

Gambaran Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Lio Genteng Panjunan Astana Anyar Kota Bandung

Tita Puspita Ningrum¹, Erna Irawan², Rita Damayanti³, Hilman Mulyana⁴, Yesi Sri Lestari⁵

¹Universitas Adhirajasa Reswara Sanjaya, tita@ars.ac.id

²Universitas Adhirajasa Reswara Sanjaya, erna@ars.ac.id

³Universitas Adhirajasa Reswara Sanjaya, rita@ars.ac.id

⁴Stikes Mitra tasik, hilman.mulyana@bku.ac.id

⁵Universitas Adhirajasa Reswara Sanjaya, yesi@ars.ac.id

Corresponce author: tita@ars.ac.id

ABSTRAK

Hipertensi merupakan faktor resiko utama untuk terjadinya penyakit jantung, gagal jantung kongestif, stroke, gangguan penglihatan dan penyakit ginjal. Tekanan darah yang tinggi umumnya meningkatkan resiko terjadinya komplikasi tersebut. Hipertensi yang tidak diobati akan mempengaruhi semua sistem organ yang akhirnya memperpendek harapan hidup sebesar 10-20 tahun. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kejadian gambaran kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Lio Genteng Panjunan Astana Anyar Kota Bandung . Jenis penelitian menggunakan metode penelitian deskripsi dengan jumlah populasi sebanyak 241 orang dan pengambilan sampel menggunakan purposive sampling melibatkan 151 orang lansia. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner pengetahuan hipertensi untuk masyarakat awam dan lembar ceklist. Analisa data dilakukan dengan univariat berupa persentase. Hasil penelitian didapatkan gambaran kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Lio Genteng dari 151 orang didapatkan lebih dari setengahnya responden (62,3%) sebanyak 94 orang mengalami hipertensi.

Kata Kunci: Gambaran, Kejadian Hipertensi

ABSTARCT

Hypertension is a major risk factor for heart disease, congestive heart failure, stroke, visual impairment and kidney disease. High blood pressure generally increases the risk of these complications. Untreated hypertension will affect all organ systems which ultimately shortens life expectancy by 10-20 years. This study aims to determine the incidence of hypertension in the elderly at the Lio Genteng Panjunan Astana Anyar Health Center in Bandung City. The type of research uses a correlation research method with a population of 241 people and sampling using purposive sampling involving 151 elderly people. The research instrument uses a hypertension knowledge questionnaire for the general public and a checklist sheet. Data analysis was carried out using univariate in the form of percentages. The results of the study obtained a description of the incidence of hypertension in the elderly at the Lio Genteng Health Center from 151 people, more than half of the respondents (62.3%) as many as 94 people experienced hypertension.

Keywords: Overview, Hypertension Incidence

PENDAHULUAN

Puskesmas Lio Genteng Panjuran Astana Anyar Kota Bandung adalah Unit pelaksana Teknis Dinas Kesehatan Kota Bandung yang bertanggung jawab terhadap penyelenggaraan Upaya kesehatan dan menjalankan program pemerintah yang menangani kasus hipertensi. Berdasarkan studi pendahuluan tahun 2023 di Puskesmas Lio Genteng jumlah penderita hipertensi sebanyak 327 orang (Medikal Record, 2023). Penyakit hipertensi pada tahun 2022 masuk kategori ke-2 dari 10 penyakit besar, didapatkan angka kejadian hipertensi pada tahun 2021 sebanyak 229 orang, tahun 2022 sebanyak 259 orang (naik 13,1%) dan tahun 2023 sebanyak 327 orang (naik 20,8%) (Alfalah dkk, 2022 ; Almatsier, S. 2020).

