

## DAFTAR PUSTAKA

- Aldiansa, et al. 2023. "Hubungan Perilaku Pencegahan Komplikasi Dengan Activity Daily Living Dan Tekanan Darah Penderita Hipertensi." *Https://Myjurnal.Poltekkes-Kdi.Ac.Id/Index.Php/Hijp* 4(3): 248–53.
- Andala, Sri et al. 2022. "Family Duties to Prevent Hypertension." 0966(3): 85–93.
- Andri Nur Sholihah, al at. 2024. "PROGRAM SENAM HIPERTENSI , PEMERIKSAAN DAN." : 6–11.
- Aronow, Wilbert S. 2020. "American Journal of Preventive Cardiology Managing Hypertension in the Elderly : What ' s New ?" *American Journal of Preventive Cardiology* 1(March): 100001. <https://doi.org/10.1016/j.ajpc.2020.100001>.
- Asdar, Faisal. 2023. "Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia." 3: 90–99.
- Asih, Mamlu Atur Rohimah dan Susi Wahyuning. 2021. "Efforts To Improve Elderly Knowledge About Hypertension Through Health Education Program 'Cerdik' In The Work Area Of Patrang Puskesmas, Jember )." 10(1): 90–97.
- Assyakurrohim, Dimas, Dewa Ikham, Rusdy A Sirodj, and Muhammad Win Afgani. 2022. "Metode Studi Kasus Dalam Penelitian Kualitatif." *Jurnal Pendidikan Sains dan Komputer* 3(01): 1–9.
- Azadi, Nemam Ali et al. 2021. "The Effect of Education Based on Health Belief Model on Promoting Preventive Behaviors of Hypertensive Disease in Staff of the Iran University of Medical Sciences." *Archives of Public Health* 79(1): 1–8.
- Batlajery, Thersya Miranda, and Simon Pieter Soegijono. 2019. "Persepsi Kesehatan Dan Well-Being Penderita Hipertensi Di Desa Ritabel." *Insight : Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi* 15(1): 39.
- Berliana, Novi, and Renny Listiawaty. 2020. "Behavioral Risk Factors in Prevention of Hypertension Among Adolescent." *Journal of Global Research in Public Health* ISSN 5(2): 210–16. <https://doi.org/10.30994/jgrph.v5i2.282>Website:<https://jgrph.org/index.php/JGRPH>.
- Dedy Kuswoyo, Sintia Mutia, A.T. 2022. "Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia." *Journal of Language and Health* 3(2): 71–78. <https://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JLH/article/view/1445>.
- Edy Soetanto, Rziski Marseli. 2020. "Persepsi Lansia Hipertensi Dan Perilaku Kesehatannya 1-2." : 244–51.
- Erviana, Dita, and Muhammad Azinar. 2022. "HIGEIA JOURNAL OF PUBLIC HEALTH Determinan Perilaku Pencegahan COVID-19 Pada Ibu Hamil Trimester III." 6(3): 362–74.
- Eva Rayanti, Rosiana et al. 2021. "J u r n a l K e p e r a w a t a n M u h a m m a d i

- y a h Health Belief Model Dan Management Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Primer Di Papua.” *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah* 6(1): 2021.
- Fadhilah, Khayatol, Mapeaty Nyorong, and Aida Fitria. 2022. “Faktor Yang Memengaruhi Pemanfaatan Posbindu Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Mon Geudong Lhoekseumawe Factors That Influence the Use of Posbindu for the Elderly at Working Area of Mon Geudong Health Center Lhoekseumawe.” *Jurnal Penelitian Kesehatan* 8(2): 1344–53.
- Fadhilah Tiara Putri, Rani Ardina, Tri Wijayanto. 2023. “Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Pencegahan Hipertensi Primer Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Wates.” *Jurnal Penelitian Sistem Kesehatan*: 20–34.
- Febriani, Christin Angelina, Agung Aji Perdana, and Tati Diana Sari. 2021. “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemanfaatan Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular.” *Jurnal Penelitian Perawat Profesional* 3(1): 165–78.
- Handayani, Irma, and Sri Wahyuni. 2021. “Efektivitas Daun Seledri Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Pembantu Beragam Kota Binjai Tahun 2021.” *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan* 6(2): 112.
- Hedaya Putri, Angelina at al. 2024. “Hubungan Senam Dan Kepatuhan Minum Obat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Prolanis Di Wilayah Kerja Puskesmas Samalantan Provinsi Kalimantan Barat PISSN:2355-7583 | EISSN:2549-4864 [Http://Ejurnalmalahayati.Ac.Id/Index.Php/Kesehatan.](http://Ejurnalmalahayati.Ac.Id/Index.Php/Kesehatan.)” 11(6): 1135–45.
- Hermanto, Hermanto, and Katmini Katmini. 2021. “Application of HBM Theory (Health Belief Model) to Preventing Behavior of Hypertension Complications in Public Health Center Raas, Sumenep Regency.” *Journal for Quality in Public Health* 5(1): 149–59.
- Ibraheim, W. N. 2023. “Molecular Determination of Toll-Like Receptors 2 and 4 among Asthmatic Patients in Basrah, South Iraq.” *Iranian Journal of War and Public Health* 15(2): 133–39.
- Ismayadi, Tedi, Wiwiek Rabiatal Adawiyah, and Budi Aji. 2021. “Pengaruh Health Belief Model Terhadap Kepatuhan Kontrol Pengobatan Dengan Coronaphobia Sebagai Variabel Moderasi.” *Jurnal Ekonomi, Bisnis, dan Akuntansi (JEBA)* 23(4): 96–109.
- Iswahyudi Yasril, Abdi, and Khairul Abbas. 2023. “Analisis Perilaku Pencegahan Dan Pengendalian Di Kota Bukittinggi.” *Jurnal Endurance : Kajian Ilmiah Problema Kesehatan* 8(2): 291–300. <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/%0Ahttps://sinta.kemdikbud.go.id/journals/profile/1162>.
- Kasfarina, Dwi et al. 2023. “HUBUNGAN PENGETAHUAN PENGGUNAAN TANAMAN HERBAL DENGAN PERILAKU PEMANFAATAN TANAMAN HERBAL.” 18(2): 58–64.

- Kikawada, R., and T. Tsuyusaki. 2020. "Characteristics of Hypertension in the Elderly." *Nippon rinsho. Japanese journal of clinical medicine* 50 Suppl(2): 337–43.
- Laili, Nurul, Efa Nur Aini, and Putri Rahmayanti. 2023. "Hubungan Model Kepercayaan Kesehatan (Health Belief Model) Dengan Kepatuhan Minum Obat Pada Pasien Hipertensi." *Jurnal Kesehatan Holistic* 7(2): 1–13.
- LI, Didusun et al. 2024. "Upaya Pencegahan Dan Pengendalian Hipertensi Melalui Penyuluhan Kesehatan Dan Kegiatan Senam Hipertensi Pada Lansia." 3(2): 255–58.
- Massa, Kartini dan Leni Arini M. 2021. "Sam Ratulangi." 2(September): 46–52.
- Maya Handayani, Achmad Kusyairi, dan Suhari. 2023. "Hubungan Dukungan Keluarga Dan Self-Care Dengan Kualitas Hidup Pasien Hipertensi." 4: 1871–81.
- Mohi, Niken Y., Irwan Irwan, and Zul Fikar Ahmad. 2023. "Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Wonggarasi I." *Journal Health & Science: Gorontalo Journal Health and Science Community* 8(1): 1–13.
- Nadiya Sahara Annisa, et al. 2024. "No Title." 6: 657–65.
- Nilawati, Intan. 2023. "Hipertensi Merupakan Hubungan Jenis Kelamin, Pendidikan, Dan Lama Menderita Hipertensi Dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi Di Puskesmas Cilacap Selatan II." *Jurnal Medika Usada* 6(1): 6–12.
- Nova, Maulana. 2022. "Jurnal Peduli Masyarakat." 4: 163–68.
- Nurul Fadillah et al. 2023. "Humantech Jurnal Ilmiah Multi Disiplin Indonesia Faktor Determinan Perilaku Cek Tekanan Darah Di Rumah Pada Penderita Hipertensi." 2(5): 830–39.
- Oliveros, Estefania et al. 2020. "Hypertension in Older Adults: Assessment, Management, and Challenges." *Clinical Cardiology* 43(2): 99–107.
- Pius AL, at al. 2021. "Hypertension: A Global Health Crisis." *Annals of Clinical Hypertension* 5(1): 008–011.
- Pra, Pada et al. 2022. "FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI." 5(2): 135–47.
- Ruangthai, Ratre, and Jatuporn Phoemsapthawee. 2019. "Combined Exercise Training Improves Blood Pressure and Antioxidant Capacity in Elderly Individuals with Hypertension." *Journal of Exercise Science and Fitness* 17(2): 67–76. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jesf.2019.03.001>.
- Sani, Andi, Rezky Aulia Yusuf, and Nyla Hatta. 2020. "Pengaruh Aktivitas Jalan Pagi Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Pusat Pelayanan Sosial Lanjut Usia." 1(2).
- Sari, Elpiana at al. 2023. "Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Seledri Pada

Lanisa Terhadap Penurunan Tekanan Darah.” : 29–33.

