

ANALISA FAKTOR KESEHATAN LANSIA DALAM MENCEGAH HIPERTENSI DI USIA SENJA

Marsito^{1*}, Ernawati¹, Podo Yuwono¹, Rina Saraswati¹, Siti Mastuti¹, Fajar Agung Nugroho¹

¹Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gombong

Email : marsito@unimugo.ac.id

Abstract

The elderly population in Indonesia has increased significantly over the past 30 years, reaching 20.7 million (8.2%) in 2014. The elderly are a vulnerable group with physical, mental, and social health problems. This study aimed to examine the age of the elderly, their health problems in the past three months, their health check-ups, their use of traditional medicine, and the condition of their home floors. This study used a descriptive analytical method with a cross-sectional approach. The results showed that the majority of elderly participants were aged 60-69 (54 people) (49.1%), 26 (23.6%) had hypertension in the past three months, 103 (93.6%) had never had a health check-up, 63 (57.3%) always used traditional medicine at home, and 7 (6.4%) families had slippery floors. Based on these results, it is recommended that elderly people be monitored by health workers, their families, and the community through support and motivation. All of this is to maintain their health in old age.

Keywords: Health, elderly, hypertension, age, twilight

Abstrac

Jumlah populasi lansia di Indonesia mengalami peningkatan yang cukup berartiselama 30 tahun terakhir, di tahun 2014 sebanyak 20,7 juta jiwa (8,2%). lansia merupakan kelompok rentan akan masalah kesehatan baik fisik, mental dan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk melihat umur lansia, masalah kesehatan lansia tiga bulan terakhir, lansia memeriksa kesehatan, lansia menggunakan obat tradisional, dan kondisi lantai rumah. Penelitian ini dengan metode diskriptik analitik dengan pendekatan cross-sectional. Hasil peneltian menunjukkan bahwa mayoritas lansia mengikuti penelitian umur 60-69 tahun 54 orang (49,1%), penyakit tiga bulan terakhir ini hipertensi 26 orang (23,6%), lansia tidak pernah memeriksa kesehatan 103 orang (93,6%), penggunaan obat tradisonal lansia di rumah selalu menggunakan 63 orang (57,3%), dan kondisi lantai yang licin 7 keluarga (6,4%). Melihat dari hasil tersebut diatas dapat direkomendasikan agar lansia perlu dimonitor oleh kader kesehatan, keluarga dan Masyarakat melalui dukungan serta motifasi . Semuanya itu untuk menjaga agar lansia tetap sehat di usia senja.

Keyword: Kesehatan, lansia, hipertensi, usia, senja

PENDAHULUAN

Peningkatan angka harapan hidup merupakan salah satu indikator keberhasilan pembangunan di bidang kesehatan. Hal ini berdampak pada meningkatnya jumlah populasi lanjut usia (lansia) (Sitanggang et al. 2024). Peningkatan jumlah populasi lansia harus dibarengi dengan peningkatan pelayanan Kesehatan Hipertensi. Selain itu akan terjadi dampak penurunan Kesehatan hipertensi lansia itu sendiri sehingga perlu di tingkatkan kemandirian akan pencegahan. Berdasarkan kajian dari berbagai sumber diketahui bahwa populasi lansia di Indonesia mengalami peningkatan yang cukup berarti selama 30 tahun terakhir, populasi di tahun 2014 sebanyak 20,7 juta jiwa (sekitar 8,2%),(Misnaniarti 2017) .Lansia

merupakan kelompok usia yang rentan terhadap berbagai masalah kesehatan hipertensi, baik fisik, mental, maupun sosial (Wahyuni and Arifiati 2025). Pada lansia jenis kelamin laki-laki lebih tinggi stress aktifitas mental sosial dibandingkan dengan perempuan. Kejadian risiko jatuh akan sering terjadi seiring dengan kondisi lingkungan keluarga yang kurang mendukung lantai licin perlu dikendalikan untuk mencegah hipertensi. Selain itu kebutuhan untuk menjaga pencegahan hipertensi perlu menjaga kesehatan, kontrol dan mengkonsumsi obat tradisional sangat di anjurkan. Aktifitas yang sering dilakukan oleh lansia laki-laki dibandingkan dengan perempuan menjadikan stress sosial. Menjaga agar lansia untuk tetap sehat dijaga

