduk lansia pada usia 60-64 tahun sebanyak 11,3 juta jiwa (37,48%), pada usia 65-69 tahun sebanyak 7,77 juta jiwa (25,77%), kemudian pada usia 70-74 tahun sebanyak 5,1 juta jiwa (16,94%), dan pada usia di atas 75 tahun sebanyak 5,98 juta jiwa (19,81%). Kementerian Kesehatan memprediksi jumlah lansia akan meningkat pada tahun 2030 menjadi 42 juta jiwa dan pada tahun 2035 akan bertambah lagi menjadi 48,2 juta jiwa.

Presentase hipertensi di Provinsi Jawa Timur tahun 2020 sampai 2022 mengalami peningkatan yakni tahun 2020 sebesar 35%, tahun 2021 sebesar 49% sedangkan tahun 2022 menjadi 61,1%. Kabupaten Bondowoso menduduki persentase capaian terendah yakni 20,0%. Hal tersebut menggambarkan bahwa masih banyak lansia di Bondowoso yang belum rutin memeriksa tekanan darah secara rutin.

Penderita hipertensi semakin meningkat sering diakibatkan banyak faktor yang berperan penting dalam kejadian hipertensi, seperti faktor resiko yang tidak dapat di kendalikan (mayor) dan faktor resiko yang dapat di kendalikan (minor). Faktor resiko yang tidak dapat di kendalikan (mayor) seperti keturunan, jenis kelamin, ras dan lansia. Sedangkan faktor resiko yang dapat di kendalikan (minor) yaitu obesitas, kurang olahraga atau aktifitas, merokok,

sensitivitas natrium, kadar kalium rendah, alkoholisme, stress, dan pola makan yang salah (Sutanto, 2010).

PATUH adalah sebuah gerakan yang sangat berguna untuk para penderita hipertensi dalam mengendalikan tekanan darah. Program PATUH diperuntukkan bagi mereka yang sudah menyandang PTM seperti Hipertensi agar rajin kontrol dan minum obat. Pengendalian hipertensi harus dikendalikan untuk menghindari komplikasi berbagai penyakit yang lebih buruk.

Pengendalian melalui program PATUH dapat dilakukan dengan cara pemeriksaan kesehatan secara rutin bermanfaat untuk memantau tekanan darah sehingga mengetahui tindakan pengobatan yang tepat. Pengendalian hipertensi dapat dilakukan dengan menurunkan kadar kolesterol, menjaga massa tubuh, diet tinggi serat, kurangi asupan garam, konsumsi sayur dan buah, dan pola hidup sehat (Alvita, 2018). Penderita hipertensi perlu mengupayakan aktifitas fisik secara teratur. Peningkatan tekanan darah yang disebabkan oleh aktivitas yang kurang akan menyebabkan terjadinya komplikasi seperti penyakit jantung koroner, gangguan fungsi ginjal, stroke, dan sebagainya.

Berdasarkan hasil survey pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Jambesari Kabupaten Bondowoso pada 5 lansia yang datang memeriksakan kesehatannya, didapikann bahwa semua belum mengetahui program PATUH yang telah dicanangkan oleh Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. Hanya 3 dari 5 lansia yang rutin kontrol tekanan darah ke petugas kesehatan dan menjaga pola makan yang baik dan 1 orang lansia berhenti merokok.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, yang menunjukkan masih banyaknya lansia mengalami hipertensi yang belum mengetahui program PATUH yang dicanangkan Kemenkes RI maka diperlukan penelitian lebih lanjut mengenai “Pengaruh Penerapan Program PATUH Terhadap Derajat Hipertensi Pada Lansia”.

METODE PENELITIAN

Desain pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian korelasi analitik dengan pendekatan Cross Sectional. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan penerapan program PATUH yang dicanangkan Kemenkes RI terhadap perubahan tekanan darah hipertensi pada lansia penderita hipertensi.