- Stephen, Fred et al. 2020. “Journal of the Neurological Sciences Low Blood Pressure Levels & Incident Stroke Risk among Elderly Ghanaians with Hypertension.” 413(December 2019).
- Surani, Vincencius, Lilik Pranata, and Teresia Erina Sestiyowati. 2022. “Relationship between Family Support and Self-Care in Hypertension Patients Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Self-Care Pada Penderita Hipertensi.” 1(7): 1447–58.
- Susanto, Slamet Edi, and Tophan Heri Wibowo. 2022. “Effectiveness of Giving Deep Relaxation To Reduce Pain In.” *Jurnal Inovasi Penelitian* 3(4): 5841–46.
- Triandini, Rini. 2022. “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Dua Puluh Tiga Ilir Kota Palembang Tahun 2021.” 22(1): 308–13.
- Umah, Khoiroh, Roihatul Zahroh, Mono Pratiko, and Yuli Melli Kinarti. 2019. “Penyuluhan Hipertensi Pada Lansia Sebagai Upaya Mencegah Dan Pengendalian Hipertensi Di Posyandu Lansia Di Desa Suci Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik.” 1(2): 132–36.
- Wahyuni, Yudi Abdul Majid, and Dewi Pujiana. 2023. “Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Tekanan Darah Lansia Penderita Hipertensi.” *Jurnal Inspirasi Kesehatan* 1(1): 65–71.
- Wahyuningsih, Wiwin, and Antari Ayuning Arsi. 2021. “48016-Article Text-133895-1-10-20210709.” 10(1): 108–20.
- Wiksuarini, Erwin et al. 2023. “Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Posbindu Desa Babakan Asem Kabupaten Tangerang.” *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda* 11(2): 445–51.
- Yanti, Meyi, and Defi Yulita. 2021. “Senam Lansia Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi.” 5(1): 44–52.
- Yuniwati, Cut, Silfia Dewi, Jurusan Kebidanan, and Poltekkes Kemenkes Aceh. 2023. “HUBUNGAN SENAM DENGAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA THE RELATION OF GYMNASTIC WITH BLOOD PRESSURE.” 3(1): 163–70.
- Yusmaniar, at al. 2020. “Pengaruh Alarm Minum Obat (Amino) Untuk Meningkatkan Kepatuhan Minum Obat Pasien Hipertensi.” *Jurnal Ilmiah Ibnu Sina (JIIS): Ilmu Farmasi dan Kesehatan* 5(1): 96–107.
- Yustinus et al. 2021. “JURNAL Promotif Preventif.” 4(1): 39–50.
- Widayati Aris. 2020. *Perilaku Kesehatan (Health Behaviour): Aplikasi Teori Perilaku Untuk Promosi Kesehatan*. Yogyakarta: Sanata Dharma University Press

# LAMPIRAN

## Lampiran 1 Informend Consent

### Informan Consent

(Persetujuan Setelah Penjelasan)

Bapak/Ibu/Saudara Yth,

Perkenalkan nama saya Vanny Adyani, Mahasiswa S2 Program Studi Kesehatan Masyarakat Pascasarjana Universitas Hasanuddin Makassar yang akan melakukan penelitian dengan judul **“Perilaku Pencegahan Penyakit Hipertensi di Lansia Pada Wilayah Kerja Puskesmas Cendana Putih Kecamatan Mappedeceng kabupaten Luwu Utara”**. Tidak ada resiko fisik yang akan terjadi dalam penelitian ini. Risiko yang mungkin didapat adalah waktu yang tersita dari Bapak/Ibu sekalian untuk menjawab pertanyaan mengenai perilaku pencegahan penyakit hipertensi di lansia sekitar 30-60 menit.

Saya Mahasiswa yang sedang melakukan penelitian terkait perilaku pencegahan yang dilakukan oleh lansia terkait penyakit hipertensi yang diderita, penelitian ini penting untuk dilakukan dalam upaya pencegahan penyakit hipertensi yang banyak diderita oleh lansia sehingga dapat memberikan pemahaman bahwa perilaku pencegahan ini dapat bermanfaat bagi kesehatan lansia. Untuk itu, kami melakukan wawancara mendalam kepada Bapak/Ibu untuk mendapatkan informasi yang dimaksud. Informasi yang disampaikan dari wawancara mendalam dengan menggunakan pedoman wawancara ini akan dirahasiakan. Informasi dari Bapak/Ibu sangat berharga untuk mendapatkan informasi yang akurat dan valid.

Oleh karena itu kami berharap Bapak/Ibu dapat meluangkan waktu dan bersedia untuk diwawancarai. Wawancara akan berlangsung kurang lebih 30 menit, atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu sebagai informan kami ucapkan terima kasih.

Lampiran 2 Kesiediaan Menjadi informan

Kesiediaan Menjadi informan

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Informan :

Umur :

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah mendapatkan penjelasan mengenai maksud dari pengumpulan data untuk penelitian ini tentang “**Perilaku Pencegahan Penyakit Hipertensi di Lansia Pada Wilayah Kerja Puskesmas Cendana Putih Kecamatan Mappedeceng kabupaten Luwu Utara**”. Untuk itu, secara sukarela saya menyatakan bersedia menjadi informan penelitian tersebut.

Adapun bentuk sediaan saya adalah :

1. Bersedia ditemui dan memberi keterangan yang diperlukan untuk keperluan penelitian ini.
2. Bersedia menjawab pertanyaan dengan wawancara mendalam

Demikianlah pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan dengan penuh kesadaran tanpa paksaan.

Luwu Utara, Juli 2024  
Informan

(.....)

## Lampiran 3 Pedoman Wawancara

### Daftar Pertanyaan

#### 1. Informan Utama

##### a. Lansia

No	Daftar Pertanyaan
1.	Aktivitas fisik seperti apa yang bapak/ibu lakukan untuk melakukan pencegahan hipertensi dalam kehidupan sehari-hari ?
2.	Sudah berapa lama bapak/ibu melakukan aktivitas ini ?
3.	Apakah di desa bapak/ibu terdapat pemeriksaan kesehatan yang rutin dilakukan ? jika iya sudah berapa lama ada pemeriksaan kesehatan tersebut dan seperti apa pemeriksaannya ?
4.	Mengenai pemeriksaan tekanan darah, dimana bapak/ibu biasa melakukan pemeriksaan tersebut ? apakah bapak/ibu rutin melakukannya ?
5.	Apakah bapak/ibu mengonsumsi obat hipertensi ? jika iya, bagaimana bapak/ibu mendapatkan obat hipertensi ?
6.	Mengenai obat hipertensi apakah bapak/ibu sering mengkonsumsinya lalu perubahan seperti apa yang bapak/ibu rasakan setelah mengonsumsi obat hipertensi ?
7.	Bagaimana dukungan keluarga mengenai penyakit hipertensi ini ?

