

# JURNAL

## PROMOTIF PREVENTIF

### Efektivitas Edukasi Kesehatan Tentang *Social Support* Dalam Meningkatkan Perilaku *Self-care Management* Pada Lansia Dengan Hipertensi

*The Effectiveness of Health Education about Social Support in Improving Self-care Management Behavior in Elderly People with Hypertension*

Wahyu Ardita Yuliyanti, Wachidah Yuniarika\*

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

#### Article Info

##### Article History

Received: 30 Okt 2025

Revised: 21 Nov 2025

Accepted: 10 Des 2025

#### ABSTRACT / ABSTRAK

*The prevalence of hypertension cases in the elderly group has increased significantly as a result of decreased body function and the ability to manage self-care through daily behavior, thus hindering optimal blood pressure management. This condition emphasizes the need for a comprehensive intervention strategy, one of which is through health education combined with strengthening social support. This study aims to analyze changes in self-care management behavior at the pre and post implementation stages of health education interventions on social support in the elderly with hypertension. This study employed a quasi-experimental study with a one-group pretest-posttest design, involving 35 elderly respondents with hypertension determined through purposive sampling techniques. Health education interventions using flipchart media that have been validated for content at the community health center with a two-sided format containing visual images on the front and a structured explanatory narrative about social support on the back. The data collection process for the pre and post intervention stages used the HSMBQ questionnaire with item validity values (Sig 0.001-0.046). Data analysis using the Wilcoxon Signed Rank Test showed a significant increase in self-care management behavior ( $p = 0.001$ ). These findings indicate that social support-based health education is proven to be effective in improving self-care management behavior in elderly people with hypertension. Supporting strategies for controlling hypertension in community-based elderly groups can be enriched through recommendations for implementing this intervention.*

**Keywords:** *Health education, social support, self-care management, elderly hypertension*

Prevalensi kasus hipertensi pada kelompok usia lanjut mengalami peningkatan signifikan sebagai akibat penurunan fungsi tubuh dan kemampuan melakukan manajemen perawatan diri melalui perilaku harian sehingga menghambat pengelolaan tekanan darah secara optimal. Kondisi tersebut menegaskan perlunya strategi intervensi komprehensif, salah satunya melalui edukasi kesehatan yang dipadukan dengan penguatan dukungan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perubahan perilaku manajemen perawatan diri sebelum dan sesudah penerapan intervensi edukasi kesehatan tentang dukungan sosial pada lansia dengan hipertensi. Penelitian ini menerapkan studi *quasi-eksperimental* dengan rancangan *one group pretest-posttest design*, melibatkan 35 responden lansia dengan hipertensi yang ditentukan melalui teknik *purposive sampling*. Intervensi edukasi kesehatan menggunakan media lembar balik yang telah divalidasi konten di puskesmas dengan format dua sisi berisi visual gambar di depan dan narasi penjelasan terstruktur tentang dukungan sosial di belakang. Proses perolehan data tahap pra dan pasca intervensi menggunakan kuesioner HSMBQ dengan nilai validitas item (Sig 0,001-0,046). Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan terjadinya peningkatan perilaku manajemen perawatan diri yang signifikan ( $p = 0,001$ ). Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan berbasis dukungan sosial terbukti efektif meningkatkan perilaku manajemen perawatan diri pada lansia dengan hipertensi. Strategi pendukung pengendalian hipertensi pada kelompok lansia berbasis komunitas dapat diperkaya melalui rekomendasi penerapan intervensi ini.

**Kata kunci:** *Edukasi kesehatan, dukungan sosial, manajemen perawatan diri, hipertensi lansia*

#### Corresponding Author:

Name : Wachidah Yuniarika

Affiliate : Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Address : Jl. A. Yani No. 157, Pabelan, Kartasura, Sukoharjo, Jawa Tengah 57162, Indonesia

Email : wachidah.yuniartika@ums.ac.id

## PENDAHULUAN

Hipertensi secara klinis merujuk pada kondisi tekanan darah tinggi yang menjadi tantangan kesehatan dengan peningkatan jumlah kejadian setiap tahunnya sejalan dengan proses pertambahan usia oleh seorang individu (Erwanindyasari & Yuniartika, 2025). Hipertensi merupakan permasalahan kesehatan yang secara umum terjadi sebagai akibat dari penurunan secara struktur dan fungsi pembuluh darah perifer dalam menjalankan tugas untuk mengatur perubahan dari tekanan darah (Fatmasari, 2025). Pada kelompok usia lanjut, hipertensi menjadi faktor yang berkontribusi besar terhadap angka morbiditas dan mortalitas, serta dapat memicu berbagai komplikasi berat jika tidak dilakukan pengelolaan secara optimal (Yulita Meo et al., 2023). Hipertensi diklasifikasikan sebagai penyakit kronis tidak menular yang menunjukkan prevalensi tertinggi pada populasi usia lanjut (Ekarini et al., 2020).