Populasi pada penelitian ini sebanyak 146 lansia hipertensi yang ada wilayah kerja

Puskesmas Jambesari, Ponkesdes Jambesari yakni pada kunjungan di bulan Desember 2023 sampai dengan Februari 2024. Pada penelitian ini pengambilan sampel menggunakan non probability sampling dengan teknik purposive sampling. Jumlah sampel dalam penelitian ini berjumlah 107 lansia.

Pengumpulan data untuk variabel independen dan dependen menggunakan kuesioner. Data yang terkumpul kemudian ditabulasi dan dianalisis menggunakan uji korelasi spearman yang bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan yang bermakna atau tidak bermakna antara penerapan program patuh dengan derajat hipertensi lansia penderita hipertensi

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti dapat dilihat pada tabel:

Tabel 1. Karakteristik Responden Lansia di Puskesmas Jambesari, Juli 2024 (n=107)

Karakteristik Responden	Kategori	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
Usia	55-59	15	14
	>60	92	86
Jenis Kelamin	Laki-laki	47	43,9
	Perempuan	60	56,1
Pendidikan	Tidak Sekolah	28	26,2
	SD	76	71
	SMP/SMA	3	2,8
Pekerjaan	Tidak Bekerja	20	18,7
	Petani/Pedagang	85	79,4
	Wiraswasta	2	1,9

Sumber: Data Primer

Berdasarkan pada tabel 1. Menunjukkan karakteristik responden berdasarkan usia bahwa usia responden terbanyak adalah usia ≥ 60 tahun dengan jumlah 92 orang (86%) dibandingkan dengan

usia 55-59 tahun yang berjumlah 15 orang (14%). Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin terbanyak adalah perempuan dengan jumlah 60 orang (56,1%) dibandingkan dengan laki-laki yang berjumlah 47 orang (43,9%). Karakteristik responden berdasarkan pendidikan sebagian besar responden berlatar belakang pendidikan (SD) yaitu sebanyak 76 responden (71%). Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan sebagian besar responden memiliki pekerjaan sebagai petani atau pedagang yaitu sebanyak 85 responden (79,4%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Program PATUH di Puskesmas Jambesari, Juli 2024 (n=107)

No	Kategori	Frekuensi (orang)	Presentase (%)
1.	Tidak Patuh	26	24,3
2.	Patuh	81	75,7
Total		107	100

Sumber: Data Primer

Berdasarkan pada tabel 2. Terlihat bahwa program PATUH pada pasien lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jambesari Kabupaten Bondowoso terbanyak ada pada kriteria patuh sebanyak 81 responden atau 75,7 %.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Derajat Hipertensi di Puskesmas Jambesari, Juli 2024 (n=107)

No	Kategori	Frekuensi (orang)	Presentase (%)
1.	Naik	23	21,5
2.	Turun	84	78,5
Total		107	100

Sumber: Data Primer

Berdasarkan pada tabel 3. Dapat dilihat bahwa derajat hipertensi pada pasien lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jambesari Kabupaten Bondowoso terbanyak ada pada kriteria turun sebanyak 84 responden atau 78,5 %.

Tabel 4. Hubungan Penerapan Program PATUH dengan Derajat Hipertensi Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Jambesari, Juli 2024 (n=107)

Program PATUH	Derajat Hipertensi		Total	Hasil
	Naik	Turun		
Patuh	0	81	81	<i>p value:</i> 0,000 <i>r:</i> 0,824
Tidak Patuh	23	3	26	
Total	23	84	107	

Sumber: Data Primer

Berdasarkan pada tabel 4. Diperoleh hasil uji statistic menggunakan uji spearman rho p value 0,000, karena nilai signifikansi kurang dari taraf signifikan 5% ($0,000 < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara Program Patuh dengan Derajat Hipertensi pada lansia, dan hubungan yang ada termasuk hubungan sangat kuat dikarenakan pada nilai koefisien korelasi (r) didapatkan nilai sebesar 0,824. Arah korelasi pada hasil pada hasil penelitian ini adalah negatif (-), sehingga semakin baik penerapan program PATUH maka semakin turun tekanan darahnya.