Berdasarkan angka kejadian tersebut, didapatkan bahwa kejadian hipertensi di Puskesmas hipertensi semakin meningkat setiap tahunnya. Hasil wawancara terhadap lima orang lansia yang mengalami hipertensi yang datang berobat di Puskesmas Lio Genteng, empat orang pasien lansia menyebutkan memiliki kebiasaan merokok minimal setengah bungkus sehari, jarang beraktivitas olahraga dan dari lima orang tersebut, dua orang dengan memiliki kelebihan berat badan. Data tersebut di atas menunjukkan adanya faktor-faktor risiko yang mendukung terjadinya hipertensi pada lansia yang juga mungkin mendukung meningkatnya angka kejadian hipertensi di Puskesmas Lio Genteng. (Alshammari, dkk, 2023 ; Arikunto, S. 2020)

Hipertensi yang paling banyak ditemui 90% dari semua kasus yang tidak diketahui pasti apa penyebabnya. Terlepas dari komponen genetik, lebih banyak wanita daripada pria dan lebih banyak orang-orang perkotaan daripada penduduk desa yang mengalami hipertensi primer. Selain itu stress psikologis kronis, baik pekerjaan atau kepribadian (frustasi atau stress) dapat menyebabkan hipertensi (Kemenkes RI, 2019 ; Sugiharto,2020).

Hipertensi sekunder mencakup 5-10% dari semua kasus hipertensi, dan penyebabnya biasanya bisa diobati. Pengobatan hipertensi sekunder harus diobati sedini mungkin. Hipertensi renal merupakan bentuk paling umum dari hipertensi sekunder yang disebabkan oleh iskemia ginjal yang

menyebabkan pelepasan renin di ginjal. Hipertensi hormonal terdiri dari beberapa penyebab yaitu *sindrom adrenogenital, primary hyperaldosteronism, Cushing's syndrome, Pheochromocytoma,* atau kontrasepsi. Hipertensi neurogenik disebabkan oleh ensefalitis, edema serebral, perdarahan serebral, dan tumor otak yang akan merangsang pusat sistem saraf simpatik di otak, sehingga tekanan darah meningkat (Kemenkes RI, 2019 ; Beck, M. E. 2021).

Hipertensi yang tidak diobati akan mempengaruhi semua sistem organ yang akhirnya memperpendek harapan hidup sebesar 10-20 tahun. Mortalitas pada pasien hipertensi lebih cepat apabila penyakitnya tidak terkontrol dan telah menimbulkan komplikasi ke beberapa organ vital. Sebab kematian yang sering terjadi adalah penyakit jantung dengan atau tanpa disertai stroke dan gagal ginjal. Dengan pendekatan sistem organ dapat diketahui komplikasi yang mungkin terjadi akibat hipertensi (Hoeymans, 2020 ; Bustan, M. N. 2020).

Novelty penelitian ini terletak pada penyajian gambaran kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Lio Genteng Panjuran Astana Anyar Kota Bandung yang hingga saat ini belum pernah dilaporkan secara spesifik dalam studi sebelumnya. Penelitian ini juga mengintegrasikan data kejadian hipertensi yang diukur melalui pemeriksaan tekanan darah dengan tingkat pengetahuan lansia mengenai hipertensi menggunakan kuesioner untuk masyarakat awam, sehingga menghasilkan informasi yang lebih komprehensif dibandingkan studi yang hanya menilai prevalensi hipertensi semata.

Selain itu, penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif berbasis populasi layanan primer, sehingga hasilnya dapat menjadi dasar perencanaan program edukasi kesehatan, skrining rutin, serta penguatan peran perawat komunitas dalam pengendalian hipertensi pada lansia di tingkat Puskesmas. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi baru berupa data lokal spesifik dan terukur yang dapat langsung digunakan sebagai dasar kebijakan pelayanan kesehatan lansia di Kota Bandung.

Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran kejadian hipertensi di Puskesmas Lio Genteng

KAJIAN PUSTAKA

Menurut organisasi kesehatan dunia, lanjut usia meliputi: usia 60-74 tahun (lansia muda), 75-90 tahun (lansia tua) (WHO, 2019) Sedangkan batasan usia lansia menurut Kemenkes RI (2020) yaitu : usia lansia awal yaitu 46-55 tahun, lansia akhir yaitu 56-65 tahun dan manula yaitu >65 tahun. (Gao, K, 2022 ; Hayes, 2022).

