

*SKRIPSI*

GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG HIPERTENSI PADA LANSIA DI  
DUSUN KADIROJO KALURAHAN PURWOMARTANI KALASAN  
KABUPATEN SLEMAN

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan



Oleh

Martina Patrisya Futunanembun

KP.15.01.093

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN S1 DAN NERS  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA  
YOGYAKARTA

2022

SKRIPSI  
GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG HIPERTENSI PADA LANSIA DI  
DUSUN KADIROJO KALURAHAN PURWOMARTANI KALASAN  
KABUPATEN SLEMAN

Disusun Oleh:

Martina Patrisya Futunanembun

KP. 15.01.093

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 04 Agustus 2022

**Susunan Dewan Penguji**

**Ketua Dewan Penguji**



**Patria Asda, S.Kep.,Ns.,M.P.H**

**Pembimbing Utama/Penguji I**



**Antok Nurwidi Antara, S.Kep., Ns., M.Kep.**

**Pembimbing Pendamping/Penguji II**



**Prastiwi Basuki Putri, S.K.M., M.Si.**

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar  
Sarjana Keperawatan

Yogyakarta, 2022

**Ketua Prodi Keperawatan dan Ners**



**Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep**

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di Bawah ini,

Nama :Martina Patrisya Futunanembun  
Nomor Induk Mahasiswa :KP.15.01.093  
Program Studi :Program Studi Keperawatan (SI) dan  
Ners  
Minat Studi :Keperawatan Komunitas  
Angkatan :2015-2016

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penyusunan skripsi dengan judul :

GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG HIPERTENSI PADA LANSIA  
DI DUSUN KADIROJO KALURAHAN PURWOMARTANI KALASAN  
KABUPATEN SLEMAN

adalah karya saya sendiri dan sepengetahuan saya belum pernah di publikasikan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Husada Yogyakarta maupun di instutusi lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari ternyata apa yang saya nyatakan tidak benar maka saya siap menerima sanksi akademik berupa pembatalan kelulusan dan pencabutan ijazah berserta gelar yang melekat.

Mengetahui

Pembimbing Utama/Penguji I

Yang Menyatakan



Antok Nurwidi Antara, S,Kep., Ns, M.Kep

Martina Patrisya Futunanembun

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas segala rahmat dan berkat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul **“Gambaran Pengetahuan tentang Hipertensi pada lansia di Kalurahan Purwomartani Dusun Kadirojo Kalasan Kabupaten Sleman ”**

Penulis menyadari bahwa Skripsi ini dapat diselesaikan atas berkat dukungan, bimbingan, kerja sama dan bantuan dari berbagai pihak baik bersifat materi maupun moral. Untuk itu peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dra, Ning Rintiswati, M.Kes selaku Ketua STIKES Wira Husada Yogyakarta
2. Yuli Ernawati, S.Kep.,Ns M.Kep selaku Ketua Program Studi Keperawatan S1 dan Ners STIKES Wira Husada Yogyakarta
3. Antok Nurwidi Antara, S.Kep., Ns M.kep Selaku pembimbing Utama yang telah dengan sabar memberikan bimbingan, pengarahan dan saran dalam menyelesaikan penelitian ini.
4. Prastiwi Putri Basuki, SKM., M.Si Selaku pembimbing kedua yang telah dengan sabar memberikan bimbingan, pengarahan dan saran dalam menyelesaikan penelitian ini.
5. Peneliti juga menyampaikan Banyak Terimakasih kepada Orang Tua, Bapa, Mama, Kaka, ade, Saudara-Saudari dan semua teman-teman yang tidak bosan memberikan dukungan dalam menyelesaikan tugas penelitian ini, terima kasih karena kekompakan dan kebersamaan kita.