##### b. Informan kunci (Petugas Kesehatan)

No	Daftar pertanyaan
1.	Aktivitas fisik seperti apa yang dapat dilakukan oleh lansia dirumah dalam kesehariannya untuk melakukan pencegahan hipertensi ?
2.	Berapa lama aktivitas fisik yang dapat dilakukan oleh lansia ?
3.	Apakah terdapat pemeriksaan kesehatan yang rutin dilakukan ? jika iya sudah berapa lama ada pemeriksaan kesehatan tersebut dan seperti apa pemeriksaannya ?
4.	Mengenai pemeriksaan tekanan darah, dimana lansia dapat melakukan pemeriksaan tersebut ? apakah lansia rutin melakukannya ?
5.	Apakah lansia mengonsumsi obat hipertensi ? jika iya, bagaimana lansia mendapatkan obat hipertensi ?
6.	Bagaimana mengenai obat hipertensi, apakah lansia rutin mengonsumsi obat hipertensinya dan bagaimana dampak kesehatan yang dapat dirasakan lansia dalam mengonsumsi obat hipertensi ?
7.	Bagaimana dukungan keluarga lansia mengenai penyakit hipertensi ini ?

c. Informan pendukung (keluarga lansia)

No	Daftar pertanyaan
1.	Aktivitas fisik seperti apa yang dapat dilakukan oleh lansia dirumah dalam kesehariannya untuk melakukan pencegahan hipertensi ?
2.	Berapa lama aktivitas fisik yang dapat dilakukan oleh lansia ?
3.	Apakah di desa bapak/ibu terdapat pemeriksaan kesehatan yang rutin dilakukan ? jika iya sudah berapa lama ada pemeriksaan kesehatan tersebut dan seperti apa pemeriksaannya ?
4.	Mengenai pemeriksaan tekanan darah, dimana lansia dapat melakukan pemeriksaan tersebut ? apakah bapak/ibu rutin melakukannya ?
5.	Apakah lansia mengkonsumsi obat hipertensi ? jika iya, bagaimana lansia mendapatkan obat hipertensi ?
6.	Mengenai obat hipertensi apakah lansia sering mengkonsumsinya lalu perubahan seperti apa yang lansia rasakan setelah mengkonsumsi obat hipertensi ?
7.	Bagaimana dukungan keluarga mengenai penyakit hipertensi ini ?

Lampiran 4 Lembar Observasi

Lembar Observasi

No	Aspek/Dimensi	Indikator	Kesesuain	
			Ya	Tidak
1	Program hipertensi lansia di Puskesmas Cendana Putih	Apakah diterapkan dan di jalankan disetiap desa	√	
2	Pemeriksaan kesehatan	Apakah pemeriksaan kesehatan rutin di laksanakan	√	
3	Aktivitas senam lansia yang dilakukan secara rutin di Puskesmas	Apakah aktivitas senam lansia dilakukan rutin di Puskesmas	√	
4	Aktivitas mengkonsumsi tanaman herbal sebagai obat tradisional	Apakah lansia mengkonsumsi tanaman herbal sebagai obat tradisional hipertensi	√	
5	Aktivitas sehari-hari yang sering dilakukan oleh lansia untuk menunjang perilaku pencegahan hipertensi	Apakah lansia melakukan aktivitas selain senam untuk menunjang perilaku pencegahan hipertensi	√	

Lampiran 5 Surat Rekomendasi Persetujuan Etik Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS HASANUDDIN  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

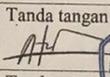
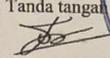
Jln.Perintis Kemerdekaan Km.10 Makassar 90245, Telp.(0411) 585658,  
E-mail : fkm.unhas@gmail.com, website: https/fkm.unhas.ac.id/

**REKOMENDASI PERSETUJUAN ETIK**

Nomor : 1373/UN4.14.1/TP.01.02/2024

Tanggal: 05 Juni 2024

Dengan ini Menyatakan bahwa Protokol dan Dokumen yang Berhubungan dengan Protokol berikut ini telah mendapatkan Persetujuan Etik :

No. Protokol	27524082168	No. Sponsor Protokol	
Peneliti Utama	Vanny Adyani	Sponsor	Pribadi
Judul Peneliti	Perilaku Pencegahan Penyakit Hipertensi Lansia Pada Wilayah Kerja Puskesmas Cendana Putih Kecamatan Mappedeceng kabupaten Luwu Utara		
No.Versi Protokol	1	Tanggal Versi	27 Mei 2024
No.Versi PSP	1	Tanggal Versi	27 Mei 2024
Tempat Penelitian	Puskesmas Cendana Putih, Kec. Mappedeceng, Kab. Luwu Utara		
Judul Review	<input type="checkbox"/> Exempted <input checked="" type="checkbox"/> Expedited <input type="checkbox"/> Fullboard	Masa Berlaku <b>05 Juni 2024</b> Sampai <b>05 Juni 2025</b>	Frekuensi review lanjutan
Ketua Komisi Etik Penelitian	Nama : Prof.dr.Veni Hadju,M.Sc,Ph.D	Tanda tangan	 05 Juni 2024
Sekretaris komisi Etik Penelitian	Nama : Dr. Wahiduddin, SKM.,M.Kes	Tanda tangan	 05 Juni 2024

Kewajiban Peneliti Utama :

1. Menyerahkan Amandemen Protokol untuk persetujuan sebelum di implementasikan
2. Menyerahkan Laporan SAE ke Komisi Etik dalam 24 Jam dan dilengkapi dalam 7 hari dan Laporan SUSAR dalam 72 Jam setelah Peneliti Utama menerima laporan
3. Menyerahkan Laporan Kemajuan (progress report) setiap 6 bulan untuk penelitian resiko tinggi dan setiap setahun untuk penelitian resiko rendah
4. Menyerahkan laporan akhir setelah Penelitian berakhir
5. Melaporakn penyimpangan dari protocol yang disetujui (protocol deviation/violation)
6. Mematuhi semua peraturan yang ditentukan



## Lampiran 6 Surat Permohonan Izin Penelitian dari Fakultas Kesehatan Masyarakat



KEMENTERIAN PENDIDIKAN KEBUDAYAAN,  
RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS HASANUDDIN  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
Jl. Perintis Kemerdekaan Km.10 Makassar 90245, Telp.(0411) 585658,  
e-mail : fkm.unhas@gmail.com, website: https://fkm.unhas.ac.id/

Nomor : 04947/UN4.14.1/PT.01.04/2024  
Lamp. : ---  
Hal : Permohonan Izin Penelitian  
Yth. : Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu  
Cq. Bidang Penyelenggaraan Pelayanan Perizinan  
Provinsi Sulawesi Selatan  
Di  
Tempat

Dengan ini kami sampaikan bahwa mahasiswa Program Pascasarjana Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin yang tersebut di bawah ini :

Nama : Vanny Adyani  
Nomor Pokok : K012222007  
Program Studi : S2 Ilmu Kesehatan Masyarakat

Bermaksud melakukan penelitian dalam rangka persiapan penulisan tesis dengan judul “ Perilaku Pencegahan Penyakit Hipertensi di Lansia Pada Wilayah Kerja Puskesmas Cendana Putih Kecamatan Mappedeceng Kabupaten Luwu Utara”

Pembimbing Utama : Dr. Muhammad Arsyad, SKM., M.Kes  
Pembimbing Pendamping : Dr. Ridwan Mochtar Thaha, M.Sc.

Waktu Penelitian : Juni - Agustus 2024

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kebijaksanaan Bapak/Ibu kiranya berkenan memberi izin kepada yang bersangkutan.

Atas perhatian dan kerjasamanya, disampaikan terima kasih.

Makassar, 7 Juni 2024  
an. Dekan,  
Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kemahasiswaan,



Dr. Wahiduddin, SKM.,M.Kes.  
NIP 197604072005011004

Tembusan Yth.:  
Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Unhas;



Catatan:

1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSE



Lampiran 7 Surat Izin Penelitian dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu (DPMPTSP)

6/12/24, 1:05 AM Untitled Document

  
**PEMERINTAH KABUPATEN LUWU UTARA**  
**DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**  
**(DPMPTSP)**  
Jalan Simpursiang Kantor Gabungan Dinas No.27 Telp/Fax 0473-21536 Kode Pos 92961 Masamba

---

**SURAT KETERANGAN PENELITIAN**  
Nomor : 01971/00728/SKP/DPMPTSP/VI/2024

**Membaca** : Permohonan Surat Keterangan Penelitian an. Vanny Adyani beserta lampirannya.  
**Menimbang** : Hasil Verifikasi Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Luwu Utara Nomor 070/206/VI/Bakesbangpol/2024, Tanggal 11 Juni 2024

**Mengingat**

1. Undang-Undang Nomor 39 Tahun 2008 tentang Kementrian Negara;
2. Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2014 tentang Pemerintahan Daerah;
3. Peraturan Pemerintah Nomor 12 Tahun 2017 tentang Pembinaan dan Pengawasan Penyelenggaraan Pemerintah Daerah;
4. Peraturan Presiden Nomor 97 Tahun 2014 tentang Penyelenggaraan Pelayanan Terpadu Satu Pintu;
5. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 3 tahun 2018 tentang Penerbitan Surat Keterangan Penelitian;
6. Peraturan Bupati Luwu Utara Nomor 27 Tahun 2022 tentang Pendelegasian Wewenang Penyelenggaraan Pelayanan Perizinan Berusaha Berbasis Risiko ke Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu.