Tanda dan gejala hipertensi menurut Wong (2020) diantaranya merasakan sakit kepala ringan sampai berat, jantung berdebar-debar, sulit bernapas terutama setelah bekerja keras atau mengangkat beban berat. Selain dari itu mudah lelah, penglihatan kabur, wajah memerah, hidung berdarah, sering buang air kecil di malam hari, tinitus dan vertigo.

Lansia (lanjut usia) adalah seseorang yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupan. Kelompok yang dikategorikan lansia ini akan mengalami suatu proses yang disebut *Aging Process* atau proses penuaan (Wahyudi, 2020 ; Cortas dkk, 2020). Menua adalah suatu keadaan yang terjadi di dalam kehidupan manusia. Proses menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan. Menjadi tua merupakan proses alamiah yang berarti seseorang telah melalui tiga tahap kehidupan yaitu anak, dewasa dan tua (Herdiani. 2019).

Ketidaknyamanan emosional yang kita rasakan saat menghadapi situasi stres, tubuh kita bereaksi dengan melepaskan hormon stres (adrenalin dan kortisol) ke dalam darah. Hormon-hormon ini mempersiapkan tubuh untuk berespon dengan membuat jantung berdetak lebih cepat dan menyempitkan pembuluh darah untuk mengalirkan lebih banyak darah ke otot sehingga Anda memiliki lebih banyak kekuatan untuk bertindak. Dengan risiko terjadinya hal tersebut, maka pada pasien hipertensi harus bisa mengelola stres untuk mencegah keluarnya hormon stres (Kemenkes RI, 2019 ; Hall, J. E. 2021).

Karakteristik individu yang diwariskan orang tua atau segala potensi (baik fisik maupun psikis) yang dimiliki individu sejak masa konsepsi sebagai pewaris dari pihak orang tua melalui gen-gen (Wiranto, 2023 ; Yuliarto. (2020).

Adanya faktor genetik pada keluarga

tertentu akan menyebabkan keluarga itu mempunyai resiko hipertensi, hal ini berhubungan dengan peningkatan kadar sodium intraseluler dan rendahnya rasio antara potasium terhadap sodium. Individu dengan riwayat keluarga hipertensi mempunyai resiko 2 kali lipat lebih besar untuk menderita hipertensi dari pada orang yang tidak mempunyai keluarga dengan riwayat hipertensi. Insidensi hipertensi meningkat seiring dengan bertambahnya usia dan pria memiliki resiko menderita hipertensi lebih awal (Yogiantoro, 2021).

Seseorang dengan dengan penghasilan yang lebih tinggi cenderung memiliki akses yang lebih baik ke perawatan kesehatan, termasuk pemeriksaan rutin, pengobatan, dan program pencegahan yang dapat membantu mengelola hipertensi. Sehingga orang dengan penghasilan rendah biasanya tidak melakukan kontrol secara rutin mengenai kesehatan sehingga berisiko tinggi mengalami masalah kesehatan seperti hipertensi (Yogiantoro, 2021).

Disarankan untuk mengurangi makanan yang di goreng dan konsumsi natrium/sodium, sumber natrium/sodium yang utama adalah natrium klorida, penyedap masakan *monosodium glutamate* (MSG) dan *sodium karbonat*. Konsumsi garam dapur (mengandung iodium) yang dianjurkan lebih dari 6 gram per hari, setara dengan satu sendok teh. Dalam kenyataannya konsumsi berlebihan karena budaya masak memasak masyarakat kita yang umumnya boros menggunakan garam dan MSG. Asupan garam yang tinggi akan menyebabkan pengeluaran berlebihan dari hormon natrio uretik yang secara tidak langsung akan meningkatkan tekanan darah (Yugiantoro, 2021;).

Pola aktivitas pada penderita hipertensi yaitu adanya kebiasaan olahraga. Olahraga adalah aktivitas tubuh berupa permainan yang berisikan perjuangan melawan unsur-unsur alam, orang lain atau diri sendiri. Salah satu manfaat dari aktivitas fisik yaitu menjaga tekanan darah tetap stabil dalam batas normal (Ina, 2020 ; Hoeymans., 2020). Olahraga yang baik setidaknya dilakukan minimal 30menit dan dilakukan 3x/minggu (Wirakhmi, 2023; Ina, Y, 2020).