Kasus dari penyakit hipertensi pada usia lanjut menduduki peringkat pertama teratas di dunia sebagai penyakit yang berakibat kepada kematian (Syarli & Arini, 2021). WHO sebagai organisasi kesehatan dunia melaporkan bahwa pada tahun 2022 sebanyak 60–70% lansia di dunia mengidap penyakit hipertensi yang secara substansial meningkatkan probabilitas terjadinya penyakit kardiovaskular, serebrovaskular (*stroke*), bahkan mortalitas (WHO, 2023). Di Indonesia sendiri, kasus hipertensi menempati urutan ke tiga penyakit yang berakibat kepada kematian dengan sasaran usia lanjut setelah penyakit stroke dan tuberkulosis (Astuti Atmaja et al., 2024). Pada tahun 2023 jumlah lansia yang mengidap penyakit hipertensi di Indonesia mencapai 34,1% dari total keseluruhan lansia, dengan 43.398 jiwa berusia 65–74 tahun dan 16.083 jiwa berusia >75 tahun (SKI, 2023). Jawa Tengah memiliki proporsi lansia dengan kasus hipertensi tertinggi di Indonesia, yakni 32,5% (Kemenkes, 2020). Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo menyampaikan bahwa terjadinya kasus hipertensi yang menyerang usia lanjut pada tahun 2023 sebanyak 87.950 jiwa (Sukoharjo, 2024).

Kenaikan prevalensi hipertensi yang terjadi pada kelompok usia lanjut berkaitan dengan terjadinya penurunan secara fisik, fungsional, dan kognitif sebagai bagian dari proses degeneratif. Kondisi tersebut dapat memberikan dampak secara langsung terhadap kemampuan individu lansia dalam mengelola perilaku sehari-hari (Triwibowo et al., 2022). Pengelolaan aktivitas sehari-hari dilakukan sebagai sarana mengendalikan faktor resiko dari kasus hipertensi yang diterapkan melalui perilaku manajemen perawatan diri, (Yuniartika & Bima Murti, 2020). Dalam penerapan manajemen perawatan diri pada hipertensi terbukti masih banyak individu yang pada akhirnya tidak mengikuti anjuran penggunaan obat secara rutin atau tidak dapat menerapkan pengurangan konsumsi garam yang berakibat pada tekanan darah tidak terkontrol sehingga sampai saat ini prevalensi individu usia lanjut dengan hipertensi masih menunjukkan angka yang besar (Calisanie & Lindayani, 2021).

Secara programatik, pendekatan pengendalian kasus hipertensi pada usia lanjut masih berfokus pada terapi farmakologis dan pemantauan klinis rutin, sementara upaya promotif melalui penguatan perilaku *self-care management* belum menjadi prioritas dalam strategi layanan kesehatan primer (Hijriana & Mardhiah, 2024). Pendekatan ini menunjukkan adanya kesenjangan antara kebutuhan lansia dalam mengelola penyakit kronis secara mandiri dan intervensi yang tersedia di lapangan. Program edukasi kesehatan umumnya hanya berfokus pada pengendalian tekanan darah dan kepatuhan minum obat, namun belum banyak mengintegrasikan aspek dukungan sosial sebagai bagian dari intervensi.

Edukasi kesehatan merupakan salah satu strategi penting dalam meningkatkan pengetahuan, kemampuan, dan motivasi individu dalam mengelola penyakit kronis. Dengan adanya edukasi yang terstruktur dapat menghasilkan perubahan perilaku yang signifikan ketika materi yang disampaikan relevan (Yuniartika et al., 2022). Dalam konteks lansia dengan hipertensi, kehadiran dukungan sosial yang memadai berperan penting dalam meningkatkan kualitas hidup individu seperti menjaga kesejahteraan secara fisik, mental, dan emosional individu serta dapat mendorong konsistensi penerapan perilaku manajemen perawatan diri pada hipertensi (Novendra et al., 2021). Dengan demikian, edukasi kesehatan tentang *social support* dapat menjadi intervensi yang potensial untuk memperkuat perilaku *self-care management* pada lansia.