**MEMUTUSKAN**

**Menetapkan** : Memberikan Surat Keterangan Penelitian Kepada :

Nama : Vanny Adyani  
Nomor Telepon : 082293592856  
Alamat : Dsn. Bali Indah II, Desa Mekar Jaya Kecamatan Mappedeceng, Kab. Luwu Utara Provinsi Sulawesi Selatan  
Sekolah / Instansi : Universitas Hasanuddin  
Judul Penelitian : Perilaku Pencegahan Penyakit Hipertensi di Lansia Pada Wilayah Kerja Puskesmas Cendana Putih Kecamatan Mappedeceng Kabupaten Luwu Utara  
Lokasi Penelitian : Puskesmas Cendana Putih, Desa Kapidi Kecamatan Mappedeceng, Kab. Luwu Utara Provinsi Sulawesi Selatan

Dengan ketentuan sebagai berikut

1. Surat Keterangan Penelitian ini mulai berlaku pada tanggal 17 s/d 30 Juni 2024.
2. Mematuhi semua peraturan Perundang-Undangan yang berlaku.
3. Surat Keterangan Penelitian ini dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila pemegang surat ini tidak mematuhi ketentuan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Surat Keterangan Penelitian ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya dan batal dengan sendirinya jika bertentangan dengan tujuan dan/atau ketentuan berlaku.

Diterbitkan di : Masamba  
Pada Tanggal : 12 Juni 2024

  
**IR. ALAUDDIN SUKRI, M.Si**  
NIP. 196312311997031060

**Retribusi : Rp. 0,00**  
No. Seri : 01971

**DPMPTSP**  
www.dpmptsp.luwuutara.go.id

Lampiran 8 Surat Balasan Permohonan Izin Penelitian dari UPT Puskesmas Cendana Putih

**PEMERINTAH KABUPATEN LUWU UTARA**  
**DINAS KESEHATAN**  
**UPT PUSKESMAS CENDANA PUTIH**  
Jln. Poros Cendana Putih Desa Cendana Putih II No 199  
E-Mail: [puskesmas\\_cp@yahoo.co.id](mailto:puskesmas_cp@yahoo.co.id), Kode Pos 92961

---

Cendana Putih II, 24 Juni 2024

Nomor : B/439.I / 136 /UPT PKM-CP  
Perihal : **Surat Balasan Permohonan Izin Penelitian**

Kepada  
Yth. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin Makassar  
di-  
Tempat

Dengan hormat,

Sehubungan dengan Surat tanggal 12 Juni 2024 Perihal Permohonan Izin Penelitian Untuk Penyusunan Skripsi mahasiswa Atas nama VANNY ADYANI dengan judul "Perilaku pencegahan penyakit Hipertensi di Lansia Pada Wilayah Kerja Puskesmas Cendana Putih".

Kami Sampaikan Beberapa Hal:

1. Pada dasarnya kami tidak keberatan, maka kami dapat mengizinkan pelaksanaan penelitian tersebut di tempat kami.
2. Izin melakukan penelitian diberikan untuk keperluan Akademik.
3. Waktu pengambilan data harus dilakukan di waktu hari kerja.

Demikian surat balasan dari kami, atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

Mengetahui.  
Kepala UPT Puskesmas Cendana Putih

  
**TOLA SKM**  
NIP. 19680221 199203 1 009

Lampiran 9 Matriks Hasil Wawancara

Lampiran Matriks Hasil Wawancara Dengan Informan

No	Informan	Pertanyaan	Jawaban Informan	Reduksi	Kesimpulan
1	M	Aktivitas fisik seperti apa yang bapak/ibu lakukan untuk melakukan pencegahan hipertensi dalam kehidupan sehari-hari ?	“Karna saya suka berkebun jadi saya anggap itu berkebun jadi aktivitas saya cari keringat nak sama paling waktu saya banyak dikebun memang karna saya merasa saya masih kuat dan memang suka berkebun jadi itu saya anggap sebagai olahraga biasa juga siang saya pulang ji untuk istirahat sama makan siang. Jadi memang dikebun itu saya suka kayak olahraga bagi say aitu kalo saya dikebun dan saya senang juga supaya tidak pusing dirumah saja begitu”	Aktifitas yang biasa dilakukan adalah berkebun karena bagi lansia berkebun memberikan efek yang baik bagi kesehatan karena memberikan keringat bagi lansia dan lansia senang melakukannya.	Melakukan aktivitas fisik dalam pencegahan hipertensi berupa kegiatan berkebun
		Sudah berapa lama bapak/ibu melakukan aktivitas ini ?	“sudah lama kalo dikebun nak kan kita petani jadi suka di kebun juga. Tapi dulu bisa seharian di kebun kalo sekarang sudah tidak bisa nak kan sudah tua juga paling kekebun hanya cari keringat saja baru pulang kan ada anak juga yang bantu”	Sudah lama menjadi petani dan memang kesehariannya dikebun tapi setelah lanjut usia mengurangi aktivita berat di kebun karena sekarang sudah ada anak yang membantu untuk beraktivitas dikebun	Kegiatan berkebun sudah lama dilakukan tetapi frekuensi lamanya dikebun sudah dikurangi mengingat umur yang sudah tidak mampu dan mengurangi aktivitas berlebih dikebun

		Apakah di desa bapak/ibu terdapat pemeriksaan kesehatan yang rutin dilakukan ? jika iya sudah berapa lama ada pemeriksaan kesehatan tersebut dan seperti apa pemeriksaannya ?	“iya ada nak kalo pemeriksaan itu. periksa kesehatan itu saya tidak pernah ketinggalan kalo didesa sini bagiannya itu tanggal 2 dan saya pasti datang. Karna semua kita itu diperiksa dari tekanan itu apalagi saya memang tekanan tinggi, sama gula juga diperiksa, kolesterol juga dengan asam urat jadi saya senang datang kalo posyandu karna semua diperiksa kita. Periksa itu sudah dari dulu, posyandu juga dari dulu nak saya lupa sudah berapa lama”.	Lansia tidak pernah melewatkan pemeriksaan yang ada di desa. Lansia pasti datang untuk melakukan pemeriksaan dan lansia memang memiliki riwayat tekanan darah tinggi. Pemeriksaan yang ada di posyandu sejak lama sudah ada	Lansia rutin melakukan pemeriksaan kesehatan yang ada di posyandu desa tempat tinggal lansia
		Mengenai pemeriksaan tekanan darah, dimana bapak/ibu biasa melakukan pemeriksaan tersebut ? apakah bapak/ibu rutin melakukannya ?	“itu di posyandu nak sama dokter juga jadi sekalian kita tanya-tanya apa yang bisa kita makan atau tidak atau kadang juga kita dikasih tau suruh ambil obat dipuskesmas kan kalo diposyandu itu biasa tidak ada obat jadi kalo ada obat kita disuruh ke puskesmas. saya rajin datang periksa tekanan biasa kalo posyandu hanya periksa tekanan saja”	Sering melakukan pemeriksaan tekanan darah dan konsultasi bersama dokter mengenai pengobatan dan juga tekanan darah yang dimiliki oleh lansia. Lansia juga rutin melakukan pemeriksaan tekanan darah di posyandu	Lansia rutin melakukan pemeriksaan tekanan darah di posyandu. selain pemeriksaan tekanan darah lansia juga melakukan konsultasi bersama dokter mengenai obat dan penyakit hipertensi yang diderita lansia
		Apakah bapak/ibu mengonsumsi obat hipertensi ? jika iya, bagaimana bapak/ibu	“saya minum itu obat nak kan satu kali saja diminum biasa. Kalo habis saya minum biasa tidak saya ambil lagi nanti kalo saya rasa kayak naik lagi tensi saya ambil lagi. Biasa	Rutin mengonsumsi obat hipertensi tapi jika obat sudah habis biasanya lansia tidak mengkonsumsinya lagi	Lansia rutin mengonsumsi obat hipertensi tetapi tidak jarang juga lansia berhenti