Upaya peningkatan *self awareness* (kepedulian) dalam mengobati dan mencegah

komplikasi dari hipertensi maka diperlukan kontrol rutin ke tempat pelayanan kesehatan minimal sebulan sekali (Utami, 2021 ; Efriandi, N. dkk. (2022)). Penelitian Emiliana (2019) mengenai analisis kepatuhan kontrol berobat pasien hipertensi rawat jalan didapatkan hasil bahwa penderita hipertensi yang tidak kontrol secara rutin berisiko meningkatkan kekambuhan hipertensi dan juga komplikasi.

Penyakit penyerta hipertensi terutama pada lansia seperti penyakit jantung koroner, infark jantung, stroke, gagal ginjal dan diabetes mellitus (Utami, 2021 ; Fadillah, A. 2023). Lama menderita hipertensi bisa mempengaruhi terhadap pengobatan yang dijalani dan parahnya hipertensi yang dialami. Hal tersebut bisa berkaitan dengan kepatuhan pasien dalam pengobatan (Weo, 2022 ; Arikunto, S. 2020). Hipertensi merupakan gangguan asimtomatik yang sering terjadi ditandai dengan peningkatan tekanan darah secara persisten (Potter dan Perry, 2020).

Hipertensi merupakan penyakit yang berhubungan dengan tekanan darah manusia. Tekanan darah itu sendiri didefinisikan sebagai tekanan yang terjadi di dalam pembuluh arteri manusia ketika darah dipompa oleh jantung ke seluruh anggota tubuh (Ridwan, 2021 ; Emiliana, N. 2019). Hipertensi adalah peningkatan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dalam selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang (Kemenkes RI, 2019 ; Sutrisno. 2023).

Insidensi hipertensi meningkat seiring dengan penambahan umur, pasien yang berumur diatas 60 tahun (Kemenkes RI, 2019). Lansia yang berumur >60 tahun berisiko tinggi mengalami hipertensi (Nurjanah, 2021; Meouchy, et.al. 2022). Hasil ini sesuai dengan penelitian bahwa dalam penelitian ini responden yang diteliti yaitu dengan usia 60 tahun yang merupakan insiden usia terbanyak kejadian hipertensi di Puskesmas Lio Genteng.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian korelasi, yaitu jenis penelitian yang dilakukan terhadap variabel yang diteliti dengan cara menghubungkan dengan variabel yang lain (Sugiyono, 2021; Stanley, 2019). Penelitian ini

menggunakan pendekatan *cross sectional*, yaitu melihat hubungan antara variabel yang diteliti pada suatu kurun waktu bersamaan (Notoadmodjo, 2020 ; Irza, A. 2020).

Dengan jumlah populasi sebanyak 241 orang dan pengambilan sampel menggunakan purposive sampling melibatkan 151 orang lansia. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner pengetahuan hipertensi untuk masyarakat awam dan lembar ceklist. Analisa data dilakukan dengan univariat berupa persentase dan analisis bivariat dengan uji rank spearman.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Isi dari bab ini akan diuraikan mengenai hasil dan pembahasan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap responden mengenai Variabel independen berupa pengetahuan, kebiasaan merokok, aktivitas fisik dan IMT serta variabel dependennya yaitu kejadian hipertensi.

Tabel 1. Gambaran Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Lio Genteng Panjunan Astana Anyar Kota Bandung (n= 151 orang)

Kejadian Hipertensi	Frekuensi	Persentase
Tidak Hipertensi	57	37,7%
Hipertensi	94	62,3%
Total	151	100%

Berdasarkan tabel di atas mengenai gambaran kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Lio Genteng dari 151 orang didapatkan lebih dari setengahnya responden (62,3%) sebanyak 94 orang mengalami hipertensi.

