
HUBUNGAN SIKAP LANSIA HIPERTENSI DENGAN PELAKSANAAN *SELF MANAGEMENT* DI PUSKESMAS TIGO BALEH KOTA BUKITTINGGI TAHUN 2024

Sovia Khoirun Nisa^{*1)}, Wisnatul Izzati²⁾, Aida Andriani³⁾

¹Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Mohammad Natsir Bukittinggi
email: soviakhoirunnisa82@gmail.com

²Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Mohammad Natsir Bukittinggi
email: wisnatulizzati72@gmail.com

³Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Mohammad Natsir Bukittinggi
email: aidaandriani21@gmail.com

*Penulis Korespondensi: soviakhoirunnisa82@gmail.com

Abstract

Hypertension is a degenerative disease with a high mortality rate that reduces quality of life and productivity, especially among the elderly, where attitude plays an important role in self-management. This study aimed to examine the relationship between elderly attitudes and self-management at the Tigo Baleh Bukittinggi Community Health Center using a quantitative cross-sectional design with purposive sampling of 169 respondents. Data were collected through an attitude questionnaire and the Hypertension Self-Management Behavior Questionnaire (HSMBQ). Results showed that 100 respondents (59.4%) had a fair attitude, while 84 respondents (49.7%) demonstrated good self-management. Statistical analysis revealed a p-value of 0.00 ($p < 0.05$) and correlation coefficient $r = 0.502$, indicating a significant moderate relationship between attitude and self-management. The conclusion is that better self-management among hypertensive elderly is associated with more positive attitudes. It is expected that the Tigo Baleh Health Center can use these findings to improve the daily attitudes and practices of elderly patients with hypertension.

Keywords: *Attitude, Elderly, Hypertension, Self-management.*

Abstrak

Hipertensi adalah penyakit degeneratif yang sering terjadi dan memiliki tingkat kematian yang sangat tinggi, yang mempengaruhi kualitas hidup dan produktivitas seseorang, terutama pada lansia. Salah satu faktor yang mempengaruhi pengelolaan diri adalah sikap lansia penderita hipertensi. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara sikap lansia penderita hipertensi dan implementasi pengelolaan diri di Pusat Kesehatan Masyarakat Tigo Baleh Bukittinggi dengan sampel sebanyak 169 responden menggunakan teknik sampling purposif. Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan desain penelitian menggunakan pendekatan cross-sectional. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner sikap dan HSMBQ (Hypertension Self-Management Questionnaire). Berdasarkan hasil penelitian, dari 169 responden, lebih dari setengahnya ditemukan, yaitu 100 responden (59,4%) dengan kategori sikap sedang, dan 84 responden (49,7%) dengan pengelolaan diri yang baik. Berdasarkan hasil analisis hubungan antara sikap lansia dan implementasi pengelolaan diri, diperoleh nilai $p = 0,00$ ($\text{sign} < 0,05$) dengan nilai $r = 0,502$, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara sikap lansia dengan hipertensi dan implementasi pengelolaan diri dengan korelasi sedang. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa semakin tinggi tingkat pengelolaan diri pada lansia hipertensi, semakin tinggi pula sikap lansia hipertensi. Diharapkan saran-saran dari penelitian ini di Pusat Kesehatan Masyarakat Tigo Baleh, Kota Bukittinggi, dapat meningkatkan sikap lansia hipertensi dalam kehidupan sehari-hari.

Kata kunci: *Sikap, Lansia, Hipertensi, Pengelolaan Diri.*

1. PENDAHULUAN

Lansia adalah kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahap akhir kehidupan. Menurut Mufida (2023) hipertensi atau tekanan darah tinggi sangat berpengaruh pada berbagai aspek kehidupan yang salah satunya pada perubahan fisik, namun hipertensi juga dikenal juga disebut *the silent of killer* karena terjadi tanpa keluhan sehingga penderita tidak mengetahui dirinya menyandang hipertensi dan baru diketahui setelah terjadi komplikasi.

Hipertensi berdasarkan kriteria *the seventh Report of the Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure* (JNC-7) didefinisikan sebagai kondisi dimana tekanan darah sistolik lebih dari atau sama 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari atau sama dengan 90mmHg (Budi. S, 2021).