kesehatan untuk memungkinkan lansia tetap sehat diusia senja terhindar dari penyakit hipertensi. Risiko bisa terjadi sakit jika lansia tidak menjaga akan berdampak bertambahnya usia, terjadi penurunan fungsi organ tubuh yang dapat meningkatkan risiko penyakit kronis seperti hipertensi, diabetes, dan penyakit jantung (Trisnowati et al. 2024). Seiring dengan meningkatnya jumlah penyakit penyakit tidak menular hipertensi di Indonesia menjadikan permasalahan Kesehatan lansia (Fridolin, Musthofa, and Suryoputro 2022). Faktor yang menjadikan tingginya penyakit tidak menular seperti hipertensi terjadi pada usia lanjut dikarenakan penurunannya sistem tubuh dan diiringi dengan kurangnya kesadaran lansia untuk menjaga Kesehatan.

Kesehatan lansia itu dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain pola makan, aktivitas fisik, kondisi psikologis, lingkungan sosial, serta akses terhadap pelayanan Kesehatan (Siegal et al. 2025). Lansia yang melakukan kontrol Kesehatan yang kurang, aktifitasnya kurang, serta kondisi lingkungan yang kurang baik dan tidak perhatian akan Kesehatan cenderung timbul penyakit hipertensi dan diabetes. Hal ini perlu adanya perhatian keluarga pada lansia akan pencegahan Kesehatan sangatlah perlu dilakukan. Kurangnya perhatian terhadap faktor tersebut dapat menyebabkan penurunan kualitas hidup lansia munculnya penyakit hipertensi. Penurunan kualitas hidup lansia akan memunculkan faktor penyakit seperti hipertensi, stress, diabetes, dan jantung (Siegal et al. 2025).

Perlunya dilakukan tindakan dalam pencegahan penyakit hipertensi yang mungkin terjadi pada lansia (Fauziah Nasution et al. 2025). Ini menjadi Solusi dalam melakukan pencegahan penyakit tidak menular seperti hipertensi dalam hal menjaga Kesehatan lansia. Selain itu keluarga dan lansia memahami dalam hal pencegahan dan menjaga kesehatan dengan memeriksakan kesehatannya, menjaga lingkungan tidak berbahaya, serta mengkonsumsi obat tradisional dalam mencegah penyakit (Purwandari et al. 2025).

Oleh karena itu, penting untuk memahami faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan lansia agar dapat dilakukan upaya pencegahan hipertensi menjadi kualitas hidup di usia senja lebih baik. Selain itu, perubahan gaya hidup yang modern cenderung menjadi tantangan tersendiri bagi lansia untuk mencegah hipertensi.

Solusi yang lebih baik dalam pencegahan kesehatan lansia dengan dukungan keluarga dan masyarakat sangat diperlukan agar lansia tetap produktif dan mandiri (Fauziah Nasution et al. 2025). Dengan peran keluarga dalam mendukung anggota keluarga dalam mencegah kesehatan lansia hipertensi dan umur lansia perlu dijaga kesehatan dengan optimal (Fadhliha and Sari 2022). Keluarga mempunyai peran yang penting dalam mengoptimalkan anggota keluarga untuk untuk menjaga dalam mencegah hipertensi melalui pemeriksaan kesehatan. Lansia yang tinggal bersama keluarga dan tinggal sendirian mendapatkan dorongan anggotanya serta kader kesehatan sebagai masyarakat untuk saling mengingatkan akan Kesehatan (The Role of Elderly Cadres in the Prevention and Control of Hypertension | Marsito | Media Keperawatan Indonesia n.d.). Dengan memahami berbagai faktor keluarga berperan pencegahan kesehatan lansia, diharapkan dapat dirumuskan strategi yang efektif dalam meningkatkan kesejahteraan lansia menjadi sehat. Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini menganalisis berbagai analisa faktor yang mempengaruhi kesehatan lansia dalam upaya menjaga kesehatan di usia senja.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian menggunakan diskriptif analitik dengan judul analisis factor kesehatan lansia dalam menjaga hipertensi di usia senja pendekatannya *cross-sectional*. Menurut Sugiono bahwa penelitian diskriptif kuantitatif menggambarkan dari variable- variable penelitian. Untuk variable penelitian mencakup dari riwayat penyakit lansia, melakukan pemeriksaan kesehatan. Kondisi