Berdasarkan tabel di atas Hipertensi merupakan gangguan asimtomatik yang sering terjadi ditandai dengan peningkatan tekanan darah secara persisten (Potter dan Perry, 2020 ; Erman, 2021). Hipertensi merupakan penyakit yang berhubungan dengan tekanan darah manusia. Tekanan darah itu sendiri didefinisikan sebagai tekanan yang terjadi di dalam pembuluh arteri manusia ketika darah dipompa oleh jantung ke seluruh anggota tubuh (Ridwan, 2021; Jia, G. 2023).

Hipertensi adalah peningkatan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dalam selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang (Kemenkes RI, 2019 ; Sukmana, T. 2019).

Insidensi hipertensi meningkat seiring dengan penambahan umur, pasien yang berumur diatas 60 tahun (Kemenkes RI, 2019). Lansia yang berumur >60 tahun beresiko tinggi mengalami hipertensi (Nuraeni, 2020 ; Muhibbin. 2020). Hasil ini sesuai dengan penelitian bahwa dalam penelitian ini responden yang diteliti yaitu dengan usia 60 tahun yang merupakan insiden usia terbanyak kejadian hipertensi di Puskesmas Lio Genteng.

Penelitian Nuraeni (2020) dan Lesmana, I. (2020) mengenai hubungan umur dengan kejadian hipertensi didapatkan hasil bahwa umur yang berisiko tinggi mengalami hipertensi yaitu umur >60 tahun (lansia), pendidikan rendah dan jenis kelamin perempuan.

Menurut asumsi peneliti, usia yang paling banyak mengalami hipertensi yaitu usia lansia dikarenakan penyakit hipertensi merupakan penyakit degeneratif sehingga semakin tinggi usia maka akan semakin berisiko mengalami hipertensi.

KESIMPULAN

Dari 151 orang didapatkan lebih dari setengahnya responden (62,3%) sebanyak 94 orang mengalami hipertensi. Insidensi hipertensi meningkat seiring dengan penambahan umur, pasien yang berumur diatas 60 tahun (Kemenkes RI, 2019). Lansia yang berumur >60 tahun beresiko tinggi mengalami hipertensi (Nuraeni, 2020 ; Soares, 2021). Hasil ini sesuai dengan penelitian bahwa dalam penelitian ini responden yang diteliti yaitu dengan usia 60 tahun yang merupakan insiden usia terbanyak kejadian hipertensi di Puskesmas Lio Genteng.

Menurut asumsi peneliti, usia yang paling banyak mengalami hipertensi yaitu usia lansia dikarenakan penyakit hipertensi merupakan penyakit degeneratif sehingga semakin tinggi usia maka akan semakin berisiko mengalami hipertensi.

REFERENSI

- Alfalah N., Hasni D., dan Ferianto, B. (2022). Hubungan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi pada Perempuan Minangkabau. *Jurnal Poltekita Ilmu Kesehatan*. Vol. 15. No. 4. <https://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/JIK/article/view/823>.
- Almatsier, S. (2020). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Alshammari, S. A., Alshathri, A. H., Alshathri, A. H., Aleban, S. A., Alabdullah, D. W., Abukhlaled, J. K. & Aldharman, S. S. (2023). Assessment of Public Knowledge of Hypertension Among the Saudi Population. *Cureus*, 15(4), 1–9. <https://doi.org/10.7759/cureus.37649>.
- Arikunto, S. (2020). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Edisi Revisi. Jakarta: PT. Rineka Karya.
- Beck, M. E. (2021). *Ilmu Gizi Dan Diet Hubungannya Dengan Penyakit-Penyakit Untuk Perawat Dan Dokter*. Jakarta: EGC.
- Bustan, M. N. (2020). *Epidemiologi Penyakit Menular*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Cortas, K. (2020). "High Blood Pressure", (*emedicine.com*), http://www.emedicinehealth.com/high_blood_pressure.
- Dinkes Kota Bandung. (2022). *Profil Kesehatan Kota Bandung*. Bandung: Dinas Kesehatan Kota Bandung.
- Efriandi, N. dkk. (2022). *Hubungan Perilaku Merokok dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Produktif di Wilayah Kerja*