Menurut Riskesdas, pada tahun 2018 jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, dan angka kematian akibat penyakit ini sebesar 427.218 12 orang. Hipertensi di Indonesia terjadi pada orang berusia 31-44 tahun, 31,6 %, 45,3% orang berusia 45-54 tahun dan 55,2 % orang berusia 65 tahun atau lebih. Berdasarkan pengukuran pada orang berusia di atas 18 tahun. Provinsi Jawa Barat memiliki jumlah penderita hipertensi tertinggi dengan 131.153, dan Provinsi Kalimantan Utara memiliki jumlah penderita terendah dengan 1.675 (Savitri et al., 2024).

Prevelensi hipertensi penduduk usia \geq 60 tahun di Kabupaten Agam sebesar 10,64% sedangkan untuk rata-rata di Provinsi Sumatera Barat, prevelensi hipertensi adalah 25,16% dengan 176.169 kasus hipertensi yang ditemukan. Kota Padang memiliki jumlah kasus hipertensi tertinggi sebesar 44.330, diikuti oleh Kabupaten Solok dengan 30.863 kasus (Indriana & Swandari, 2021).

Menurut Dinas Kesehatan Bukittinggi (Dinkes, 2023) jumlah lansia hipertensi di Bukittinggi sekitar 122.311 lansia. Pada tahun 2022 didapatkan data lansia hipertensi sebanyak 1105 lansia (Profil Puskesmas Tigo Baleh Bukittinggi). Pada tahun 2023 terjadi peningkatan jumlah lansia hipertensi yaitu sebanyak 8.487 lansia, Puskesmas Tigo Baleh menempati urutan tertinggi di salah satu puskesmas di Bukittinggi. (Profil Puskesmas

Tigo Baleh Bukittinggi, 2023).

Menurut Dedofo, Ejata, Wakrija, Mekonen, & labata (2019) *self-management* adalah pelaksanaan aktifitas individu yang berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan dalam meningkatkan kesehatan, mencegah penyakit dan mempertahankan kesehatan. *Self-management* merupakan proses perawatan dalam memberikan tindakan kesehatan yang berfokus pada peningkatan peran serta kemampuan pasien atau keluarga atau kerabat pasien dalam memberikan perilaku-perilaku perawatan Kesehatan dalam pengelolaan penyakit yang diderita pasien secara mandiri yang sesuai dengan kemampuan pasien dan keluarga atau kerabat pasien (Riegal er al ,2017).

Berdasarkan uraian latar belakang penulis tertarik melakukan penelitian tentang “Hubungan sikap lansia hipertensi dengan pelaksanaan self-management di Puskesmas Tigo Baleh Bukittinggi Tahun 2024”

2. METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan desain penelitian *cros sectional*. Penelitian ini telah dilakukan di Puskesmas Tigo Baleh Bukittinggi pada tanggal 07 sampai 22 Agustus 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang ada di Puskesmas Tigo Baleh Bukittinggi pada bulan Januari 2024 sampai April 2024 sebanyak 229 pasien. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan sampel sebanyak 169 orang.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

No	Karakteristik	f	%
1	Usia		
	1. Elderly (60-74 Tahun)	113	66,9
	2. Old (74-90 Tahun)	56	33,1
	Jumlah	69	100
2	Jenis Kelamin		
	1. Laki-Laki	78	46,2
	2. Perempuan	91	53,8
	Jumlah	69	100
3	Pendidikan		
	1. Rendah	101	59,8
	2. Sedang	52	30,8
	3. Tinggi	16	9,5
	Jumlah	169	100
4	Pekerjaan		
	1. Tidak Bekerja	96	56,8
	2. Bekerja	73	43,2
	Jumlah	169	100

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan

bahwa dari 169 responden menunjukkan lebih dari sebagian usia responden pada rentang usia (60-74 Tahun) yaitu sebesar 113 (66,9%). Hal ini menunjukkan bahwa pada umumnya umur lansia hipertensi yang berada pada kategori umur *Elderly*. Jenis kelamin menunjukkan lebih dari separoh responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 91 (53,8%). Pada kategori pendidikan menunjukkan sebagian besar berpendidikan rendah sebanyak 101 (59,8). Pada kategori pekerjaan menunjukkan lebih dari separoh responden tidak bekerja sebanyak 96 (56,8%).

b. Analisa Univariat

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Sikap Lansia Hipertensi di Puskesmas Tigo Baleh Kota Bukittinggi Tahun 2024

Sikap Lansia Hipertensi	F	%
Kurang	21	12,4
Cukup	100	59,4
Baik	48	28,4
Jumlah	169	100