lantai rumah, penggunaan konsumsi obat tradisional dan umur lansia. Kegiatan penelitian ini dilakukan pada lansia saat melakukan kunjungan posyandu. Pengambilan data ini peneliti menjelaskan maksud dan tujuan disampaikan dan lansia menyetujuinya semua kerahasiaan informasi akan dijaga kerahasiannya. Umur lansia dikategorikan umur lansia berdasarkan umur, penggunaan obat tradisional saat menjaga Kesehatan, serta kondisi lantai. Untuk Riwayat penyakit yang diderita lansia selama 3 bulan terakhir ini, dan lansia memeriksakan kesehatannya (Sugiyono 2019) Analisa data dalam penelitian menggunakan *univariat* yang artinya menggambarkan dari beberapa variabel dengan hasilnya frekuensi. Dalam pengambilan data responden lansia dilakukan dengan bertanya sesuai pertanyaan penelitian (Rukini 2019). Hasil penelitian disajikan dalam bentuk frekuensi nantinya disajikan dalam bentuk jumlah yang menggambarkan dari hasil penelitian. Dan selanjutnya akan di analisa berdasarkan hasil penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Distribusi frekuensi responden pada umur.

Umur responden	Frekuensi	Persen
80-89 tahun	18	16,4
70-79 tahun	38	34,5
60-69 tahun	54	49,1
Total	110	100

Sumber:: data primer

Hasil penelitian tabel 1 mengenai umur lansia yang mengikuti penelitian dapat digambarkan sebagai berikut. Bahwa lansia yang mengikuti penelitian mayoritas umur 60 tahun sampai dengan 69 tahun ada 54 orang (49,1%). Dan umur 70 tahun sampai dengan 79 tahun ada 38 orang (34,5%), dan umur 80 tahun sampai dengan 89 tahun ada 18 orang (16,4%). Lansia yang umurnya masih muda lebih aktif melakukan kegiatan dalam segala aspek seperti mengikuti kegiatan di Masyarakat. Lansia perlu

menjaga kesehatan agar tetap sehat diusia senja peran keluarga lebih penting dalam menjaga anggotanya.

Lansia yang masih produktif cenderung lebih banyak aktifitas yang bermanfaat seperti mengikuti kegiatan arisan, kegiatan lainnya yang dilakukan oleh kelompok sosial. Semakin bertambahnya usia akan mempengaruhi penyakit degenerative seperti hipertensi sering terjadi. Perlunya lansia mengikuti kegiatan sosial yang bermanfaat agar penyakit yang muncul diusia senja tidak terjadi. Mengingat faktor usia umur lansia mempengaruhi kesehatan dan bagaimana untuk diusia senja tetap sehat (Sumarni 2025). Batasan usia penduduk lansia di Indonesia menunjukkan bahwa proporsi orang lansia meningkat yang mana yang mengikuti standar Internasional 60 tahun keatas yang menjadi peningkatan kebutuhan layanan kesehatan, perlindungan sosial dan pemberdayaan ekonomi orang tua usia lansia (Nasution et al. 2024). Semuanya lansia tetap dijaga akan kondisi kesehatan dan ditingkatkan peran sebagai warga anggota masyarakat untuk tetap beraktifitas. Sebagai warga negara melihat prevalensi lansia ke depan semakin meningkat maka perlu mengingatkan agar kesehatan tetap terjaga di usia senja.