Dalam penelitian sebelumnya mengindikasikan adanya keterkaitan yang signifikan antara tingkat dukungan sosial yang diterima oleh individu dengan penerapan perilaku manajemen diri pada hipertensi (Khomsatun & Sari, 2022). Meskipun demikian, penelitian yang secara spesifik mengkaji efektivitas edukasi kesehatan yang berfokus pada penguatan dukungan sosial dalam meningkatkan *self-care management* pada lansia masih sangat terbatas. Kondisi ini semakin relevan mengingat lansia dengan hipertensi sering menghadapi hambatan fisik, psikologis, dan sosial, serta memiliki ketergantungan yang tinggi pada dukungan keluarga maupun lingkungan dalam menjalankan praktik perawatan diri secara konsisten. Selain itu, karakteristik wilayah Kabupaten Sukoharjo yang beragam, baik dari aspek sosial maupun akses informasi kesehatan, menjadi faktor penting yang perlu dikaji lebih mendalam. Dengan mempertimbangkan berbagai temuan dan kesenjangan yang telah diuraikan, penelitian ini dilaksanakan untuk menganalisis efektivitas edukasi kesehatan tentang *social support* dalam meningkatkan perilaku *self-care management* pada lansia dengan hipertensi.

## BAHAN DAN METODE

Pendekatan penelitian ini bersifat kuantitatif dalam bentuk *quasi-eksperimental* dengan menerapkan desain *one group pretest-posttest* yang mengacu pada perbandingan skor penilaian perilaku *self-care management* antara sebelum pemberian intervensi dengan setelah pemberian intervensi berupa edukasi kesehatan tentang *social support*. Dalam desain penelitian ini, bersifat satu kelompok sehingga tanpa menghadirkan kelompok kontrol sebagai dasar perbandingan. Penelitian ini melibatkan variabel *independent* berupa edukasi kesehatan tentang *social support* dengan tema “Dirangkul Dukungan Dikuatkan Perawatan: Lansia Mandiri Hadapi Hipertensi”. Materi edukasi meliputi definisi hipertensi, tanda dan gejala hipertensi, definisi *self-care management* pada hipertensi, aspek *self-care management* pada hipertensi, definisi *social support*, peran penting *social support* pada usia lanjut dengan hipertensi, jenis-jenis *social support*, sumber *social support*, dan contoh perilaku penerapan *social support*. Sedangkan untuk variabel *dependent* berupa perilaku *self-care management* pada lansia dengan hipertensi yang ditentukan berdasarkan 5 aspek seperti integrasi atau koherensi diri, pengendalian diri, hubungan dengan praktisi kesehatan serta pihak lainnya, pengawasan tekanan darah, dan ketaatan terhadap ketentuan yang direkomendasikan.

Teknik *purposive sampling* diterapkan dalam menetapkan sampel penelitian, yang didasarkan pada landasan kriteria yang telah ditetapkan. Kriteria inklusi yang digunakan antara lain kelompok usia lanjut dengan hipertensi kategori 1 dan 2, riwayat hipertensi pendek

yaitu 1-5 tahun, tinggal di lingkungan sosial sehingga memungkinkan untuk berpartisipasi (tinggal di rumah dengan minimal 1 orang anggota keluarga dan berkegiatan bersama lansia), tidak menjalani kontrol secara rutin setiap bulannya terhadap penyakit hipertensi, dan tidak rutin mengkonsumsi obat anti hipertensi dalam kesehariannya. Sedangkan untuk kriteria eksklusi mencakup lanjut usia dengan keterbatasan kognitif dan fisik sehingga menghambat partisipasi dalam berkomunikasi, aktivitas fisik, dan intervensi. Penentuan jumlah sampel pada teknik *purposive sampling* merujuk pada ketentuan minimal 30 responden (Sugiyono, 2019). Dalam penelitian ini, peserta yang memenuhi persyaratan inklusi ditetapkan sejumlah 35 responden usia lanjut dengan hipertensi.