Berdasarkan analisa dari tabel 2 diatas dilihat dari total 169 responden diketahui bahwa lebih dari separoh sikap lansia hipertensi kategori cukup sebanyak 100 orang (59,4%) yang terdapat di Puskesmas Tigo Baleh Kota Bukittinggi tahun 2024.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Self-Management pada Lansia Hipertensi di Puskesmas Tigo Baleh Kota Bukittinggi Tahun 2024

Self-Management	F	%
Buruk	44	21,0
Baik	125	74,2
Jumlah	169	100

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa distribusi frekuensi *self-management* pada lansia hipertensi di Puskesmas Tigo Baleh Kota Bukittinggi Sebagian besar lansia hipertensi dengan *self-management* baik sebanyak 125 orang (74,2%) dan kemudian sebanyak 44 orang (21,0%) dengan *self-management* buruk.

c. Analisa Bivariat

Tabel 4. Hubungan Sikap Lansia Hipertensi dengan Pelaksanaan Self-Management di

Puskesmas Tigo Baleh Tahun 2014

Sikap lansia	Self-Management						p Value	R
	Buruk		Baik		Total			
	F	%	F	%	F	%		
Kurang	20	11,8	1	0,6	21	12,4	0.000	0.546
Cukup	23	13,6	77	45,6	100	59,2		
Baik	1	0,6	47	27,8	48	28,4		
Total	44	33,8	125	66,2	169	100		

Tabel 4 menunjukkan bahwa dari 21 responden dengan sikap yang kurang, terdapat 20 (11,8%) responden dengan *self-management* buruk dan 1 (0,6%) responden dengan *self-management* baik, dari 100 responden dengan sikap yang cukup, terdapat sebanyak 23 (13,6%) responden dengan *self-management* buruk dan 77 (45,6%) responden dengan *self-management* baik, dan bahwa dari 48 responden dengan sikap yang baik, terdapat sebanyak 1 (0,6 %) responden dengan *self-management* buruk dan 47 (27,8%) responden dengan *self-management* baik.

Berdasarkan hasil analisis hubungan sikap lansia hipertensi dengan pelaksanaan *self-management* diperoleh dan *p-value* 0.000 ($\text{sign} < 0.05$), maka secara statistic terdapat korelasi atau hubungan antara sikap lansia hipertensi dengan pelaksanaan *self-management* berarti (H_a diterima). Dapat dilihat berdasarkan tabel 5.4 nilai $r = 0,546$ artinya terdapat korelasi sedang antara variabel sikap lansia hipertensi dengan variabel pelaksanaan *self-management*. Kesimpulannya adalah ada hubungan yang signifikan antara sikap lansia hipertensi dengan pelaksanaan *self-management* di Puskesmas Tigo Baleh Bukittinggi Tahun 2024.

Pembahasan

a. Analisa Univariat

Sikap Lansia Hipertensi

Berdasarkan analisa dari tabel 2 dilihat dari total 169 responden diketahui bahwa lebih dari Sebagian dengan sikap lansia kategori cukup sebanyak 100 orang (59,4%), 48 lansia penderita hipertensi (28,4%) dengan sikap lansia hipertensi kategori baik, dan 21 lansia penderita hipertensi (12,4%) dengan sikap lansia hipertensi kategori kurang baik yang terdapat di Puskesmas Tigo Baleh Kota Bukittinggi Tahun 2024.

Dari hasil penelitian didapatkan Sebagian besar karakteristik responden terjadi pada usia 60-74 tahun 113 orang

(66,9%). Seiring dengan bertambahnya usia terjadi perubahan- perubahan pada elastisitas dinding aorta, katup jantung menebal dan kaku, kemampuan jantung yang menurun 1% setiap tahunnya setelah berusia 20 tahun sehingga mengakibatkan menurunnya kontraksi dan volume (Nurarif & Kusuma, 2021). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Gama, dkk (2014) yang menyatakan bertambahnya umur seseorang akan menyebabkan penurunan fungsi tubuh seperti menurunnya elastisitas pembuluh darah yang dapat menyebabkan kekakuan serta kerapuhan pembuluh darah sehingga dapat meningkatkan terjadinya hipertensi.