Tabel 2 Distribusi frekuensi responden pada penyakit tiga bulan terakhir

Penyakit 3 bulan terakhir	Frekuensi	Persen
Rematik	35	31,8
Hipertensi	26	23,6
Diabetes Militus	25	22,7
Norma	24	21,8
Total	110	100

Sumber :data primer

Hasil penelitian tabel 2 mengenai penyakit 3 bulan terakhir ini yang dialami lansia dapat digambarkan sebagai berikut. Bahwa penyakit lansia yang dialami 3 bulan terakhir ini mayoritas terjadi rematik ada 35 orang (31,8%), hipertensi ada 26 orang (23,6%), dan diabetes militus ada 25 orang (22,7%) dan lansia yang tergolong normal

ada 24 orang (21,8%). Penyakit tidak menular yang dialami lansia lebih sering terjadi kedepan ini mengingat prevelensi umur harapan hidup di Indonesia juga tinggi. Pentingnya lansia dilakukan skrining untuk menjaga kesehatan agar tetap sehat dan termonitor kesehatannya.

Skrining kesehatan dilakukan pada lansia dengan melakukan deteksi dini kesehatan fisik dan psikis itu sangat penting (Tursilowati, Kusumasari, and Isnaini 2024). Seperti penyakit hipertensi, diabetes militus, rematik dan lainnya yang tergolong tidak menular sangat perlu dilakukan. Perlunya edukasi bagi lansia dan keluarga dalam menjaga kesehatan di usia senja. Peran keluarga sangatlah penting dalam mengingatkan lansia untuk melakukan pemeriksaan kesehatan dan mencegah penyakit yang sering terjadi. Kejadian hipertensi pada lansia menjadi kunci kebersamaan dalam melakukan manajemen didalam mengolah kebiasaan makan dan minum serta berolah raga. Tak lupa peran kader dalam pengendalian dan pencegahan penyakit hipertensi sangat penting (Marsito, Saraswati, and Ernawati 2025). Kader merupakan ujung tombak pelayanan kesehatan yang kadang menjadi tugas ganda antara di keluarga dan pelayanan kesehatan. Kader perlu di tambah pengetahuan dan ketrampilan agar pelayanan yang sudah baik yang diberikan pada Masyarakat menjadi lebih baik lagi. Pemberdayaan kader kesehatan dalam posyandu lansia akan meningkatkan layanan kesehatan (Dyahariesti, Yuswantina, and Lestari 2024). Bentuk kegiatan yang dilakukan kader melayani lansia yang membutuhkan perhatian khusus sangatlah dilakukan. Semuanya itu agar lansia terjaga kesehatannya melalui pelayanan posyandu lansia melalui peran kader kesehatan. Pelayanan posyandu lansia untuk menekan kejadian penyakit yang mungkin pada lansia, ini agar lansia sehat diusia senja.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi responden lansia menjalani pemeriksaan kesehatan:

Periksa kesehatan	Frekuensi	Persen
Tidak pernah	103	93,6
Kadang kadang	7	6,4
Total	110	100

Sumber :data primer

Hasil penelitian pada tabel 3. lansia melakukan pemeriksaan kesehatan dilayanan menunjukkan bahwa mayoritas hasilnya tidak pernah ada 103 orang (93,6%), dan kadang-kadang ada 7 orang (6,4%). Dilihat dari hasil penelitian terjadi peningkatan kejadian penyakit tidak menular yang mana lansia tidak pernah melakukan skrining kesehatan. Kemungkinan ini akan banyak lansia mengalami masalah penyakit yang dialaminya. Masalah penyakit dapat diantisipasi dengan melakukan pencegahan lansia dengan memeriksakan kesehatan di pelayanan terdekat seperti posyandu lansia. Melakukan pemeriksaan kesehatan pada lansia itu perlu dukungan dan komunikasi dengan keluarga atau orang terdekat. Jika dukungan keluarga kurang maka lansia tidak akan melakukan pemeriksaan kesehatan munculnya penyakit yang ada pada lansia akan terjadi.