Penelitian ini berlangsung di Posyandu Lansia Desa Purbayan, Kecamatan Baki, Kabupaten Sukoharjo dengan waktu pelaksanaan pada bulan Juli-September 2025. Sebagai instrumen penelitian, data dikumpulkan melalui kuesioner yang disediakan untuk responden. Kuesioner tersebut adalah kuesioner *Hypertension Self-Management Behavior Questionnaire* (HSMBQ) yang disusun oleh Nargis Akhter pada tahun 2010 dalam penelitiannya yang berjudul "*Self-Management Among Patients with Hypertention in Bangladesh*" dengan 40 item penilaian perilaku menggunakan skala penilaian 1-4 (tidak pernah-selalu). Instrumen kuesioner HSMBQ dinyatakan valid dan reliabel dengan nilai Cronbach's Alpha  $> 0,70$ . Penelitian ini melibatkan penggunaan media edukasi kesehatan berupa lembar balik yang telah dilakukan uji validitas konten atau media oleh ahli promosi kesehatan di puskesmas. Penelitian ini telah disetujui secara etik oleh Komite Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan nomor referensi : 1679/KEPK-FIK/XI/2025.

Pengumpulan data dilakukan bersamaan dengan jadwal pelaksanaan posyandu. Pada tahap awal, peneliti mengidentifikasi calon subjek penelitian melalui pemeriksaan tekanan darah dan wawancara untuk memastikan kriteria inklusi, yaitu lansia dengan hipertensi kategori 1 dan 2 dan riwayat hipertensi pendek (1-5 tahun). Responden yang memenuhi kriteria inklusi diberikan penjelasan terkait rencana penelitian, lembar *informed consent*, serta kuesioner HSMBQ untuk pengukuran perilaku *self-care management* sebagai data *pretest*. Dalam proses pengisian *informed consent* dan kuesioner, peneliti dibantu oleh kader posyandu serta keluarga lansia untuk memastikan kelengkapan dan pemahaman responden. Setelah seluruh responden menyelesaikan *pretest*, peneliti memberikan intervensi berupa edukasi kesehatan tentang *social support* dengan sasaran lansia, keluarga lansia, dan kader posyandu. Dua bulan setelah intervensi, peneliti kembali mengumpulkan data dari responden menggunakan kuesioner HSMBQ yang sama untuk memperoleh data *posttest*. Setelah data terkumpul, pemilihan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* diterapkan dalam analisis data yang didasarkan pada hasil uji normalitas yaitu data menunjukkan pola distribusi tidak normal. Dengan nilai signifikansi 0,001 ( $p < 0,05$ ), analisis data mengindikasikan adanya perbedaan signifikan dari skor penilaian perilaku *self-care management* antara *pretest* dan *posttest*.

## **HASIL**

Sejumlah 35 responden berpartisipasi dalam penelitian ini dengan distribusi karakteristik menunjukkan bahwa kriteria responden berdasarkan usia dalam rentang 60–69 tahun sejumlah 19 responden (54.3%), berjenis kelamin perempuan sejumlah 22 responden

(62.9%), memiliki hasil pemeriksaan tekanan darah antara 140-159 / 90-99 mmHg sejumlah 24 responden (68.6%), tingkat pendidikan SMA/SMK sejumlah 15 responden (42.9%), dan jenis pekerjaan sebagai buruh sejumlah 10 responden (28.6%).

**Tabel 1** Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

	Karakteristik	n = 35	%
Usia (tahun)	60 – 69	19	54,3
	70 – 79	11	31,4
	≥ 80	5	14,3
Jenis Kelamin	Laki-laki	13	37,1
	Perempuan	22	62,9
Tekanan Darah	140-159 / 90-99 mmHg	24	68,6
	≥ 160/100 mmHg	11	31,4
Tingkat Pendidikan	SD	1	2,9
	SMP	10	28,6
	SMA/SMK	15	42,9
	D3/S1	9	25,7
Jenis Pekerjaan	Tidak Bekerja	6	17,1
	Ibu Rumah Tangga	8	22,9
	Buruh	10	28,6
	Karyawan Swasta	3	8,6
	Pensiunan	8	22,9

Sumber: Data Primer, 2025

Analisis hasil penilaian perilaku *self-care management* pada lansia dengan hipertensi sebelum pemberian edukasi kesehatan didapatkan bahwa perilaku dengan kategori cukup sejumlah 20 responden (57.1%), perilaku kurang sejumlah 13 responden (37.1%), perilaku baik sejumlah 2 responden (5.7%). Setelah dilakukan pemberian edukasi kesehatan didapatkan bahwa perilaku baik sejumlah 19 responden (54.3%), perilaku cukup sejumlah 13 responden (37.1%) dan perilaku kurang sejumlah 3 responden (8.6%).