Berdasarkan jenis kelamin pada penelitian, Sebagian besar responden adalah perempuan 91 responden 53,8%). Hal ini juga didukung oleh penelitian Miftahul (2019), bahwa wanita cenderung lebih tinggi terjadi Hipertensi dibandingkan dengan laki- laki. Perempuan yang memasuki masa menopause dapat meningkatkan resiko Hipertensi. Dilansir dari American College Of Cardiology dimana masa menopause menyebabkan berkurangnya hormone estrogen yang berfungsi sebagai perlindungan vaskuler dan mampu meningkatkan produksi antioksidan sehingga mampu mengurangi stress dan mencegah peradangan pada tubuh. Oleh karena itu, kadar estrogen yang lebih rendah setelah menopause dapat menurunkan fungsi. Sedangkan pada laki- laki seringkali disebabkan dari pengaruh gaya hidup atau masalah hormonal. Dimana menurut Ardiansyah (2012), wanita yang telah menopause beresiko tinggi mengalami penyakit hipertensi.

Berdasarkan Pendidikan hasil penelitian menyatakan bahwa penderita terbanyak dengan kategori sikap lansia hipertensi rendah berpendidikan SD/SMP sebanyak 101 responden (59,8%). Pendidikan mempengaruhi pengetahuan responden tentang penyakitnya. Tingkat pengetahuan seseorang dapat diukur dengan tingkat Pendidikan individu, jadi semakin tinggi tingkat Pendidikan seseorang maka semakin tinggi pengetahuannya (Silvia et al, 2023).

Berdasarkan pekerjaan, hasil

penelitian menyatakan bahwa lebih dari Sebagian penderita hipertensi dengan kategori tidak bekerja sebanyak 96 responden (56,8%). Pekerjaan berpengaruh pada aktivitas fisik seseorang. Selain itu, pekerjaan mempengaruhi penghasilan yang memiliki efek pada manajemen diri.

Dalam penelitian ini, peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwa usia, jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan dapat mempengaruhi sikap lansia penderita hipertensi.

Self-Management Hipertensi

Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap 169 orang responden, diketahui Sebagian besar 125 orang (74,2%), responden yang melakukan *self-management* dengan kategori baik dan Sebagian kecil 44 orang (21,0%) responden yang melakukan *self-management* dengan kategori buruk yang terdapat di Puskesmas Tigo Baleh Kota Bukittinggi Tahun 2024.

Dari hasil penelian didapatkan dari hasil karakteristik usia semua responden adalah lansia dengan umur 60->74 tahun lebih dari separoh lansia dengan jenis kelamin perempuan 91 responden 53,8% yang mengalami hipertensi. Karena perempuan mengalami masa dimana lansia perempuan sudah monopous dimana terjadi penurunan hormon esterogen yang menyebabkan kekakuan pada pembuluh darah arteri dan rusaknya lapisan sel dinding pembuluh darah yang dapat memicu peningkatan tekanan darah.

Hasil penelitian ini didapati sebagian besar responden yang memiliki tingkat pendidikan yang rendah SD/SMP dengan jumlah 101 responden (59,8%) dapat dikatakan bahwa penderita hipertensi pada penelitian ini memiliki tingkat yang rendah. Secara tidak langsung pendidikan memiliki peran yang cukup terhadap *self-management* seseorang seperti asupan makanan, aktivitas fisik, kebiasaan merokok, ataupun mengonsumsi alkohol. Hal ini sejalan dengan penelitian Natoajmojo (2010), kemampuan seseorang dalam menerima memahami serta mengelolah sebuah informasi dipengaruhi oleh tingkat pendidikannya.

Tingkat pendidikan yang baik dapat dikatakan merupakan salah satu hal yang penting dikarenakan dasar pemahaman dan penerimaan informasi dari seseorang sehingga dapat lebih mudah diolah dan dipahami.

Management diri merupakan sebuah program yang dikembangkan untuk mendukung lansia dengan hipertensi untuk melakukan pengaturan diri dengan perubahan pola gaya hidup untuk pencegahan komplikasi (Oktarina, 2020). Kategori tingkat kategori baik dengan jumlah 125 responden (74,2%). Hal ini dapat dikaitkan dengan hasil penelitian tingginya self-management pada lansia dapat melakukan perawatan dan perubahan pola gaya hidup dengan baik.

b. Analisa Bivariat

Berdasarkan hasil didapatkan dari total 169 responden diketahui dari 21 responden dengan sikap yang kurang, terdapat 20 (11,8%) responden dengan self-management buruk dan 1 (0,6%) responden dengan self-management baik, dari 100 responden dengan sikap yang cukup, terdapat sebanyak 23 (13,6%) responden dengan self-management buruk dan 47 (27,8%) responden dengan self-management baik, dan bahwa dari 48 responden (28,4%) dengan sikap yang baik, terdapat sebanyak 1 (0,6%) responden dengan self-management buruk dan 47 (27,8%) responden dengan self-management baik.