Kegiatan posyandu lansia melakukan pemeriksaan kesehatan untuk mendeteksi penyakit yang diderita agar mudah melakukan monitoring kesehatannya (Rasmiati 2018). Pemanfaatan posyandu lansia menjadi tanggung jawab semua belah pihak termasuk petugas kesehatan dan lansia itu sendiri. Lansia untuk melakukan pemeriksaan kesehatan masih tergolong sulit dan kadang keterbatasan aktifitas yang mengantar lansia datang ke posyandu. Lansia perlu dimotivasi untuk melakukan pemeriksaan kesehatan dan deteksi dini penyakit yang diderita. Selain motifasi dukungan keluarga juga menjadi penting dalam meningkatkan lansia untuk melakukan pemeriksaan kesehatan (Wibowo and Angkatno 2024). Bahwa lansia dilakukan dukungan oleh keluarga akan

meningkatkan kunjungan ke posyandu dalam melakukan pemeriksaan kesehatan. Selain dukungan juga kualitas layanan posyandu yang berkualitas dapat meningkatkan lansia untuk memeriksakan kesehatan (Syifa et al. 2024). Cara memberikan pemahaman yang baik dan layanan yang berkualitas akan meningkatkan kunjungan lansia untuk memeriksakan kesehatan. Lansia rajin datang ke pelayanan jika sistem pelayanan dilakukan kader dengan baik, dan ada dorongan dari pihak keluarga dan ada monitoring dari atasan. Sistem pelayanan di posyandu dapat meningkatkan layanan lansia yang berdampak pada kualitas hidup lansia. Lansia menjadi sehat dan kualitas hidupnya baik jika lansia dilakukan motivasi dan penekanan akan kesehatan dilakukan oleh kader (Fitri et al. 2025). Kader kesehatan lansia menjadi peran penting melakukan pelayanan kepada lansia, perlu kader dilakukan peningkatan pelatihan akan layanan di posyandu.

Tabel 4 Distribudi frekuensi responden penggunaan obat tradisional dalam menjaga kesehatan lansia

Penggunaan obat tradisional	Frekuensi	Persen
Tidak pernah	47	42,7
Selalu	63	57,3
Total	110	100

Sumber :data primer

Hasil penelitian tabel 4 penggunaan obat tradisional untuk menjaga kesehatan lansia lebih banyak selalu ada 63 orang (57,3%), dan yang tidak pernah ada 47 orang (42,7%). Obat tradisional yang ada di masyarakat sifatnya banyak dijumpai dan lansia mudah menggunakan. Seperti jenis kencur, jahe, dan bumbu dapur yang setiap saat ada langsung bisa digunakan. Bumbu dapur sejenis bawang merah dan putih sangat baik untuk menjaga kesehatan Indonesia itu kaya akan bahan alam untuk obat-obatan tradisional. Kurangnya pengolahan dan pemahaman dalam menggunakan dan memanfaatkan bahan tersebut oleh lansia.

Pemanfaatan obat tradisional daun salam dalam pencegahan penyakit degenerative sangatlah perlu sebagai terapi komplementer pada penyakit degenerative (Irianto, Susandy, and Mardiyansih 2022). Daun salam sangatlah efektif untuk menurunkan penyakit hipertensi pada kaum lansia yang mana daun itu mudah didapat dan bermanfaat. Bahwa daun salam itu tumbuh dimana-mana yang mudah didapat dan efektif dalam menurunkan tekanan darah. Selain itu bisa digunakan untuk penyakit lain seperti asam urat dan menjaga kesehatan tubuh. Pemanfaatan obat tradisional dalam mencegah penyakit degenerative meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat akan kesehatan (Sihotang et al. 2025). Penyakit degenerative itu semua orang akan mengalami kalau sudah terjadi penuaan, akan tetapi perlu dijaga kesehatannya dengan cara mengatur dan menghindari pola makan yang mempercepat timbulnya penyakit. Seperti pola makan yang salah dan tidak sehat yang menjadikan lansia mudah terjadi penyakit hipertensi dan diabetes militus.