**Tabel 2.** Frekuensi Perilaku *Self-care Management* Sebelum dan Sesudah Pemberian Edukasi Kesehatan *Social Support*

	Kategori	n = 35	%
Perilaku Sebelum Pemberian Edukasi Kesehatan	Baik	2	5,7
	Cukup	20	57,1
	Kurang	13	37,1
Perilaku Sesudah Pemberian Edukasi Kesehatan	Baik	19	54,
	Cukup	13	37,1
	Kurang	3	8,6

Sumber: Data Primer (diolah), 2025

Berdasarkan uji hipotesis menggunakan metode analisis *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan nilai *sig* 0,001 atau *sig* < 0,05. Hal tersebut menegaskan bahwa hipotesis 0 ditolak

atau hipotesis alternatif diterima dengan kesimpulan yang didapatkan adalah terdapat pengaruh yang signifikan dalam penerapan edukasi kesehatan tentang *social support* dalam meningkatkan perilaku *self-care management* pada lansia dengan hipertensi.

**Tabel 3.** Uji Hipotesis melalui *Wilcoxon Signed Rank Test*

Penerapan Perilaku	Z	Sig.(p-value)	Kesimpulan
Pre test – Post test	-5.160	.000	Signifikan

Sumber: Data Primer (diolah), 2025

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan edukasi kesehatan tentang *social support* berpengaruh signifikan terhadap peningkatan perilaku *self-care management* pada lansia dengan hipertensi ( $p = 0,001$ ) dengan adanya peningkatan proporsi perilaku dengan mayoritas kategori cukup (57.1 %) menjadi baik (54.3 %) yang mampu mendorong perubahan nyata pada kelompok usia lanjut. Temuan ini menunjukkan bahwa adanya penerapan edukasi kesehatan yang disampaikan secara interaktif dan kontekstual, dengan melibatkan lingkungan sosial dari lansia mampu meningkatkan kesadaran dan motivasi bagi kelompok usia lanjut dalam melakukan perawatan diri secara mandiri. Hal tersebut sejalan dengan penelitian sebelumnya dalam Cahyani et al., (2025) yang menegaskan bahwa pemberian edukasi kesehatan secara terstruktur dapat memperbaiki kepatuhan dalam pengobatan, pemantauan tekanan darah, serta pengelolaan gaya hidup pada individu dengan hipertensi. Secara teoritis, perubahan tersebut dapat dijelaskan melalui *Health Belief Model* (HBM), dimana aspek pengetahuan dan *social support* meningkatkan persepsi dan kepercayaan diri pada individu dalam mengelola kesehatannya.

Ditinjau secara kritis, efektivitas dari penerapan intervensi edukasi kesehatan tentang *social support* dipengaruhi oleh karakteristik responden. Sebagian besar lansia yang berada dalam rentang usia 60-69 tahun masih memiliki kapasitas kognitif dan kondisi fisik yang baik dalam menerima dan menerapkan informasi kesehatan yang baru, sementara mayoritas tingkat pendidikan dari responden adalah pendidikan menengah (SMA/SMK) sehingga memiliki literasi kesehatan yang memadai untuk memahami terkait materi edukasi. Hal tersebut memperkuat temuan dalam (Afni, 2021) yang menegaskan bahwa tingkatan pendidikan pada individu memiliki hubungan positif dengan kemampuan pengambilan keputusan terkait pengelolaan penyakit kronis. Selain itu, dominansi responden berjenis kelamin perempuan (62.9 %) turut memperkuat hasil dalam penelitian dikarenakan pada individu berjenis kelamin perempuan cenderung memiliki *health-seeking behavior* yang lebih baik serta dinilai lebih aktif dalam mengelola kondisi kesehatan serta berkegiatan secara sosial (Ballering et al., 2023). Dengan demikian, keberhasilan dari penerapan intervensi edukasi kesehatan dalam penelitian ini juga bergantung kepada kondisi secara kesiapan kognitif, sosial, serta emosional pada sasaran edukasi dalam meningkatkan perubahan perilaku.