Yogyakarta, April 2022

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
 <b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian .....	3
D. Manfaat .....	3
E. Keaslian .....	4
 <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Landasan teori .....	7
1. Hipertensi	
a) Pengertian Hipertensi .....	7
b) Penyebab .....	7

c) Klasifikasi Hipertensi .....	9
d) Manifestasi Klinik .....	9
e) Pemeriksaan Fisik .....	10
f) Penatalaksanaan .....	10
g) Komplikasi .....	11
h) Faktor-faktor Penyebab .....	12
2. Pengetahuan	
a) Pengertian Pengetahuan .....	16
b) Faktor-faktor yang mempengaruhi Pengetahuan.....	18
B. Kerangka Teori .....	20
C. Kerangka Konsep .....	21

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian .....	22
B. Waktu dan Tempat Penelitian .....	22
C. Populasi dan Sampel .....	23
D. Variabel Penelitian .....	25
E. Definisi Operasional .....	25
F. Metode Pengumpulan Data dan Alat Penelitian .....	25
G. Analisa Data .....	28
H. Jalannya Penelitian .....	30
I. Etika Penelitian .....	31

## **BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **A. Hasil Penelitian**

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian..... 33
2. Karakteristik Responden..... 34
3. Gambaran Pengetahuan Tentang Hipertensi..... 35

### **B. Pembahasan ..... 38**

### **C. Keterbatasan Penelitian..... 44**

## **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

### **A. Kesimpulan..... 45**

### **B. Saran..... 46**

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Klasifikasi Hipertensi .....	9
Tabel 2. Klasifikasi Indeks Masa Tubuh (IMT) .....	16
Tabel 3. Definisi Operasional .....	25
Tabel 4. Kisi-Kisi indikator Kuesioner .....	26
Tabel 5. Kisi-Kisi Kuesioner.....	27
Tabel 6. Pengkodean Responden.....	29
Tabel 7. Karakteristik Responden.....	34
Tabel 8. Pengetahuan Hipertensi pada Lansia.....	35
Tabel 9. Pengetahuan Hipertensi dan Jenis Kelamin.....	35
Tabel 10. Pengetahuan Hipertensi dan Umur.....	36
Tabel 11. Pengetahuan Hipertensi dan Sumber Informasi.....	37



## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori .....	20
Gambar 2. Kerangka Konsep .....	21

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. LATAR BELAKANG**

Hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah persisten dimana tekanan sistolik di atas 140 mmHg dan tekanan diastolik di atas 90 mmHg. Pada populasi lanjut usia.

Hipertensi merupakan satu dari penyakit tidak menular yang menjadi masalah dibidang kesehatan dan sering ditemukan pada pelayanan kesehatan primer yaitu puskesmas. Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik dari 140 mmHg dan diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang (Robbins, 2019)

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan peningkatan tekanan darah di atas normal. Penyakit ini dikategorikan sebagai *the silent disease* karena penderita tidak mengetahui dirinya mengidap hipertensi sebelum melakukan pemeriksaan tekanan darahnya (Girsang, 2017).

Hipertensi merupakan pemicu terjadinya stroke dan jantung coroner penyebab kematian. Selain masalah fisik, hipertensi juga menyebabkan masalah psikis pada lansia, dimana lansia merasa takut dan cemas akan penurunan fungsi tubuh karena penyakitnya, yang menyebabkan ketergantungan fisik pada orang lain (Padila, 2019).

Hipertensi lebih dikenal dengan istilah penyakit tekanan darah tinggi. Batas tekanan darah yang dapat digunakan sebagai acuan untuk menentukan normal atau tidaknya tekanan darah adalah tekanan sistolik dan diastolik. Berdasarkan JNC (*Joint National Comitee*), seorang dikatakan mengalami hipertensi jika tekanan sistolik 140 mmHg atau lebih dan diastolik 90 mmHg atau lebih (Chobaniam, 2019).

Hipertensi termasuk penyakit yang berbahaya karena akan membebani kerja jantung sehingga menyebabkan arteriosklerosis (pengerasan pada dinding arteri). Peningkatan tekanan darah dalam waktu lama dan tidak di deteksi sejak dini dapat menyebabkan penyakit kronik degeneratif seperti retinopati, kerusakan pada ginjal, penebalan dinding jantung dan penyakit yang berkaitan dengan jantung, stroke, serta kematian (Gunawan, 2017)