Hasil uji statistic spearment rank diperoleh dan p-value 0.000 ($\text{sign} < 0.05$), maka secara statistic terdapat korelasi atau hubungan antara dua variabel sikap lansia hipertensi dengan pelaksanaan self-management berarti (H_a diterima). Dapat dilihat berdasarkan tabel 5.4 nilai $r = 0,546$ artinya terdapat korelasi sedang antara variabel sikap lansia hipertensi dengan variabel pelaksanaan self-management. Kesimpulannya adalah ada hubungan yang signifikan antara sikap lansia hipertensi dengan pelaksanaan self-management di Puskesmas Tigo Baleh Bukittinggi Tahun 2024.

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan Novita (2019), sebagian besar sikap lansia yang positif dengan self-

management yang baik sebanyak 18 (45.0%) dan sikap lansia yang negative dengan self-management yang kurang sebanyak 11 (27.5%). Berdasarkan uji statistic spearman rank diperoleh nilai p-value 0.004 ($P < 0,05$) artinya H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga terdapat hubungan korelasi antara sikap lansia hipertensi dengan pelaksanaan self-management. Dengan demikian sikap merupakan salah satu faktor yang sangat berpengaruh terhadap nilai kesehatan individu serta dapat menentukan cara pengendalian yang tepat untuk penderita hipertensi. Menurut Novita (2019), peneliti terdapat hubungan korelasi antara sikap lansia hipertensi dengan pelaksanaan self-management karena responden memiliki sikap yang positif dilihat dari jawaban pernyataan yang diberikan dari peneliti tentang penyakit hipertensi sehingga dapat mengendalikan tekanan darah dengan baik. Dan masih ada lansia yang memiliki sikap yang positif tetapi kurang dalam pengendalian hipertensi. Hasil penelitian ini dapat terlihat bahwa responden memiliki sikap yang positif maka upaya diri seseorang untuk pelaksanaan self-management agar dapat mengatasi hipertensi yang dilaksanakan dengan baik. Sikap yang dimiliki responden akan memberikan dampak pada kesehatan responden itu sendiri, pengalaman pribadi menjadi dasar dari sikap seseorang yang akan membawa pengaruh terhadap kesehatannya.

Menurut asumsi peneliti dari hasil penelitian yang telah dilakukan, bahwa sikap lansia hipertensi akan mempengaruhi self-management diri lansia pada pasien hipertensi, dapat dilihat dari hasil uji spearman rank hasilnya 0,546 yang berarti korelasi sedang antara sikap lansia hipertensi dengan pelaksanaan self-management pada lansia hipertensi di Puskesmas Tigo Baleh Bukittinggi. Hal ini dikarenakan sikap lansia tidak akan terlepas dari pengetahuan, seseorang yang memiliki pengetahuan yang luas, maka dia akan mempengaruhi perilakunya, dalam artian disini yaitu sikap, orang yang memiliki banyak pengetahuan tentang sesuatu kondisi kesehatan akan memiliki sikap

yang positif.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tanggal 07–22 Agustus 2024 tentang Hubungan Sikap Lansia Hipertensi Dengan Pelaksanaan Self-Management Di Puskesmas Tigo Baleh Bukittinggi Tahun 2024, diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

- Diketahui bahwa lebih dari separoh responden yaitu sebanyak 100 orang ((59,3%) responden dengan sikap lansia hipertensi kategori cukup.
- Diketahui bahwa sebagian besar responden yaitu sebanyak 125 orang (74,2%) responden dengan *self management* kategori baik.
- Adanya hubungan sikap lansia hipertensi dengan pelaksanaan *self-management* pada penderita hipertensi *p-value* 0.000 ($\text{sign} < 0.05$), dengan nilai $\rho = 0.546$ dengan korelasi sedang.