Ditinjau secara empiris, hasil dari pengujian *Wilcoxon* menunjukkan nilai *p sig* (0,001) atau  $< 0,05$ . Hal tersebut menandakan terjadinya perubahan perilaku merupakan dampak dari penerapan intervensi berupa edukasi kesehatan yang diberikan. Dalam desain penelitian yang digunakan berupa *quasi eksperimental* dengan *one group pretest-posttest* memiliki keterbatasan dikarenakan dalam penerapannya tanpa melibatkan kelompok kontrol.

Terjadinya perubahan pada kategori perilaku menunjukkan adanya efek dari penerapan intervensi edukasi kesehatan yang kuat dan relevan secara klinis. Hasil yang didapatkan memberikan implikasi penting bagi praktik keperawatan komunitas, yaitu perlunya integrasi antara pendekatan edukatif dan *social support* sebagai program promosi kesehatan pada kelompok usia lanjut. Dengan adanya penerapan edukasi kesehatan berbasis *social support* tidak hanya meningkatkan pengetahuan semata, melainkan dapat menjadi sarana dalam memperkuat motivasi, rasa empati, serta keterlibatan lingkungan sosial dalam mendukung kepatuhan terhadap terapi. Strategi tersebut sejalan dengan rekomendasi WHO (2025) terkait dengan *Healthy Ageing*, dimana menekankan terkait pentingnya pemberdayaan sosial serta edukasi yang berkelanjutan sebagai sarana dalam meningkatkan kualitas hidup serta kemandirian kelompok usia lanjut dalam mengelola penyakit kronis yang dialaminya.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan edukasi kesehatan tentang *social support* berpengaruh signifikan terhadap peningkatan perilaku *self-care management* pada lansia dengan hipertensi. Temuan ini menegaskan bahwa intervensi edukasi kesehatan yang dipadukan dengan dukungan sosial mampu meningkatkan pengetahuan, motivasi, serta keterampilan lansia dalam mengelola kesehatan, termasuk dalam pengaturan diet, kepatuhan minum obat, dan pemantauan tekanan darah. Hal tersebut menjadi strategi yang efektif dalam meningkatkan kemampuan lansia dalam merawat diri sebagai sarana mengendalikan hipertensi. Meskipun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan berupa penggunaan desain *one group pretest-posttest* tanpa kelompok kontrol yang membatasi penilaian terhadap pengaruh faktor luar.

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pedoman bagi pelayanan kesehatan pada tatanan primer, termasuk puskesmas dan posyandu dalam mengintegrasikan intervensi edukatif secara sistematis dalam rangka mengoptimalkan pemberdayaan keluarga dan kader sebagai mitra pendamping dalam pengelolaan kasus hipertensi. Penelitian berikutnya diharapkan mengkaji lebih dalam terkait peran dukungan sosial sebagai determinan perubahan perilaku, sehingga dapat memperkaya pengembangan teori dalam manajemen perawatan diri pada lansia hipertensi serta memperluas bukti ilmiah melalui rancangan metodologis yang lebih kuat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afni, W. N. (2021). The Role of Health Literacy in Chronic Disease Management: Challenges, Interventions, and Policies. *Journal of Health Literacy and Qualitative Research*. 1 (2), 57-68
- Astutiatmaja, M. A., Dewiyanti, V. R., Rukmana, Q., Sianty, A., Ainaya, F. S., Ayati, A. N., Prasastywy, K. H. A., Saputro, M. A., Subandi, A., Fauziana, E., Lestari, D., Arifah, I., & Suswardany, D. L. (2024). "Lansia Berdaya" Program Penguatan Posyandu Lansia Dusun 2 Desa Karangwuni Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Pencegahan Hipertensi. *Warta LPM*, 313-321. <https://doi.org/10.23917/warta.v27i2.4262>
- Ballering, A. V., Olde Hartman, T. C., Verheij, R., & Rosmalen, J. G. M. (2023). Sex and gender differences in primary care help-seeking for common somatic symptoms: A longitudinal