PEMBAHASAN

Program PATUH

Distribusi hasil frekuensi program PATUH tentang derajat hipertensi lansia yang dikategorikan patuh dan tidak patuh menunjukkan sebagian besar penerapan program PATUH yang patuh sebanyak 81 orang (75,7%) dari penjabaran Periksa kesehatan secara rutin, Atasi penyakit dengan pengobatan yang tepat dan teratur, Tetap diet dengan gizi seimbang, Upayakan aktifitas fisik dengan aman, Hindari asap rokok, alkohol dan zat karsinogenik

Kepatuhan pasien yang menderita hipertensi tidak hanya dilihat berdasarkan kepatuhan pasien dalam meminum obat antihipertensi tetapi juga pasien dituntut untuk berperan aktif dan kesediaanya untuk memeriksakan ke dokter atau tenaga kesehatan yang terdekat sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan. Keberhasilan dalam mengendalikan tekanan darah tinggi merupakan usaha bersama antara pasien dan tenaga kesehatan yang menanganinya (Cho & Kim, 2014)

Berdasarkan hasil wawancara dengan responden, secara keseluruhan responden merupakan penderita yang patuh dalam menjalani pengobatan. Hal tersebut didukung pengetahuan penderita yang telah sadar pentingnya kontrol rutin tekanan

darah dan minum obat, dikarenakan mereka harus tetap sehat untuk dapat bekerja seperti biasanya yang sebagian besar mata pencaharian di desa yakni bertani maupun berdagang.

Untuk membantu kepatuhan berobat pada pasien hipertensi, pengetahuan yang baik memang menghasilkan peningkatan kepatuhan berobat yang baik pula. namun kurangnya pengetahuan seseorang tentang penyakit hipertensi bukan hanya kurangnya informasi. Tetapi hal ini dipengaruhi juga dari minat dan pengalaman lansia itu sendiri. Meskipun para lansia berpendidikan SD tetapi minat dan pengalaman ingin sembuh juga tinggi.

Dilihat dari segi kepatuhan berobat, responden rutin berobat ke puskesmas, tenaga kesehatan terdekat maupun posyandu lansia setiap sebulan sekali dan mengontrol tekanan darahnya, ada pula salah seorang responden yang rutin setiap seminggu sekali. Namun ada beberapa responden yang berhenti untuk berobat ke puskesmas sebulan dan dua bulan terakhir dengan alasan sudah merasa agak membaik.

Derajat Hipertensi

Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Jambesari, dari hasil penelitian mayoritas responden dengan derajat hipertensi turun berjumlah 84 dari

107 sampel dengan persentase 78,5% dari 100% persentase, sedangkan minoritas responden dengan derajat hipertensi naik berjumlah 23 dari 107 sampel dengan persentase 21,5% dari 100% persentase.

Hal ini didukung oleh peneliti Chasanah tahun 2017 yang menunjukkan bahwa derajat hipertensi dapat menurun dan meningkat pada pasien hipertensi karena tekanan darah tinggi dapat dipengaruhi oleh gaya hidup (merokok, konsumsi alkohol), stress, obesitas, kurang gizi, olahraga dan tipe kepribadian. kebiasaan hidup tidak sehat bisa menjadikan tekanan darah meningkat.

Penelitian Sari dan Ardianto (2021) juga menyebutkan bahwa pemeriksaan kesehatan rutin yang dilakukan oleh penderita hipertensi dapat mengontrol kesehatan mereka. Hal tersebut sejalan dengan program pemerintah bahwa deteksi adanya hipertensi untuk lansia sebenarnya dapat dilaksanakan di rumah, puskesmas, dan masyarakat (Kemenkes, 2018).

Hubungan Program PATUH dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil uji analisis yang telah dilakukan menggunakan Uji Spearman rho dengan memperoleh p value 0,000, karena nilai signifikansi kurang dari taraf signifikan 5% ($0,000 < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara program PATUH dengan derajat hipertensi penderita hipertensi.