		mendapatkan obat hipertensi ?	saya ambil di puskesmas kalo obat nak atau di buk bidan juga bisa”	tapi jika merasa tekanan darah tinggi kembali maka lansia mengkonsumsinya lagi. Lansia mendapatkan obat hipertensi melalui puskesmas ataupun bidan desa.	mengonsumsi obat hipertensi jika lansia merasa tekanan darahnya stabil. Lansia mendapatkan obat hipertensi melalui puskesmas atau bidan desa
		Mengenai obat hipertensi apakah bapak/ibu sering mengkonsumsinya, lalu perubahan seperti apa yang bapak/ibu rasakan setelah mengonsumsi obat hipertensi ?	“obat itu saya minum tiap hari karna saya juga mau cepat sembuh jadi saya rasa dengan rutin saya minum obat saya bisa cepat sembuh karna biasa juga itu kalo minum obat terlalu lama jadi bosan juga tapi syukur kalo minum obat itu bisa cepat turun tensi sama kata dokter juga kalo bisa dihabiskan supaya jaga tekanan darah tidak boleh dilangkahi juga minumannya jadi memang harus telaten kalo minum obat saya rasa. Perasaan saya kalo minum obat itu saya rasa tetap tensi ku tidak takut juga makan daging kalo begitu tapi juga nda banyak kalo makan daging. Enaklah perasaan saya rasa kalo minum obat tensi itu	Rutin mengonsumsi obat hipertensi meskipun terkadang terdapat rasa bosan dalam mengonsumsi obat. Minum obat hipertensi juga memberikan perasaan yang baik bagi lansia dan dapat menjaga kestabilan tekanan darah pada lansia	Rutin mengonsumsi obat hipertensi yang diberikan oleh dokter dengan mengonsumsi obat hipertensi dari dokter, lansia merasakan kondisi kesehatannya membaik dan dapat menjaga kestabilan tekanan darah pada lansia
		Bagaimana dukungan keluarga mengenai penyakit	“kayak itu diperhatikan mungkin nak ya, kalau saya dirumah semua tau kalau saya ada tekanan makanya	Keluarga memperhatikan penyakit yang diderita bentuk dari perhatian	Keluarga memberikan dukungan bagi lansia melalui perhatian yang

		hipertensi yang bapak/ibu derita ?	itu orang dirumah saya ingatkan supaya jangan sampai punya tekanan juga tapi kalau sesak mungkin berpindah I nak dih. Ini juga maag saya kurang tau kenapa saya kena maag atau mungkin karna saya minum kopi ya katanya orang kalau minum kopi itu kena maag. Kalau dulu waktu dirawat saya ada anak yang temani disana kalau pergi juga periksa biasa dipuskesmas saya di antar karna saya masih sering pergi ambil obat disana tapi kalau kebidan sini tidak diantar karna saya masih bisa naik motor sendiri rumah juga ini dekat dari bidan jadi tidak diantar pergi”	tersebut berupa menemani saat sakit dan menemani saat melakukan pemeriksaan ke puskesmas.	diberikan oleh keluarga kepada lansia
2	U	Aktivitas fisik seperti apa yang bapak/ibu lakukan untuk melakukan pencegahan hipertensi dalam kehidupan sehari-hari ?	“kayak itu jalan pagi ka nak? atau kayak senam ? kalau itu senam biasa ji kalo di posyandu tapi kalo dirumah tidak ada yang mau saya lihat senam jadi biasa ji kalo posyandu. Kalo jalan kaki biasa juga nak, lebih sering jalan kalo pagi dari pada senam karna jarang-jarang mi ini saya lihat kalo senam”	Biasa melakukan aktifitas seperti melakukan senam dan juga jalan yang dilakukan pada pagi hari oleh lansia	Aktivitas fisik yang dilakukan berupa senam dan juga aktivitas berjalan kaki di pagi hari dan rutin dilakukan oleh lansia
		Sudah berapa lama bapak/ibu melakukan aktivitas ini ?	“saya dulu waktu kuat jarang jalan nak tapi pas kena ini darah tinggi disuruh rajin jalan kaki pagi sama kalo bisa senam juga. Kayaknya	Melakukan aktivitas seperti senam dan jalan kaki pagi semenjak diketahui memiliki	Setelah mengetahui lansia menderita hipertensi lalu lansia melakukan aktivitas

			dari saya kena tekanan saya sering jalan kaki sama senam”	penyakit hipertensi. selain itu ada anjuran untuk melakukan aktivitas senam dan juga jalan kaki di pagi hari	senam dan berjalan kaki di pagi hari
		Apakah di desa bapak/ibu terdapat pemeriksaan kesehatan yang rutin dilakukan ? jika iya sudah berapa lama ada pemeriksaan kesehatan tersebut dan seperti apa pemeriksaannya ?	“ada di posyandu itu kalo periksa banyak yang diperiksa kan tapi satu bulan satu kali saja. Sudah lama itu ada posyandu ya begitu kayaknya juga lamanya orang periksa disana. Saya lupa kalo tua begini”	Pemeriksaan dilakukan di posyandu dan dilakukan setiap satu bulan sekali. Pemeriksaan sudah lama dilakukan semenjak berdirinya posyandu dan lansia lupa sejak kapan ada posyandu dan pemeriksaan ini	Pemeriksaan kesehatan rutin dilakukan di posyandu dan dilakukan setiap bulan sekali. Pemeriksaan kesehatan ini sudah lama ada, sejak adanya posyandu. untuk berapa lamanya lansia tidak mengingat sudah sejak kapan pemeriksaan kesehatan ini dilakukan
		Mengenai pemeriksaan tekanan darah, dimana bapak/ibu biasa melakukan pemeriksaan tersebut ? apakah bapak/ibu rutin melakukannya ?	“rajin kalo tensi itu biasa kalo tidak di posyandu saya pergi di bu bidan kalo sudah lain-lain saya rasa cepat saya ke bu bidan kalo posyandunya masih jauh tapi kalo yang diposyandu selalu saya datang sampai saya kan punya ji buku posyandu yang saya pakai kalo saya pergi diposyandu jadi kalo periksa tensi itu saya rajin ji di bu bidan juga”	Rajin melakukan pemeriksaan tekanan darah seperti di posyandu atau petugas kesehatan terdekat seperti bidan desa yang tersedia pada masing-masing desa	Rutin melaksanakan pemeriksaan tekanan darah ke fasilitas terdekat seperti di posyandu dan pemeriksaan mandiri melalui bidan desa terdekat

		Apakah bapak/ibu mengonsumsi obat hipertensi ? jika iya, bagaimana bapak/ibu mendapatkan obat hipertensi ?	“saya ada minum obat tekanan. Saya dapat obatnya dari posyandu biasa saya titip dari puskesmas dibawakan saja ke posyandu atau biasa ada tetangga saya titipkan juga”	Mengonsumsi obat hipertensi yang diambil di posyandu. dimana obat ini dari puskesmas langsung tapi di bawakan ke posyandu ataupun melalui titipan tetangga yang sedang ke puskesmas	Lansia mengonsumsi obat hipertensi yang didapatkan melalui puskesmas
		Mengenai obat hipertensi apakah bapak/ibu sering mengkonsumsinya lalu perubahan seperti apa yang bapak/ibu rasakan setelah mengonsumsi obat hipertensi ?	“ada terus obat sama rutin saya minum kalau dari dokter sama kalo bikin sendiri juga ada. ada teman kasih tau kalo disuruh minum obat rebusan daun sop sama singapur jadi saya rebus juga itu baru saya minum. Enak badan dirasa kalo minum itu. Banyak orang bilang kalo itu kasih turun tekanan jadi saya minum juga kalo obat dokter sudah pasti diminum nak”	Rutin mengonsumsi obat dari dokter dan ada juga mengonsumsi obat herbal yang didapatkan disekitar rumah seperti daun seledri dan daun karsen	Rutin mengonsumsi obat hipertensi dari dokter dan juga lansia mengonsumsi salah satu tanaman herbal yakni tanaman daun seledri dan karsen. tanaman herbal ini memberikan dampak yang baik bagi kondisi lansia
		Bagaimana dukungan keluarga mengenai penyakit hipertensi yang bapak/ibu derita ?	“anak sama cucu saya tau kalau saya kena tekanan tinggi saya juga kalau sakit-sakit orang tua Namanya selalu ditemani sama anakku atau cucuku. Kalau pergi lagi posyandu saya tidak bisa bawa motor jadi saya panggil cucu untuk antar saya ke posyandu karna kalau saya mau jalan kaki agak jauh biasa juga cucu mau antar kalau dia tidak sibuk kalau anak	Anak serta cucu sering menemani jika melakukan pemeriksaan di posyandu dan mengantar kemana saja jika tidak sedang sibuk bekerja.	Dukungan keluarga yang diberikan pada lansia adalah mengantarkan lansia melakukan pemeriksaan ke posyandu terdekat