- study. *Scandinavian Journal of Primary Health Care*, 41(2), 132–139. <https://doi.org/10.1080/02813432.2023.2191653>
- Cahyani, S. T. C., Suarningsih, N. K. A., Jagat, N. A., & Widyanthari, D. M. (2025). *Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kemampuan Perawatan Diri Pada Penderita Hipertensi di Unit Pelaksana Teknis Daerah Puskesmas Ii Denpasar Barat*.
- Calisanie, & Lindayani. (2021). Pengaruh Intervensi Self-Management terhadap Self-Care dan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Risenologi*, 6(1a), 24–30.
- Ekarini, N. L. P., Wahyuni, J. D., & Sulistyowati, D. (2020). Faktor—Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Usia Dewasa. *JKEP*, 5(1), 61–73. <https://doi.org/10.32668/jkep.v5i1.357>
- Erwanindiyasari, R. N., & Yuniartika, W. (2025). Efektifitas Pendidikan Kesehatan tentang Kepatuhan Pengelolaan Tekanan Darah terhadap Tingkat Pengetahuan Masyarakat Penderita Hipertensi. *Malahayati Nursing Journal*, 7(9), 4128–4138. <https://doi.org/10.33024/mnj.v7i9.21979>
- Fatmasari, D. D. P. (2025). Penerapan Senam Hipertensi Pada Lansia Untuk Menurunkan Tekanan Darah Tinggi Pada Penderita Hipertensi. (*Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Magelang*).
- Hijriana, I., & Mardhiah, A. (2024). *Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Self-Care Management pada Pasien Diabetes Mellitus*. 10(2).
- Kemenkes. (2020). Rencana strategis Kementerian Kesehatan tahun 2020-2024. *Kemenkes*, 147–154.
- Khomsatun, U., & Sari, I. W. W. (2022). Hubungan Dukungan Sosial dengan Perilaku Manajemen Diri pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Pandak I Bantul DI. Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Klinis dan Komunitas*, 5(3), 179. <https://doi.org/10.22146/jkkk.49826>
- Novendra, Puspitasari, & Winarni. (2021). Literature Review: Dukungan Sosial Menghadapi Masa Pensiu: Indonesia. *Journal of Health Research Science*, 1(01), 42–52.
- SKI. (2023). *SKI 2023 Dalam Angka*. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/ski-2023-dalam-angka/>
- Sugiyono. (2019). Metodelogi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Dan R&D. *Bandung : ALFABETA*.
- Sukoharjo. (2024). *Dinkes Sukoharjo*. Dinas Kesehatan Sukoharjo.
- Syarli, S., & Arini, L. (2021). Faktor Penyebab Hipertensi Pada Lansia: Literatur Review: Faktor Penyebab Hipertensi Pada Lansia : Literatur Review. *Ahmar Metastasis Health Journal*, 1(3), 112–117. <https://doi.org/10.53770/amhj.v1i3.11>
- Triwibowo, H., Frilasari, H., & Iriyanti, B. A. (2022). Hubungan Perilaku Hidup Tidak Sehat Dengan Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat. *Pengembangan Ilmu dan Praktik Kesehatan*, 1(2), 19–27. <https://doi.org/10.56586/pipk.v1i2.208>
- WHO. (2023). Hypertension care in Thailand: Best practices and challenges. *World Health Organization*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789290227403>
- WHO. (2025). Regional Office for South-East Asia. Healthy ageing through strengthened primary health care. *World Health Organization*.

- Yulita Meo, M., Pati Rangga, Y. P., & Ovi, F. (2023). Dukungan Keluarga dan Penerapan Self-care Management Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 34–40. <https://doi.org/10.46815/jk.v12i1.127>
- Yuniartika, W., & Bima Murti, T. (2020). Hubungan Jenis Kelamin dan Lama Sakit dengan Kejadian Depresi Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Journal of Holistic Nursing Science*, 7(2), 99–105. <https://doi.org/10.31603/nursing.v7i2.3076>
- Yuniartika, W., Nofandrilla, N., Werdani, K. E., Musalamah, S., Damayanti, S., Ajie, A. B., Supriyantani, H., & Fariz, A. (2022). *Pelatihan Kader dalam Pengelolaan Kesehatan Lansia di Posyandu*.