Indikator perilaku PATUH yakni pemeriksaan kesehatan secara rutin. Dari hasil penelitian ini juga didapatkan hasil bahwa pasien hipertensi sudah melakukan pemeriksaan kesehatan rutin yang berdampak pada status

kesehatannya. Penelitian Sari dan Ardianto (2021) juga menyebutkan bahwa pemeriksaan kesehatan rutin yang dilakukan oleh penderita hipertensi dapat mengontrol kesehatan mereka. Hal tersebut sejalan dengan program pemerintah bahwa deteksi adanya hipertensi untuk lansia sebenarnya dapat dilaksanakan di rumah, puskesmas, dan masyarakat (Kemenkes, 2018).

Perilaku tetap diet gizi seimbang dalam penelitian ini juga terlihat sudah mulai dilakukan dengan baik. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Susanti dkk (2021) menyatakan bahwa mayoritas pasien hipertensi memiliki pola diet sehat. Penelitian oleh Agrina dkk (2011) menyatakan pola diet sehat dilakukan dengan adanya niat pelaksanaan diet rendah garam oleh individu.

Indikator perilaku PATUH lainnya yakni upayakan aktivitas fisik dengan aman, aktifitas fisik yang dilakukan ialah kegiatan yang dilakukan oleh masyarakat didesa yakni bertani maupun berdagang. Mengatasi hipertensi dan mengurangi risiko Penyakit Tidak Menular (PTM) dapat dilakukan dengan aktif dalam fisik setiap hari di rumah maupun di tempat kerja. Kurangnya aktivitas fisik dapat menimbulkan risiko obesitas yang berujung adanya kemungkinan hipertensi. Detak jantung lebih cepat akan dialami oleh seseorang yang tidak aktif secara fisik yang berdampak pada kerja otot jantung dan mengakibatkan tekanan di arteri yang semakin tinggi (Wedri dkk, 2021).

Komponen perilaku PATUH indikator hindari asap rokok dalam penelitian ini juga menunjukkan adanya peningkatan pemahaman. Asap rokok atau asap tembakau lingkungan memberikan paparan

buruk bagi lingkungan rumah maupun kantor. Menurut Sodik (2018) bahaya merokok memiliki hubungan dengan hipertensi dimana perilaku merokok dapat menjadi ancaman pada organ paru-paru, jantung, tenggorokan dan lainnya.

Sejalan dengan hasil penelitian oleh Lanny dan Luden (2022) bahwa perilaku merokok adalah faktor pemicu terjadinya hipertensi. Faktor merokok sebagai pemicu hipertensi tidak hanya berbahaya bagi perokok aktif, perokok pasif juga memiliki efek yang sama besarnya. Menurut Angga dan Elon (2021) menjelaskan bahwa asap rokok memiliki kandungan 75% kontaminasi tembakau, sedangkan perokok aktif yang menghisap hanya terpapar 25%. Artinya perokok pasif lebih banyak menghirup dan memiliki resiko lebih tinggi daripada perokok aktif.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis hubungan penerapan program PATUH dengan derajat hipertensi pada lansia dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Lansia hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jambesari Bondowoso mayoritas patuh dalam penerapan 5 elemen program PATUH.
2. Derajat hipertensi pada lansia hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jambesari Bondowoso mayoritas turun.
3. Terdapat hubungan yang sangat kuat antara penerapan program PATUH dengan derajat hipertensi lansia dimana semakin patuh maka semakin turun derajat hipertensi (tekanan darah) lansia

Saran untuk peneliti selanjutnya untuk dapat dilakukan penelitian lanjut dengan metode yang berbeda dan dapat melakukan penelitian hubungan program PATUH dengan derajat hipertensi dengan sampel yang lebih banyak dari yang peneliti lakukan