			kan biasa kerja jadi jarang antar saya ke posyandu paling sering memang cucu yang antar saya nak”		
3	WM	Aktivitas fisik seperti apa yang bapak/ibu lakukan untuk melakukan pencegahan hipertensi dalam kehidupan sehari-hari ?	“sesai mejalan semengan karna biasa bangun semengan to lamen kondan masak mbah mejalan malu karna nu luung nyen semengan ngidang mejuatan otot e mare enak asanin nyen jalan jalan semengan kuang mase sakit entut e karna kone lancer peredaran darah e. lamen senam mbah be seng milu karna be agak sukeh lamen senam ni jadi mbah seng biase be milu lamen senam”	Melakukan aktifitas seperti berjalan kaki dipagi hari memberikan kebugaran bagi lansia sehingga lebih sering berjalan kaki dipagi hari.	Aktivitas fisik yang dilakukan oleh lansia adalah berjalan kaki dipagi hari. Dimana lansia merasakan kebugaran bagi badan lansia ketika selesai berjalan kaki di pagi hari
		Sudah berapa lama bapak/ibu melakukan aktivitas ini ?	“sejak tawang tekanan to be orahin ken bidan mejalan nyen semengan pang seng kaku mare lancer darah e lamen mare bangun. Be wet kene”	Sejak awal diketahui menderita hipertensi dan bidan sudah menyarankan untuk berjalan kaki dipagi hari agar darah berjalan lancer. Sudah lama melakukan aktivitas berjalan kaki di pagi hari	Sudah lama melakukan aktivitas berjalan kaki di pagi hari, semenjak lansia mengetahui dirinya terkena hipertensi. berjalan kaki di pagi hari juga merupakan saran dari bidan bagi lansia
		Apakah di desa bapak/ibu terdapat pemeriksaan kesehatan yang rutin dilakukan ?	“dini be wet ade dokter perikso kan arek-arek to perikso di posyandu mase jadi leng pidan bo to ade posyandu e. perikso ne mase bek macam ne. ade rage gelonin malu	Sudah lama ada pemeriksaan oleh dokter di posyandu, bayi juga diperiksa di posyandu dari dulu. Pemeriksaan di	Pemeriksaan kesehatan sudah sejak lama dilakukan di posyandu bahkan tidak hanya pemeriksaan

		jika iya sudah berapa lama ada pemeriksaan kesehatan tersebut dan seperti apa pemeriksaannya ?	metimbang, tensi e, ade perikso gula, asam urat ne keto konyang meperikso di posyandu lamen ngelah nak tuo”	posyandu itu dimulai dari menimbang berat badan, melakukan pengukuran tekanan darah, pemeriksaan diabetes, dan pemeriksaan asam urat semua didapatkan di posyandu.	pada lansia tetapi juga pemeriksaan yang dilakukan pada bayi. Pemeriksaan kesehatan dimulai dari menimbang berat badan, dilakukan pengukuran tekanan darah, pemeriksaan diabetes, dan pemeriksaan asam urat
		Mengenai pemeriksaan tekanan darah, dimana bapak/ibu biasa melakukan pemeriksaan tersebut ? apakah bapak/ibu rutin melakukannya ?	“mbah periksa terus lamen tensi ni taen seng alpa lamen ade diposyandu. Lamem biase be lempuyengan mbah ke bidan jeg e lakun biase kan baange obat mase langsung lamem di bidan tapi paling sesai di posyandu mase karna biase lengkap ditu kayang tes gula ajak asam urat ditu kan gratis jadi biase cepoan be ajak periksa to konyangne mare kan tiap bulan jadi aluh mase ngingetin tanggal periksa ne”	Selalu melakukan pemeriksaan di posyandu ataupun bidan desa terdekat untuk memeriksa tekanan darah. adapun pemeriksain lain yang biasa dilakukan adalah pemeriksaan diabetes dan asam urat	Rutin melaksanakan pemeriksaan tekanan darah pada fasilitas kesehatan terdekat. Selain melakukan pemeriksaan tekanan darah lansia juga melakukan pemeriksaan terkait penyakit diabetes dan asam urat.
		Apakah bapak/ibu mengkonsumsi obat hipertensi ? jika iya, bagaimana bapak/ibu	“minum ni, obat tekanan to mbah minum ajak obat gula mase. Maan di puskesmas konyang to ajak sek buk bidan e biase mase lamem be telah gati obat mbah e”	Minum obat hipertensi dan obat diabetes juga. Obat ini didapatkan melalui puskesmas dan bidan desa jika dibutuhkan	Lansia mengkonsumsi obat hipertensi dan juga obat diabetes yang dideritanya. Lansia memperoleh

		mendapatkan obat hipertensi ?		secara mendadak	obat tersebut melalui puskesmas ataupun dari bidan desa jika lansia membutuhkannya dengan segera
		Mengenai obat hipertensi apakah bapak/ibu sering mengkonsumsinya lalu perubahan seperti apa yang bapak/ibu rasakan setelah mengkonsumsi obat hipertensi ?	“mbah minum obat dokter mase obat ngae engsep mase konyang jalanin lamen beorahang bagus to konyang minum. Apoben lamen timpal-timbal ne be seger to asane demen noleh ye be ngorahin ubat pang enggal seger selain obat leng dokter e. perasaan mbah suut minum obat to asane luungan gen mare kan selingi mase minum obat herbal to nak seng dadi mase setiap hari minum ne. lamen obat herbal to mbah biase engsep don sop to enggal to tuun tensi e ni”	Mengonsumsi obat dari dokter dan juga obat herbal yang disarankan dari beberapa teman yang telah sembuh dari hipertensi. salah satu tumbuhan herbal yang disarankan untuk dikonsumsi adalah tanaman daun seledri. Setelah mengonsumsi obat herbal lansia merasakan tekanan darahnya begitu cepat turun	Rutin mengonsumsi obat hipertensi dari dokter dan juga mengonsumsi obat herbal. Dimana obat herbal ini direkomendasikan oleh teman lansia yang mana tanaman herbal yang direkomendasikan tersebut adalah tanaman seledri dan lansia merasakan penurunan tekanan darah yang cepat setelah mengonsumsi obat herbal tersebut
		Bagaimana dukungan keluarga mengenai penyakit hipertensi yang bapak/ibu derita ?	“masih ada kak yang jaga ni ado juga anak dirumah. Lamem gelem nu ade ngerungan tapi jani kak gelem mase lamem kemu maim bah menek sepedo gen lamem paek care ke posyandu mbah mejalan	Ada suami yang biasa menemani jika melakukan pemeriksaan tapi tidak jarang juga pergi dengan menggunakan sepeda atau berjalan kaki jika	Dukungan dari keluarga lansia datang dari suami lansia yang menemani lansia melakukan pemeriksaan

			gen biase. Care olahraga asane lamen menek sepeda atau mejalan ni lamen joh-joh mare meatehin tapi lamen paek mejalan kangwang nak sehat mase”	jaraknya dekat.	kesehatan. Tetapi tidak jarang juga lansia pergi melakukan pemeriksaan menggunakan sepeda ataupun berjalan kaki karena jaraknya yang lumayan dekat dengan rumah lansia
4	MJ	Aktivitas fisik seperti apa yang bapak/ibu lakukan untuk melakukan pencegahan hipertensi dalam kehidupan sehari-hari ?	“mbah pidan demen menek sepedo tapi jani-jani be sukeh demenan mejalan jadi to anggap mbah olahraga lamen mejalan soalne kan lamen semengan to kone bagus bagi kesehatan apoben nak tuo care mbah. Lamem senam pidan mbah taen milu cepok gen asane karna kayakne mbah mase be seng kuat lamem senam karna kan gancang nak e jadi adenan mbah mejalan bates gen lamem semengan pang mase sehat mase”	Aktifitas berjalan kaki dipagi hari karena untuk kegiatan senam sudah tidak bisa dilakukan oleh lansia sehingga lansia lebih memilih untuk melakukan aktifitas berjalan dipagi hari dan memberikan kebugaran atau kesegaran bagi lansia setelah melakukannya.	Aktivitas yang rutin dilakukan oleh lansia adalah berjalan kaki dipagi hari. Lansia memilih kegiatan ini karena lansia sudah tidak mampu untuk melakukan senam sehingga lansia memilih untuk melakukan aktivitas pencegahan hipertensi dengan berjalan kaki di pagi hari dan memberikan efek kebugaran bagi lansia
		Sudah berapa lama bapak/ibu melakukan aktivitas ini ?	“pidan nak menek sepedo mulo mbah demen cuman karna jani be seng ngidang. Sekat be seng ngidang menek sepedo to mbah mejalan gen jadine kone sehat	Dulu sering naik sepeda tapi karena saat ini sudah tidak bisa. Semenjak tidak naik sepeda jadi berjalan kaki dan dikatakan lebih	Lansia dulu sering menggunakan sepeda untuk beraktivitas tapi karena sudah tua dan sekitar lima tahun