- Puskesmas Jekan Raya*. Jurnal Surya Medika, 9(1). 143. <https://journal.umpr.ac.id/index.php/jsm/article/view/5157>.
- Emiliana, N. (2019). *Analisis Kepatuhan Kontrol Berobat Pasien Hipertensi Rawat Jalan Pada Pengunjung Puskesmas Pisangan*. Jurnal Kajian dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat, 1(2). <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/AN-NUR/article/viewFile/8766/5272>
- Erman. (2021). *Hubungan merokok dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Kampus Palembang*. JKM: Jurnal Keperawatan Merdeka, 1(1). <https://jurnal.poltekkespalembang.ac.id/index.php/jkm/article/view/983>
- Fadillah, A. (2023). *Determinan Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat di Wilayah Puskesmas Toddopuli Kota Makassar*. Window of Public Health Journal;4(6). <https://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/wop/article/view/1575>.
- Gao, K. (2022). *The Life-Course Impact of Smoking on Hypertension, Myocardial Infarction and Respiratory Diseases*. Journal Scientific. 4(2). <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5489535>.
- Hall, J. E. (2021). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Jakarta: EGC.
- Hayes, P. (2022). *Physical Activity and Hypertension*. Reviews in Cardiovascular Medicine. 23(9). <https://www.imrpress.com/journal/RCM/23/9/10.31083/j.rcm2309302>.
- Herdiani. (2019). *Hubungan IMT Dengan Hipertensi pada Lansia di Kelurahan Gayungan Surabaya*. Medical Technology and Public Health Journal, 3(2). <https://journal2.unusa.ac.id/index.php/MTPHJ/article/view/1179>.
- Hoeymans. (2020). *Gerontological Nursing Concept and Practice*. Jakarta: EGC.
- Ina, Y. (2020). *Berdamai dengan Hipertensi*. Jakarta: Bumi Medika.
- Irza, A. (2020). *Analisis Faktor-Faktor Risiko Hipertensi pada Masyarakat Nagari Bungo Tanjung, Sumatera Barat*. Medan : Jurnal Fakultas Farmasi Universitas Sumatera Utara.3(2). <https://journal2.unusa.ac.id/index.php/MTPHJ/article/view/1179>.
- Jia, G. (2023). *Obesity in Hypertension: The Role of the Expanding Waistline Over the Years and Insights Into the Future*. Asa Journals. 16(4). <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38018438/>.
- Kemendes RI. (2019). Definisi Aktivitas fisik. Jakarta. Kemendes RI <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/apa-definisi-aktivitas-fisik>.
- Kemendes RI. (2019). *Kejadian Hipertensi di Indonesia*. Jakarta: Kemendes RI.
- Kemendes RI. (2022). *Petunjuk Teknis Pos Pembinaan Terpadu penyakit Tidak Menular*. Jakarta: Dirjen Pengendalian Penyakit dan Penyehatan Lingkungan dan Direktorat Pengendalian Penyakit Tidak Menular.
- Kumar, V. (2020). *Buku Ajar Patologi Anatomi*. Jakarta: EGC.