Tabel 5 Distribudi frekuensi responden Kondisi Lantai rumah Responden

Kondisi lantai rumah	Frekuensi	Persen
Tidak licin	103	93,6
licin	7	6,4
Total	110	100

Sumber :data primer

Hasil penelitian tabel 5 menunjukkan bahwa mayoritas kondisi lantai tergolong tidak licin ada 103 keluarga (93,6%), dan yang lantainya licin ada 7 keluarga lansia (6,4%). Untuk kondisi yang licin tergolong sedikit, akan tetapi itu akan berisiko menimbulkan kecelakaan pada lansia. Kecelakaan ini bisa diantisipasi dengan pemberian edukasi pada lansia dan keluarga. Kejadian kecelakaan berakibat dari kondisi licinnya lantai rumah lansia yang dihuni. Tindakan untuk mengurangi risiko kecelakaan karena licinnya lantai rumah bisa

di beri tempat untuk pegangan lansia saat berjalan.

Lingkungan rumah yang berhubungan dengan kejadian Risiko jatuh pada lansia di pedesaan berpotensi kecelakaan. Dalam penelitian bahwa lingkungan rumah dengan banyak lantai yang tidak rata risiko terjadinya jatuh (Dewi, Rofiatun, and Na'ima 2025). Jika lansia didrumah sendirian dan tidak ada alat bantu untuk pegangan lantainya licin kemungkinan besar Risiko jatuh tinggi. Ini berisiko terjadinya kecelakaan lansia dan berujung akan terjadi penyakit penyerta yang lebih parah (Campani et al. 2021). Lingkungan rumah yang kurang baik berisiko terjadi bahaya kecelakaan pada lansia. Hal ini bagaimana lansia untuk menjaga kesehatan untuk tetap sehat dalam menjaga kesehatannya di usia senja. Menjaga kesehatan lebih mudah dan efektif dibandingkan dengan mengobati dan melakukan perawatan yang membutuhkan biaya yang mahal. Lingkungan rumah yang menjadi lansia terjaga kesehatannya seperti tidak ada benda berserakan yang berpotensi mengakibatkan jatuhnya lansia. Selain itu agar lingkungan rumah bagus tidak licin perlu kader kesehatan dan sikap lansia untuk di lakukan peningkatan pemahaman kesehatan agar tidak terjadi kecelakaan (Saraswati and Utoyo 2025). Kader menjadi tolak ukur pelayanan terbawah di masyarakat yang selama ini selalu ada setiap saat saat lansia mengalami masalah. Kader juga melakukan motivasi agar sikap lansia akan berubah akan masalah perilaku yang kurang baik.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian Analisa faktor kesehatan lansia dalam pencegahan hipertensi di usia Senja dapat disimpulkan sebagai berikut. Untuk umur lansia mengikuti kegiatan penelitian mayoritas tergolong umur lansia yang masih awal yaitu 60 tahun sampai 69 tahun. Penyakit yang diderita dalam 3 bulan terakhir ini rematik, hipertensi dan diabetes melitus. Lansia melakukan pemeriksaan kesehatan menunjukan bahwa

banyak yang tidak pernah yang berpotensi Risiko tinggi kejadian penyakit. Untuk penggunaan obat tradisional lansia suka menggunakan obat tradisional dalam menjaga kesehatan. Sedangkan kondisi lingkungan rumah menggambarkan lantainya tidak licin, akan tetapi ada yang masih licin yang kemungkinan risiko kecelakaan lansia tinggi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ucapkan banyak terima kasih kepada pihak Puskesmas Sempor 1 yang telah memberikan waktu dan tempat untuk tempat penelitian. Selain itu Desa Sidoharum masyarakatnya yang telah memberikan informasi terkait dengan masalah kesehatan lansia. Dan juga Kepala Desa Sidoharum yang memberikan dukungan penelitian hingga pengambilan data dapat terlaksana. Mudah-mudahan informasi dan data ini dapat bermanfaat untuk perbaikan pelayanan keperawatan usia lanjut di Puskesmas dan Desa semoga bermanfaat