			lamen mejalan apoben lamen semengan ne. be ade nenge 5 tahun mbah mejalan karna be monto asane mbah seng menek sepeda ben gara-gara be tuo”	sehat kalau jalan kaki di pagi hari. Sudah sekitar lima tahun tidak naik sepeda jadi sekitar lima tahun juga jadi sering jalan kaki di pagi hari	lansia sudah tidak bersepeda lagi jadi lansia menggantikannya dengan berjalan kaki di pagi hari karena ada yang mengatakan berjalan kaki juga lebih sehat
		Apakah di desa bapak/ibu terdapat pemeriksaan kesehatan yang rutin dilakukan ? jika iya sudah berapa lama ada pemeriksaan kesehatan tersebut dan seperti apa pemeriksaannya ?	“ado di posyandu nak perikso ajak sek bidan e mase ngidang perikso. Lamem mbah pedidi be lama kemu perikso jadi engsap be uling pidan meperikso to. Mbah nak perikso tensi gen biase ajak kolesterol e mase biase ado. Ne keto gen be ade di posyandu lamem nak meperikso”	Ada pemeriksaan kesehatan di posyandu dan juga bisa melakukan pemeriksaan melalui bidan desa. Lansia lupa sudah berapa lama ia melakukan pemeriksaan. Pemeriksaan kesehatan yang biasa dilakukan adalah pemeriksaan tekanan darah dan juga pemeriksaan kolesterol yang biasa ada di posyandu	Pemeriksaan kesehatan terdapat di posyandu dan lansia juga biasa melakukan pemeriksaan di bidan desa. Lansia tidak mengingat sudah berapa lama ia melakukan pemeriksaan. Pemeriksaan kesehatan yang dilakukan oleh lansia adalah pemeriksaan tekanan darah dan kolesterol
		Mengenai pemeriksaan tekanan darah, dimana bapak/ibu	“mbah to rajin perikso lamem seng perikso asane seng taen karna pasti tiap bulan mbah perikso taen seng. Mare mbah mulo demen ke	Lansia rajin melakukan pemeriksaan, menurut lansia tidak pernah tidak melakukan pemeriksaan	Lansia rutin melakukan pemeriksaan tekanan darah pada fasilitas kesehatan yakni

		biasa melakukan pemeriksaan tersebut ? apakah bapak/ibu rutin melakukannya ?	posyandu pang nawang kondisi badan e jadine harus periksa di posyandu nyen maan kemu perikso”	setiap bulannya. Lansia suka ke posyandu dan mengetahui kondisi kesehatannya jadi lansia harus ke posyandu untuk tahu itu	posyandu
		Apakah bapak/ibu mengkonsumsi obat hipertensi ? jika iya, bagaimana bapak/ibu mendapatkan obat hipertensi ?	“ae mbah minum obat tekanan kadang kolesterol mase tapi ne neked jani to obat tekanan e ke minum. Biase mbah nyemak di puskesmas lamen obat atau di posyandu mase biase nitip”	Lansia minum obat hipertensi dan kadang juga minum obat kolesterol tapi yang minum hingga saat ini adalah obat hipertensi. obat ini biasa didapatkan di puskesmas atau posyandu	Lansia mengkonsumsi obat hipertensi saat ini dan terkadang juga mengkonsumsi obat kolesterol dan obat ini didapatkan di puskesmas atau posyandu
		Mengenai obat hipertensi apakah bapak/ibu sering mengkonsumsinya lalu perubahan seperti apa yang bapak/ibu rasakan setelah mengkonsumsi obat hipertensi ?	“obat dokter to bek jumlah ni ngidang seng mbah lamen seng ade to asane luung lamen minum obat gen mbah jadi ngingan ngujang-ngujangin lamen telah mbah nyemak be ke dokter ben. Dokter ngorahang dadi seng langkahin to minum obat pang enggal seger ajak lamen ngidang jalanin cara tradisional mase pang mejalan lah konyangne enggal seger keto dokter ngorahang. Selama minum obat to tensi e taen seng be tegeh ni mare lamen makan daging mase seng takut bo	Obat dari dokter yang dikonsumsi dan lansia tidak bisa jika tidak konsumsi obat tersebut karena dengan mengkonsumsi obat hipertensi lansia dapat beraktivitas dengan aman. Dokter juga mengatakan tidak boleh melewatkan obat hipertensi ini dan jika mengkonsumsi obat hipertensi maka lansia segera sembuh. Semenjak lansia	Lansia mengkonsumsi obat hipertensi dari dokter dan lansia merasakan keadaan yang membaik setelah mengkonsumsi obat hipertensi ini dan lansia dapat beraktivitas dengan aman tanpa takut makan daging. serta lansia ingin cepat sembuh sehingga harus rutin mengkonsumsi obat

			karna ade obat to”	mengonsumsi obat hipertensi lansia merasakan tekanan darah yang terkontrol dan tidak memiliki ketakutan dalam mengonsumsi daging	hipertensi
		Bagaimana dukungan keluarga mengenai penyakit hipertensi yang bapak/ibu derita ?	“lamen joh harus meateh be ni tapi lamen nyen di posyandu mbah biase mejalan gen mase karna paek. Ne rajin ngatehin mbah to ade cucu keto be atehin e ajak antiangen anti suud mase perikso di puskesmas lamen be gelem tiba-tiba asane atau nyemak obat mase biase cucu e gen kemu. Lamem gelem biase gaenin e bubuh ken cucu e”	Jika bepergian jauh maka harus ditemani atau diantar tapi jika untuk pergi ke posyandu lansia pergi dengan berjalan kaki sendiri. Yang sering menemani lansia ke puskesmas jika sedang sakit atau biasa mengambilkan lansia obat jika obat lansia sudah habis. selain itu keluarga juga biasa membuatkan lansia bubur jika lansia sedang sakit	Dukungan keluarga yang diberikan adalah mengantarkan atau menemani lansia melakukan pengobatan atau sekedar mengambilkan obat lansia di puskesmas. keluarga juga sering memasak lansia bubur jika lansia sedang sakit
5	KR	Aktivitas fisik seperti apa yang bapak/ibu lakukan untuk melakukan pencegahan hipertensi dalam kehidupan sehari-hari ?	“biasa senam kalo diposyandu biasa kebun juga untuk cari-cari keringat tapi lebih sering kebun karna memang itu pekerjaan sambil bisa olahraga kan enak rasanya berkeringat cuman kalo pagi saja kalo siang dirumah seperti ibu-ibu yang lain”	Melakukan senam diposyandu dan juga aktifitas tambahan berkebun untuk mencari keringat	Aktivitas yang dilakukan oleh lansia adalah melakukan senam di posyandu dan juga aktivitas lainnya adalah berkebun
		Sudah berapa	“saya sudah lama kerja di kebun ni	Beraktivitas dikebun	Lansia sejak lama