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Puskesmas Kalasan Kabupaten Sleman Yogyakarta pada tanggal 11-14 April 2022, didapatkan data lansia dengan jumlah laki-laki sebesar 946 dan perempuan 1089 sedangkan data Hipertensi pada lansia di Puskesmas Kalasan adalah 2035 lansia. Didapatkan juga jumlah lansia yang berada di Kalurahan Purwomartani sebanyak 877 diantaranya 493 (50,05%) laki-laki dan 384 (43,78%) perempuan lansia. Sedangkan data lansia yang berada di dusun Kadirojo sebesar 139 (15,84%) lansia diantaranya 78 (56,11%) laki-laki dan 61 (43,88%) perempuan. Berdasarkan hasil Studi Pendahuluan dengan 20 lansia yang terkena penyakit hipertensi di Puskesmas Kalasan yang sebelumnya telah mengikuti penyuluhan kesehatan, didapatkan 5 (25%) orang dari 20 lansia berusia >60 tahun sedangkan, 8 (40%) dari 20 lansia yang tidak bersekolah sehingga kurang pengetahuan dalam memahami cara pencegahan hipertensi dan 7 (35%) dari 20 lansia yang tidak bekerja sehingga kurang mendapatkan informasi tentang kesehatan (Hipertensi)

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang ada maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana Gambaran Pengetahuan tentang Hipertensi pada lansia di Dusun Kadirojo Kalurahan Purwomartani Kalasan Kabupaten Sleman” ?

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan tentang Hipertensi pada lansia di Dusun Kadirojo Kalurahan Purwomartani Kalasan Kabupaten Sleman.

### 2. Tujuan Khusus

- a) Untuk mengetahui karakteristik lansia yang terkena hipertensi berdasarkan Jenis Kelamin
- b) Untuk mengetahui karakteristik lansia yang terkena hipertensi berdasarkan Umur
- c) Untuk mengetahui karakteristik lansia yang terkena hipertensi berdasarkan Sumber Informasi

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Teoritis

Penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan tentang Gambaran Pengetahuan tentang Hipertensi pada lansia

### 2. Praktis

#### a. Bagi peneliti

Menambah pengetahuan dan pemahaman terhadap Gambaran Pengetahuan tentang Hipertensi pada lansia.

b. Bagi Mahasiswa/I keperawatan

Sebagai sumber informasi dan literature terhadap masalah hipertensi pada lansia

c. Bagi tempat penelitian Dusun Kadirojo

Sebagai sumber informasi untuk tindak lanjut terhadap lansia dengan hipertensi

d. Bagi responden

Penelitian ini diharapkan dapat membantu responden untuk mengetahui bagaimana gambaran pengetahuan hipertensi.

#### **E. Keaslian Penelitian**

1. Jatiningsih (2020) meneliti tentang Pengetahuan keluarga dalam kepatuhan minum obat hipertensi pada lansia, penelitian ini di laksanakan di dusun mojongapit desa mojongapit kecamatan jombang kabupaten jombang, desain penelitian ini adalah analitik *cross sectional*. Populasinya semua lansia yang terkena hipertensi di dusun Mojongapit Desa Mojongapit Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang sejumlah 34 orang, Teknik sampling menggunakan *purposive sampling* dengan sampelnya sejumlah 31 orang. Hasil penelitian sebagian besar (51,6%) responden mendapatkan dukungan keluarga yang baik, sejumlah 16 orang, hampir dari setengahnya (48,4%) responden patuh terhadap mengkonsumsi obat hipertensi, sejumlah 15 orang. Perbedaan pada peneliti sebelumnya memiliki variabel bebas yaitu dukungan keluarga dengan kepatuhan minum obat hipertensi sedangkan pada penelitian ini memiliki variabel Pengetahuan hipertensi, sedangkan persamaan pada penelitian ini adalah memiliki variabel terikat yaitu hipertensi pada lansia.