DAFTAR PUSTAKA

- Campani, Daiana, Silvia Caristia, Alex Amariglio, Silvia Piscone, Lidya Irene Ferrara, Michela Barisone, Sara Bortoluzzi, Fabrizio Faggiano, and Alberto Dal Molin. 2021. "Home and Environmental Hazards Modification for Fall Prevention among the Elderly." *Public Health Nursing (Boston, Mass.)* 38(3):493–501. doi:10.1111/phn.12852.
- Dewi, Syamsudin Kurnia, Rofiatun Rofiatun, and Aisyah Lifsantin Na'ima. 2025. "Faktor Lingkungan Rumah Yang Berhubungan Dengan Kejadian Jatuh Pada Lansia Di Pedesaan." *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan* 12(7):1427–35. doi:10.33024/jikk.v12i7.19967.
- Dyahariesti, Niken, Richa Yuswantina, and Ita Puji Lestari. 2024. "Pemberdayaan Kader Posyandu Lansia Dalam Meningkatkan Kualitas Pelayanan Kesehatan Bagi Lansia." *Indonesian*

- Journal Of Community Empowerment (IJCE)* 6(2):204–8. doi:10.35473/ijce.v6i2.3447.
- Fadhliha, Nurul, and Rina Puspita Sari. 2022. “Peran Keluarga Dalam Merawat Lansia Dengan Kualitas Hidup Lansia.” *Adi Husada Nursing Journal* 7(2):86. doi:10.37036/ahnj.v7i2.202.
- Fauziah Nasution, Fadilah Rahmi Nasution, Nazala Putri Hutasuhut, Rohima Dinda Kusumai, and Zahra Aulia. 2025. “Peran Keluarga dalam Meningkatkan Kesejahteraan Lansia.” *Observasi : Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi* 3(2):30–36. doi:10.61132/observasi.v3i2.1032.
- Fitri, Rahmi Pramulia, Denti Pertiwi, Hermawarni Br Harahap, and Asti Alimah. 2025. “Implimentasi Meja 5 Plus Dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia: Integrasi Layanan Gizi, Edukasi PHBS, Dan Kesehatan Reproduksi Di Posyandu.” *Health Care*.
- Fridolin, Agnes, Syamsuhuda Budi Musthofa, and Antono Suryoputro. 2022. “Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Gayamsari Kota Semarang: Kualitas Hidup Lansia.” *Jurnal Kesehatan Komunitas* 8(2):381–89. doi:10.25311/keskom.Vol8.Iss2.1227.
- Irianto, Iramie Duma Kencana, Vertika Susandy, and Ana Mardiyarningsih. 2022. “Studi Tingkat Pengetahuan Dan Pola Penggunaan Obat Tradisional Sebagai Terapi Komplementer Penyakit Degeneratif Di Kauman Nganjuk.” *Jurnal Jamu Kusuma* 2(2):64–75. doi:10.37341/jurnaljamukusuma.v2i2.38.
- Marsito, Marsito, Rina Saraswati, and Ernawati Ernawati. 2025. “The Role of Elderly Cadres in the Prevention and Control of Hypertension.” *Media Keperawatan Indonesia* 8(4):264–71. doi:10.26714/mki.8.4.2025.264-271.
- Misnaniarti. 2017. “Analisis Situasi Penduduk Lanjut Usia Dan Upaya Peningkatan Kesejahteraan Sosial Di Indonesia.” *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat* 8(2). <https://jikm.ejournal.unsri.ac.id/index.php/jikm/article/view/258>.
- Nasution, Fauziah, Ifa Maulida Rambe, Siti Vidian Ramadani, Nurul Afifah Tanjung, Nahbila Anjani, and Wandi Arputra Fanani. 2024. “Batasan Usia Dewasa Akhir (Lansia) Dan Keadaan Penduduk Lansia Di Indonesia.” *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial dan Pengabdian Kepada Masyarakat* 4(3):1972–80. doi:10.56832/edu.v4i3.689.
- Purwandari, Nila Putri, Renny Wulan Apriliyasari, Noor Faidah, and Emma Setiyo Wulan. 2025. “Peningkatan Pengetahuan Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi pada Sekolah Lansia di Desa Kutuk, Kecamatan Undaan, Kabupaten Kudus.” 2.
- Rasmiati, Ketut. 2018. “Pemanfaatan Posyandu Lansia.” *Terapeutik Jurnal : Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Dan Kedokteran Komunitas* 4(02):01–05.
- Rukini, Dr M. Sc. [Oktober] 2019. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Vol. VIII. Oktober. Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia.
- Saraswati, Rina, and Bambang Utoyo. 2025. “Peran Kader Kesehatan Dengan Sikap Lansia Dalam Pencegahan Hipertensi Puskesmas Sempor” *Health Care*.