DAFTAR PUSTAKA

- A Potter, & Perry, A. G. (2015). Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, Dan Praktik, edisi 4, Volume.2. Jakarta: EGC.
- Adriani, Rita dkk. (2021). Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Indramayu: Adanu Abimata.
- Alvita, G. W. (2018). Hubungan Pola Diet dengan Riwayat Hipertensi pada Lansia di Desa Tenggeles Kudus. Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama, 7(1), 19.
- Bahria dkk. (2021). Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Purbalingga: Eureka Media Aksara.
- Dirjen P2PTM. (2019). Buku Pedoman Manajemen Penyakit Tidak Menular. Jakarta: Kemenkes RI.
- Dahlan, Andi, Kasrida. (2018). Kesehatan Lansia: Kajian Teori Gerontologi dan Pendekatan Asuhan pada Lansia. Malang: Intimedia.
- Ekasari, Mia, Fatma. (2021). Hipertensi: Kenali Penyebab, Tanda dan Gejala dan Penanganannya. Jakarta; Poltekes Jakarta.
- Emiliana, Niti, Fuaziah, M, Hasanah, I, Fdlilah, D, R. (2019). Analisis Kepatuhan Kontrol Berobat Pasien Hipertensi Rawat Jalan Pada Pengunjung Puskesmas Pisangan Tahun 2019. Jurnal Kajian dan Pengembangan

- Kesehatan Masyarakat. Vol. 1 Nomor 2 Januari 2021 Hal. 119-132.
- Erdwin Wicaksana et al. (2019). Prevalensi hipertensi pada orang dewasa menengah dengan overweight di denpasar tahun 2018. *Intisari Sains Medis*, 10(3), 821– 824
- Kemenkes RI.(2024). Pedoman Pengendalian Hipertensi di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama 2024. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kemenkes, RI. (2019). Hipertensi Membunuh Diam-Diam, Ketahui Tekanan Darah Anda. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 22 Mei 2019.
- Kemenkes RI. (2017). Rencana Aksi Strategis Nasional Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular. In Kementrian Kesehatan RI. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kusumo,Mahendro. (2020). Buku Lansia. Yogyakarta: Lembaga Penelitian, publikasi dan Pengabdian Masyarakat (LP3M) UMY.
- Mailani,Fitri. (2024). Pemeriksaan Kesehatan Lansia: Menghindari Resiko Penyakit,, Memaksimalkan Kualitas Hidup. Purbalingga: Eureka Media Aksara.
- Murhan,Al. (2020). Pengaruh Relaksasi Otot Prodrisif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, Volume 16, No.2.
- Mustika, S, L., & Jefri, A, A. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan terhadap perilaku CERDIK pada Penderita Hipertensi selama Masa Pandemi COVID 19. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(4), 368 374.
- Nasrullah, Dede. (2016). Buku Ajar Keperawatan Gerontik Edisi 1 Dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan NANDA 205-2017 NIC dan NOC. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Negara,I,GNM,Kusuma. (2022). Hubungan Tingkat Kepatuhan Tentang Hipertensi Terhadap Kepatuhan Pasien Untuk Kontrol Tekanan Darah. *Jurnal Institut Teknologi dan Kesehatan Bali*.
- Nurhaedah. 2018. Nurhaedah. (2018). Studi Kasus Pada Keluarga Ny.'S' Dengan Hipertensi Dikelurahan Barombong Kecamatan Tamalate Kota Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 6(1), 1366– 1374
- Pitayanti, A., & Priyoto. (2021). Edukasi Perilaku CERDIK dan PATUH dalam Pengendalian Hipertensi. *Jurnal Bhakti Civitas Akademika*, 4(2), 15 22.
- Ruswadi, Indra,dkk. (2023). Program PATUH dan Keyakinan Diri Lanjut Usia (Lansia) Dalam Pengobatan Hipertensi. Bojonegoro: Madza Media.
- Seprina. (2021). Hubungan Perilaku CERDIK Terhadap Pengontrolan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Masa Pandemi COVID-19. Universitas Riau.
- Sihombing,Bistok. (2020). Penatalaksanaan Hipertensi Pada Usia Lanjut. Medan: Departemen Ilmu Penyakit Dalam FK USU.
- Williams B, Mancia G, Spiering W, Agabiti RE, Azizi M, Burnier M, et al. (2018). ESC Scientific Document Group. 2018 ESC/ESH Guidelines for the management of arterial hypertension. *Eur Heart J*.39:3021-104