2. Setianingsih (2019) meneliti Hubungan antara tingkat pengetahuan tentang hipertensi dengan kejadian kekambuhan hipertensi lansia di desa Mancasan wilayah kerja Puskesmas I Baki Sukoharjo. Penelitian ini dilaksanakan di puskesmas I Baki Sukoharjo, Metode penelitian adalah deskriptif korelatif dengan rancangan *crosssectional*. Sampel penelitian adalah semua anggota posyandu lansia desa Desa Mancasan yang mengalami hipertensi dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Instrument penelitian menggunakan kuesioner pengetahuan dan data catatan kesehatan tekanan darah anggota posyandu lansia dari kader posyandu. Alat analisis data menggunakan uji *Chi Square*. Hasil penelitian diketahui 18 responden (22%) dengan pengetahuan baik, 42 responden (51,2%) dengan pengetahuan cukup, dan 22 responden (26,8%) dengan pengetahuan kurang. Frekuensi kekambuhan hipertensi diketahui 23 responden (28%) kategori sering, 35 responden (42,7%) kadang-kadang dan 24 responden (29,3%) jarang mengalami kekambuhan hipertensi. Persamaan pada penelitian ini dan penelitian sebelumnya memiliki variabel bebas yaitu hipertensi pada lansia, sedangkan perbedaan pada penelitian ini dan peneliti sebelumnya meneliti tentang tingkat pengetahuan diet hipertensi dan pada penelitian ini adalah tingkat pengetahuan hipertensi
3. Putri (2019) meneliti tentang Pengetahuan lansia dengan Hipertensi dalam mengikuti senam lansia di posyandu lanjut usia di desa wotgaleh sukoharjo, penelitian ini dilakukan di posyandu desa wotgaleh sukoharjo, Jenis penelitian yang digunakan *pre eksperiment* atau eksperimen semu. Rancangan penelitian yang digunakan adalah *one group pretest posttest*. Sampel dilakukan dengan teknik *non probability* sampling dengan metode *purposive*

*sampling*. Instrumen penelitian berupa senam lansia sebanyak 3 kali dalam 1 minggu. Setiap terapi senam dilakukan selama 40 menit. Teknik analisa data yang digunakan adalah uji *Wilcoxon Signed Ranks*. Hasil penelitian diketahui rata-rata tekanan darah sistolik sebelum senam lansia sebesar 167,50 mmHg dan setelah senam rata-rata tekanan darah sistol menjadi 161,47 mmHg. Sedangkan untuk tekanan darah diastol rata-rata sebelum senam 88,47 mmHg dan setelah senam rata-rata tekanan darah diastol menjadi 82,22 mmHg. Terdapat pengaruh senam lansia terhadap tekanan darah pada lanjut usia dengan Hipertensi di Posyandu lanjut usia Desa Wotgaleh Sukoharjo, perbedaan pada peneliti sebelumnya memiliki variabel bebas yaitu pengetahuan lansia dalam mengikuti senam lansia sedangkan pada penelitian ini memiliki variabel gambaran pengetahuan tentang hipertensi, sedangkan persamaan dalam penelitian ini adalah memiliki variabel terikat yaitu hipertensi pada lansia.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tentang PengetahuanHhipertensi pada Lansia di Dusun Kadirojo dapat diambil kesimpulan antara lain :

1. Gambaran pengetahuan tentang hipertensi kategori baik (42,5%), dan kategori kurang (57,5%). Jadi untuk pengetahuan tentang hipertensi pada lansia dikategorikan Kurang (57,5%).
2. Berdasarkan jenis kelamin, lansia Perempuan (60,0%) lebih banyak dibandingkan dengan lansia laki-laki (40,0%)
3. Lansia yang berumur 66-70 tahun (40,0%) lebih banyak terkena hipertensi dibandingkan pada tingkatan umur lainnya.
4. Berdasarkan sumber informasi yang didapatkan, kebanyakan lansia mendapatkan informasi dari keluarga dan perawat (100,0%).



## **B. Saran**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Gambaran Pengetahuan Tentang Hipertensi pada lansia dikategorikan Kurang, maka saran yang dapat diusulkan oleh peneliti adalah sebagai berikut :

1. Bagi tempat peneliti Dusun Kadirojo

Hasil penelitian ini memberikan informasi tentang tingkat pengetahuan hipertensi pada lansia di Wilayah kerja Dusun Kadirojo agar dapat ditindak lanjuti untuk meminimalisir tingkat pengetahuan hipertensi pada lansia.

2. Bagi Mahasiswa/i Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat dikembangkan lebih lanjut dengan mencari faktor-faktor lain yang berhubungan dengan tingkat pengetahuan tentang hipertensi pada lansia, maupun sebagai pedoman bagi mahasiswa/i untuk melakukan penelitian sejenis pada wilayah yang berbeda.

3. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan terutama yang berkaitan dengan gambaran pengetahuan tentang hipertensi pada lansia.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alikin, A., dkk. (2014). Pengaruh Back Massage dengan Aromaterapi Lavender terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi Di Desa Kedungasri Kecamatan Ringinarum. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*.
- Anggara Dwi, F H dan Prayitno N. (2019). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Tekanan Darah di Puskesmas Telaga Murni Cikarang Barat*. Jakarta: Program Studi Kesehatan Masyarakat STIKES MH. Thamrin. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. Vol 5/ No.1
- Anggara, (2018). Tingginya resiko terkena hipertensi pada pendidikan yang rendah.
- Arikunto, (2013). Kriteria tingkat pengetahuan.
- Arikunto, Suharsimi. (2018). *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Beevers, (2020). Faktor resiko utama terjadinya hipertensi.
- Beckerman, James (2014). *"DASH Diet and High Blood Pressure"*. <http://www.webmd.com/hypertension-high-blood-pressure/guide/dash-diet> diakses 15 Februari 2016
- Chobaniam (2019)*. Pengertian Hiertensi dan upaya pencegahan serta cara pengukuran.
- Cristanto, et al., (2019) Pedoman Manajemen Upaya Kesehatan Lanjut Usia*
- Corwin, E. (2019). *Buku Saku Patofisiologi*. EGC. Jakarta.

- Depkes RI. Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Indonesia tahun (2016).  
Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Depkes RI;  
(2019)
- Depkes RI (2019). *Pedoman Manajemen Upaya Kesehatan Lanjut Usia Di  
Puskesmas Edisi Pertama*. Jakarta Depkes R
- Dian, ratnasari setianingsih, (2017) *Hubungan dukungan keluarga dengan  
kepatuhan diet hipertensi pada lansia*, di dusun mojongapit.
- Girsang, D. (2019). *Hipertensi*. Available from:  
<http://kardioipdrscm.com/5891/berita-dan-informasi/hari> Kesehatan  
dunia-2013-kampanye-papdi-melawan hipertensi[Accessed 2 Februari  
2016]
- Gunawan, (2017) *Komplikasi hipertensi dang penyakit dan pendeteksi penyakit  
hipertensi sejak dini*.
- Hartini, S. & Mulyanti. (2012) *Efektivitas Senam Lansia Terhadap Penurunan  
Kadar Koleterol Darah Pada Lansia Merokok di Dusun Pirak Mertosutan  
Sidoluhur Godean Sleman Yogyakarta Tahun 2009*. *Jurnal Kesmadaska*,  
3(1): 1–10.
- Hidayat, (2019). *Masalah etika penelitian keperawatan*.
- Isesreni & Minropa, A. (2011). *Pengaruh Senam Lansia Terhadap Penurunan  
Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di RW II, RW XIV, dan  
RW XXI Kelurahan Surau Gadang Wilayah Kerja  
Puskesmas Nanggalo Padang Tahun (2011) [Tesis]*. Padang:  
Stikes Mercubaktijaya
- Jatiningsih (2020), *Pengetahuan keluarga dalam kepatuhan minum obat  
hipertensi pada lansia*.

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Profil Kesehatan Indonesia (2015). Jakarta: Kementerian Kesehatan Indonesia; (2016).
- Kemenkes, R.I. (2013). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun (2013)*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Khomsan, (2018). Faktor-faktor penyebab hipertensi.
- Kunti, Jatiningsih (2016), *Pengaruh senam lansia terhadap tekanan darah pada lanjut usia dengan hipertensi*. Posyandu desa Wotgaleh Sukoharjo.
- Kusmana, D. (2020). *Olahraga Untuk Orang Sehat dan Penderita Penyakit Jantung Trias Sok & Senam 10 Menit Edisi 2*. Jakarta: FKUI.
- Marsella Caesawinda.T (2018) Gambaran pengetahuan tentang hipertensi pada lansia yang diperiksa di puskesmas Kalasan Kabupaten Sleman
- Maryam, R. S., Mia, F. E., Rosidawati., Ahmad, J., & Irwan, B. (2018). *Mengenal usia lanjut dan perawatannya*. Jakarta: Salemba. Salemba
- Misnadiarly, (2018). Prevalensi peningkatan obesitas dengan seiringnya bertambah umur pada seseorang.
- Notoadmojo, Soekidjo. (2019). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Putra.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2018). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurarif .A.H. dan Kusuma. H. (2020). *APLIKASI Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis & NANDA NIC-NOC*. Jogjakarta: Medication.