5. REFERENSI

- Acces, O. (2024). Open Acces. 03(01), 1260–1265.
- Agus, S. (2013). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Hipertensi Dengan Tekanan Darah Rata-Rata Pasien Di Poliklinik Penyakit Dalam Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang. Jurnal Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang, 1–87.
- A, D. A., Sinaga, A. F., Syahlan, N., Siregar, S. M., Sofi, S., Zega, R. S., Annisa, A., & Dila, T. A. (2022). Faktor - Faktor Yang Menyebabkan Hipertensi di Kelurahan Medan Tenggara. Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip), 10(2), 136–147.
<https://doi.org/10.14710/jkm.v10i2.32252>
- Aspiani. (2014). Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien Gangguan Kardiovaskuler. Jakarta: EGC.
- Aspiani. (2023). Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien Gangguan Kardiovaskuler. Jakarta: EGC.
- Azwar, Saifuddin. 2013. Komponen sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya. Yogyakarta: Liberty.
- Hanifah, E. (2011). Cara Self-Management Hidup Sehat. Jakarta: PT Balai Pustaka. Diperoleh tanggal 22 Mei 2021
- Indriana, N., & Swandari, M. T. K. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Minum Obat Pada Pasien Hipertensi di Rumah Sakit X Cilacap. Jurnal Ilmiah JOPHUS: Journal of Pharmacy UMUS, 2(01).
<https://doi.org/10.46772/jophus.v2i01.266>
- Kadir, A. (2018). Hubungan Patofisiologi Hipertensi dan Hipertensi Renal. Jurnal Ilmiah Kedokteran Wijaya Kusuma, 5(1), 15.
<https://doi.org/10.30742/jikw.v5i1.2>
- Kurnia, A. (2020). Self-Management Hipertensi (T. Lestari (ed.)). CV. Jakad Media Publishing.
- Kurnia, (2021). Self-Management Hipertensi. PT Balai Pustaka. Diperoleh tanggal 24 Mei 2021
https://www.google.co.id/books/edition/SELF_MANAGEMENT_HIPERTENSI/a18XEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=p+enyebab+hipertensi&printsec=frontco
- Lestari, I. G., & Isnaini, N. (2018). Pengaruh Self-Management Terhadap Tekanan DARAH LANSIA YANG MENGALAMI HIPERTENSI. Indonesian Journal for Health Sciences, 02(01), 7–18.
<http://journal.umpo.ac.id/index.php/IJHS/article/view/725>
- Maryam, Siti. 2008. “Menengenal Usia Lanjut dan Perawatannya”. Jakarta: Salemba Medika
- Notoatmodjo, S. 2003, Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nuraini. (2015). Risk Factors of Hypertensio. Medical Journal of Lampung University. Vol 4 (5). Diperoleh tanggal 22 Mei 2021
- Padila. 2013. Buku ajar keperawatan gerontik. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Pakpahan, M., Eka N.G.A., Tahulending, P. S., Aji, Y. G. T., & Yenny, Y. (2022).

-
-
- Edukasi Kesehatan Penatalaksanaan Hipertensi dan Diabetes Melitus. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 5(11), 3749–3761. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i11.7315>
- Prabasari, N. A. (2021). Self-Efficacy, Self-Management, dan Kepatuhan pada Lansia Hipertensi (Studi Fenomenology). 6(1), 1–1
- Ratnawati, E. 2017. Asuhan keperawatan gerontik. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Riadi, M. (2018). Pengertian, Jenis, Indikator dan Faktor Yang Mempengaruhi Self-Management. Diperoleh tanggal 3 Mei 2020
- Rifai, A., & Ginting, D. Y. (2023). Analisis Faktor yang Memengaruhi Kepatuhan Minum Obat Pasien Hipertensi di Puskesmas Teluk Nibung Kota Tanjung Balai. *Nursing Care and Health Technology Journal*, 3(2), 43–47.
- Savitri, D. I., Zara, N., Fardian, N., Fitriani, J., Siregar, R., Syafridah, A., Ikhsan, R., Zahara, C. I., Manajemen, U., Dhannisa, H., Savitri, I., Zara, N., Fardian, N., Fitriani, J., Siregar, S. R., Syafridah, A., Ikhsan, R., Zahara, C. I., Muna, Z., & Dewi, R. (2024). Upaya Manajemen Hipertensi pada Pasien Perempuan 46 Tahun dengan Pendekatan Pelayanan Kedokteran Keluarga Galenical is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike. 3(1), 89–101.
- Sugiyono. 2012. Pengukuran sikap. Bandung: Alfabeta.
- Suprayitno, E., & Huzaimah, N. (2020). Pendampingan Lansia Dalam Pencegahan Komplikasi Hipertensi. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(1), 518. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v4i1.3001>