- Siegal, Yosphine Sol, Taruli R Sinaga, Jasmen Manurung, Donal Nababan, and Henny Arwina Bangun. 2025. "Factors Affecting the Quality of Life of the Elderly in the Working Area of Medan Denai Public Health Center in 2025." *Jurnal Kesmas Dan Gizi (JKG)* 8(1):55–60. doi:10.35451/z5dqds18.
- Sihotang, Supran Hidayat, Siti Muliani Julianty, Ika Julianti Tambunan, Yessi Febriani, and Dea Anggreini. 2025. "Pemanfaatan Obat Tradisional Untuk Pencegahan Penyakit Degeneratif Pada Lansia." *Mejuajua: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat* 5(1):95–100. doi:10.52622/mejuajuaabdinas.v5i1.254.
- Sitanggang, Devi Margaretha, Vito Rogantina Nababan, Mei Sarah Tobing, and Bonaraja Purba. 2024. "Analisis Dampak Ageing Population di Indonesia." *Mesir: Journal of Management Education Social Sciences Information and Religion* 1(2):251–56. doi:10.57235/mesir.v1i2.2914.
- Sugiyono. (2019). 18 Januari. 2024. <https://www.scribd.com/document/703487690/Sugiyono-2019>.
- Sumarni, Sumarni. 2025. "Pengaruh Usia Lanjut terhadap Kesehatan Lansia." *Jurnal Berita Kesehatan* 18(2):74–79. doi:10.58294/jbk.v18i2.312.
- Syifa, Khotimah Zahrotus, Wahyudhi Sutrisno, Ali Maskuri, and Dwi Wahyu Santoso. 2024. "Pemeriksaan Kesehatan Lansia Di Posyandu Lansia Desa Genengsari Untuk Mendukung Kualitas Hidup Yang Lebih Baik Di Usia Senja." *Kumawula: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 7(3):780–86. doi:10.24198/kumawula.v7i3.53668.
- The Role of Elderly Cadres in the Prevention and Control of Hypertension | Marsito | *Media Keperawatan Indonesia*. n.d. Retrieved April 14, 2026. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/MKI/article/view/19410/pdf>.
- Trisnowati, Heni, Erni Gustina, Aabidah Ummu Aziizah, Rohmatus Naini, Diana Andriyani Pratamawati, and Utami Kartika. 2024. "Potret Penyakit Hipertensi Dan Diabetes Melitus Pada Usia Lanjut: Studi Potong Lintang Di Kota Yogyakarta: Portrait of Hypertension and Diabetes Mellitus Diseases in the Elderly: A Cross-Sectional Study in Yogyakarta City." *Jurnal Gizi Dan Kesehatan* 16(2):171–80. doi:10.35473/jgk.v16i2.552.
- Tursilowati, Sri Yuni, Raden Roro Viantika Kusumasari, and Yeni Isnaini. 2024. "Skrining Kesehatan Upaya Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular Pada Lansia Kalurahan Wonolelo, Bantul." *APMa Jurnal Pengabdian Masyarakat* 4(1):33–38. doi:10.47575/apma.v4i1.509.
- Wahyuni, Endang Sri, and Retna Febri Arifiati. 2025. "Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Aktivitas Sosial Lansia Di Masyarakat." 4(1).
- Wibowo, Nurhakim Yudhi, and Angkatno Angkatno. 2024. "Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Partisipasi Lansia Ke Posyandu Lansia Di Desa Bogares Kidul Kec. Pangkah." *MidWifery And Nursing Journal* 2(1):15–21.