- Nurrahmani, U. (2012). *Stop! Kolesterol Tinggi*. Yogyakarta : Falimia (Group Relasi Intimedia)
- Nursalam. (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2015). *Metodologi Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 3*. Jakarta: Salemba Medika.
- Padmawinata. (2019). *Pengendalian Hipertensi*. Bandung.
- Padila. (2019). *Asuhan Keperawatan Penyakit Dalam*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Price, S. & Wilson, L. (2016). *Penyakit sererovaskuler*. Dalam: Hartanto Huriawati, (ed). *Patofisiologi Konsep Klinis, Proses – Proses Penyakit*. EGC. Jakarta: p.1183-95.
- Pudjiastuti, S.S (2013). *Fisioterapi pada lansia*. Jakarta: EGC.
- Purwati Susi, (2010). *Perencanaan Menu untuk Penderita Tekanan Darah Tinggi*. Panebar Swadaya. Jakarta.
- Putri, (2019). Pengetahuan lansia dengan hipertensi dalam mengikuti senam lansia di posyandu lanjut usia.
- Ramayulis. (2018). *Menu dan Resep untuk penderita hipertensi*, Jakarta :Penebar Plus
- Reny, Y.A. (2014). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik Aplikasi Nanda NIC dan NOC*. Jakarta: Trans Info Medika.
- Riduwan. (2019) .Skala Pengukuran Variabel-variabel Penelitian. Bandung: Alfabeta

- Risanti Astika Putri (2014), *Hubungan antara tingkat pengetahuan tentang diet hipertensi dengan kejadian kekambuhan hipertensi lansia*, Puskesmas I Baki Sukoharjo.
- Robins. (2019). Pengertian tentang hipertensi dan cara pengukuran tekanan darah
- Rosta, (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi.
- Setia Ningsih, (2019). Hubungan antara tingkat pengetahuan tentang hipertensi dengan kejadian kekambuhan hipertensi pada lansia.
- Setiawan, G.W., Wungouw, H.I.S. & Pangemanan, D.H.C. (2013). *Pengaruh Senam Bugar Lanjut Usia (Lansia) Terhadap Kualitas Hidup Penderita Hipertensi*. Jurnal e-Biomedik (eBm). 1(2): 760–764.
- Stanley, Mickey & Patricia Gauntlett Beare. (2017). 6. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik* ed. 2. Jakarta: EGC
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta
- Sumedi, Taat dkk. (2010). Jurnal Penelitian tentang *Pengaruh Senam Lansia terhadap Penurunan Skala Insomnia pada Lansia di Panti Wredha Pewanata Cilacap*. Diakses pada tanggal 9 April 2016.
- Tamara, E., dkk. (2010). Hubungan Antara Dukungan Keluarga dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Di RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau. *Jom Psik* vol.1, no.2 oktober 2014
- Tegawati, L.M., (2019). *Pengaruh Senam Lansia Terhadap Penurunan Tingkat Depresi Pada Orang Lanjut Usia*. Jurnal Psikologi. 1(2): 36–45.

- Utami, Prapti. (2019). *Solusi Sehat Mengatasi Hipertensi*, Agromedia Pustaka. Jakarta
- Virgianto dan Purwaningsih, (2018). Kelebihan status nutrisi yang berdampak buruk bagi penderita hipertensi.
- Wahyuni, (2013). Hubungan Tingkat Pendidikan dan Jenis Kelamin dengan Kejadian Hipertensi Di Kelurahan Jagalan Di Wilayah Kerja Puskesmas Pucangsawit Surakarta. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*. Vol. 1, No.1
- Wahyuningsih, dan Astuti, E. (2013). Faktor Yang Mempengaruhi Hipertensi pada Usia Lanjut. *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia*. Vol. 1, No. 3, Tahun 2013, 71-75
- Wawan dan Dewi, (2011). Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan.
- Widiana, I.M.R., dan Ani, L.S. (2017). Prevalensi dan Karakteristik Hipertensi pada Pralansia dan Lansia di Dusun Tengah, Desa Ulakan, Kecamatan Manggis. *E-Jurnal Medika*. Vol. 6, No. 8, Agustus 2017.
- Widiantri dan Atikah. 2018. *Senam Kesehatan*, Nuha Medica: Yogyakarta
- Yogiantoro, M., (2018). *Hipertensi Esensial*. In: Sudoyo, A.W., et al eds. Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam 5th ed. Jilid II. Jakarta: Interna Publishing, 1079-1085.