- Lesmana, I. (2020). Prinsip Dasar Olahraga. Jakarta: UIEO. [/jkft/article/view/1996/1234](#).
- Lestari, Puji, Yunita, dan Mona S. (2020). *Hubungan Antara Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Dewasa di Puskesmas Kedu Kabupaten Temanggung*. Jurnal Kesehatan Primer. 5(2). <https://jurnal.poltekkeskupang.ac.id/index.php/jkp/article/view/440>.
- Lestari, Nasution dan Prastia.(2023). *Hubungan antara Aktivitas Fisik, Kebiasaan Merokok dan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Kelurahan Cibogor*. Jurnal Promotor: Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat. 6(3). <https://ejournal2.uika-bogor.ac.id/index.php/promotor/article/download/255/146/732>.
- Meouchy, et.al. (2022). *Hypertension Related To Obesity: Pathogenesis, Characteristics and Factors for Control*. Molecular Sciences. 6(12). <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9604511/>.
- Muhibbin. (2020). *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Nasution, S. (2020). *Penyakit Jantung: Hipertensi*. Jakarta: Interna Publishing.
- Notoatmodjo, S. (2020). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2021). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nuraeni (2020). *Hubungan Umur dengan Kejadian Hipertensi Klinik X Kota Tangerang*. Jurnal JKFT: Universitas Muhammadiyah Tangerang. 4(1). <https://jurnal.umt.ac.id/index.php>
- Nurjanah, N. (2021). *Bebas Hipertensi dengan Terapi*. Jakarta: Puspa Swara.
- Nursalam. (2021). *Manajemen Keperawatan Aplikasi dalam Praktik Keperawatan Profesional Edisi 3*. Yogyakarta: Salemba Medika.
- Potter & Perry. (2020). *Fundamental of Nursing: Konsep, Proses and Practice*. Jakarta: EGC.
- Price, A.S., dan Wilson, M. (2020). *Patofisiologi Konsep Klinis Proses-proses Penyakit*. Jakarta: EGC.
- Rahmatillah, D. (2020). *Hubungan Karakteristik, Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Tekanan Darah pada Lanjut Usia di Posbindu*. Social Pharmacy Clinical Indonesia Journal, 5(1). <http://ojs.phb.ac.id/index.php/jcs/article/view/1174>.
- Soares, J. (2021). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Penderita Hipertensi Terkait Penyakit Hipertensi*. Jurnal Keperawatan, 10(1). <https://jurnal.akpergshwng.ac.id/index.php/kep/article/view/13/13>.
- Stanley. (2019). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Jakarta: EGC.
- Sugiharto, A. (2020). *Faktor-Faktor Risiko Hipertensi Grade II pada Masyarakat*. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta, Bandung.
- Sutrisno. (2023). *Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Wilayah Puskesmas 1 Godong Kabupaten Grobogan*. Jurnal The

- Shine Cahaya Dunia. 8(2).
<https://ejournal.annurpurwodadi.ac.id/index.php/TSCS1Kep/article/view/444>.
- Utami, P. (2021). *Solusi Sehat Mengatasi Hipertensi*. Jakarta: Agromedia Pustaka.
- Wahyudi, N. (2020). *Keperawatan Gerontik & Geriatric*. Jakarta: EGC.
- Weo, Y.N (2022). *Hubungan Lama Menderita Hipertensi dengan Tingkat Kecemasan pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kopeta Kecamatan Alok Kabupaten Sikka*. Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat. 9(1).
<https://jkkmfikesunipa.nusanipa.ac.id/index.php/hlj-Unipa/article/view/91/81>.
- Wirakhmi. (2023). *Hubungan Aktivitas Fisik dengan Hipertensi Pada Lanjut Usia di Puskesmas Kutasari*. Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS). 7(1).
<https://ejournal.urindo.ac.id/index.php/jukmas/article/view/2385>.
- Wiranto, E. (2023). *Hubungan Pengetahuan dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Jekan Raya Kota Palangka Raya Provinsi Kalimantan Tengah*. Jurnal Surya Medika. 9(1).
<https://journal.umpr.ac.id/index.php/jsm/article/download/5189/3204/19941>.
- WHO. (2019). *Klasifikasi Lansia*.
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
- WHO. (2022). *Prevalensi Hipertensi*.
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>.
- Wong, N. (2020). *Hypertension and Cardiovascular Disease: Contributions of the Framingham Heart Study*. Global Heart; 8(1).
<https://academic.oup.com/ajh/article-abstract/25/5/561/2282046>.
- Yogiantoro, M. (2021). *Hipertensi Esensial*. Jakarta: Interna Publishing.
- Yulianto. (2020). *Latihan Fisik dan Kekebalan Tubuh*. Journal Mediakora. 4(1).
<https://journal.uny.ac.id/index.php/medikora/article/view/4711>.

Profil Penulis

Tita Puspita Ningrum

Dosen Keperawatan Universitas ARS

Erna Irawan

Dosen Keperawatan Universitas ARS

Rita Damayanti

Dosen Keperawatan Universitas ARS

Hilman Mulyana

Dosen Keperawatan Stikes Mitra Tasik

Yesi Sri Lestari

Mahasiswa Keperawatan Universitas ARS