		lama bapak/ibu melakukan aktivitas ini ?	karna ini memang hari-hari dikerja tapi sekarang tua jadi tidak kayak dulu lagi kerasnya kerja jadi cari keringat saja. Kalo senam juga kalo ada saja kalo tidak ada di posyandu juga tidak senam”	sudah sejak lama dilakukan oleh lansia hanya saja sekarang sudah bekerja keras di kebun sekedar mencari keringat saja dan untuk senam biasa dilakukan hanya di posyandu saja	melakukan aktivitas dikebun hanya saja sekarang sudah mengurangi aktivitas dikebun yang terlalu berat dan hanya sekedar mencari keringat dan untuk senam lansia hanya melakukannya setiap posyandu
		Apakah di desa bapak/ibu terdapat pemeriksaan kesehatan yang rutin dilakukan ? jika iya sudah berapa lama ada pemeriksaan kesehatan tersebut dan seperti apa pemeriksaannya ?	“ada kalo periksa, itu di posyandu ada periksa le setiap bulan. Itu sudah lama ada orang periksa di posyandu, saya sudah lupa juga. Saya saja ini sudah sekitar sepuluh tahun lebih juga periksa di posyandu untuk kakek nenek. Yang diperiksa itu ada tensi, kolesterol, asam urat, sama gula yang di posyandu”	Pemeriksaan kesehatan dilakukan di posyandu dan dilakukan setiap bulan. Pemeriksaan kesehatan sudah lama adanya dan lansia sudah sekitar sepuluh tahun melakukan pemeriksaan kesehatan di posyandu. pemeriksaan kesehatan di posyandu berupa pemeriksaan tekanan darah, kolesterol, asam urat, dan diabetes.	Pemeriksaan kesehatan di posyandu dan lansia sudah lama melakukan pemeriksaan di posyandu sekitar sepuluh tahun lamanya. Untuk pelayanan pemeriksaan yang ada berupa pemeriksaan tekanan darah, kolesterol, asam urat, dan juga pemeriksaan diabetes
		Mengenai pemeriksaan tekanan darah, dimana bapak/ibu	“sering saya ke posyandu itu periksa tekanan saya karna saya juga mau tau berapa biasa setiap bulan tekanan ku supaya bisa saya	Sering ke posyandu melakukan pemeriksaan tekanan darah untuk memperhatikan naik	Rutin melakukan pemeriksaan tekanan darah dan pemeriksaan

		biasa melakukan pemeriksaan tersebut ? apakah bapak/ibu rutin melakukannya ?	lihat juga ini bulan naik atau turun juga karna kami dirumah tidak ada tensi juga jadi memang kalo posyandu pasti periksa itu tekanan sama lengkap juga biasanya kan gratis kalo sudah diposyandu kalo biasa bayar paling tidak mahal kayak yang di bidan karna kan kalo dibidan itu biasa ada uang obatnya lansung kalo posyandu itu kita bawa memang BPJS jadi kan lebih murah biasa juga”	turunnya tekanan darah yang dimiliki lansia. Di posyandu juga saya melakukan pemeriksaan yang lainnya dan mengambil obat jika membutuhkan obat. Dan untuk pengambilan obat di posyandu biasanya lebih murah di banding di bidan karena bisa menggunakan BPJS jika di posyandu	kesehatan lainnya, juga mengambil obat di posyandu jika diperlukan. Pengambilan obat di posyandu lebih murah dibandingkan obat di bidan desa karena menggunakan BPJS
		Apakah bapak/ibu mengkonsumsi obat hipertensi ? jika iya, bagaimana bapak/ibu mendapatkan obat hipertensi ?	“yaa saya minum obat, kalo saya sakit begini di suruh minum obat sama dokter. Saya ambil obat tekanan di dokter di klinik disana terus saya ambil obatnya kalo habis. atau kalo ada ki di puskesmas juga biasa cuman lebih sering di klinik sama dokter di”	Minum obat hipertensi yang dianjurkan oleh dokter. Pengambilan obat melalui klinik dan kadang juga di puskesmas tetapi lebih rutin melalui dokter di klinik	Mengonsumsi obat hipertensi dari dokter dan obat tersebut lansia dapatkan melalui dokter yang ada di klinik terkadang juga lansia mendapatkannya di puskesmas
		Mengenai obat hipertensi apakah bapak/ibu sering mengkonsumsinya lalu perubahan seperti apa yang bapak/ibu rasakan setelah mengkonsumsi	“obat pasti saya minum rutin itu nak dari klinik karna itu bagi saya supaya tidak naik tekanan karna kan bisa katanya dikontrol itu kalo minum ki obat itu bahaya kalo kita tidak minum obat bisa-bisa tambah terus itu tekanan kalo kita tidak minum obat. Saya tidak pernah lewat itu kalo obat karna saya juga	Rutin mengkonsumsi obat karena menurut lansia jika rutin mengkonsumsi obat dapat mengontrol tekanan darah sehingga harus rutin mengkonsumsi obat	Lansia rutin mengkonsumsi obat hipertensi dari dokter. Dari rutin mengkonsumsi obat lansia merasakan dapat mengontrol tekanan darah yang dimiliki setelah rutin

		obat hipertensi ?	takut kalo tiba-tiba tensi saya naik itu sakit sekali leher baru tidak bisa juga kerja kalo begitu sakit”		mengonsumsi obat hipertensi
		Bagaimana dukungan keluarga mengenai penyakit hipertensi yang bapak/ibu derita ?	“saya dirumah sendiri nak saya juga tidak bisa bawa sepeda jadi itu kalau kemana-mana biasa anak tetangga saya mintaki tolong yang tetangga juga sering kerumah jalan-jalan lihat-lihat keadaan saya karna anak saya juga jauh tinggal tapi kalau obat yang saya minum sekarang dari klinik itu anak saya yang ambilkan karna dia tinggal di masamba dia juga datang kalau mau antar saya kontrol ke klinik”	Dirumah tinggal sendiri sehingga jika kemana-mana dengan jarak agak jauh meminta tolong anak tetangga untuk mengantar menggunakan motor. Tapi biasa juga keluarga datang untuk menengok atau mengambilkan obat lansia di klinik tempat biasa lansia berobat	Untuk dukungan keluarga lansia kurang mendapatkan hal tersebut dikarenakan lansia tinggal sendiri sehingga kurangnya pendampingan langsung dari keluarga. tapi tidak jarang juga keluarga datang menjenguk dan membawakan obat hipertensi lansia yang biasa diambil langsung dari klinik tempat lansia mengambil obat hipertensi
6	S	Aktivitas fisik seperti apa yang bapak/ibu lakukan untuk melakukan pencegahan hipertensi dalam kehidupan sehari-hari ?	“saya kan suka senam memang jadi itu aktifitas saya ya senam tiap minggu di puskesmas kalo ibu-ibu lain mungkin pas posyandu saja selain itu juga kadang kekebun jarang-jarang juga, kalo jalan pagi biasa juga tapi jarang”	Aktivitas fisik yang dilakukan secara rutin adalah senam setiap minggu, berkebun, dan juga berjalan kaki dipagi hari	Aktivitas fisik yang dilakukan oleh lansia adalah senam dan lansia rutin melakukannya. Aktivitas lainnya adalah berkebun dan juga berjalan kaki di pagi hari
		Sudah berapa	“saya nduk sudah lama ikut senam,	Sudah lama mengikuti	Lansia sudah lama

		lama bapak/ibu melakukan aktivitas ini ?	senang lo kalo keluar senam. Kalo jalan kaki pagi karna di suruh sama bu bidan kalo bisa katanya jalan kaki juga kalo pagi nduk sepaya tambah sehatnya jadi yo ta jalan kaki kalo pagi sama kalo sempat”	senam dan memiliki perasaan yang senang jika ikut senam. Berjalan kaki di pagi hari juga anjuran dari bidan untuk menyehatkan lansia jadi jika memiliki kesempatan lansia melakukan aktivitas jalan kaki di pagi hari	mengikuti senam dan untuk aktivitas berjalan kaki lansia dianjurkan oleh bidan untuk melakukannya sehingga lansia melakukan aktivitas jalan kaki di pagi hari yang baik bagi kesehatannya
		Apakah di desa bapak/ibu terdapat pemeriksaan kesehatan yang rutin dilakukan ? jika iya sudah berapa lama ada pemeriksaan kesehatan tersebut dan seperti apa pemeriksaannya ?	“ada nduk rajin itu kalo periksa orang di posyandu, kalo saya yo biasa posyandu biasa di puskesmas. kan kalo di posyandu itu orang satu kali satu bulan kalo ke puskesmas yo biasa lebih sering. Kalo di posyandu periksa ada asam urat nduk, ada tekanan, ada gula itu kalo di posyandu”	Ada pemeriksaan kesehatan yang rutin dilakukan setiap bulan di posyandu. pemeriksaan yang ada di posyandu adalah pemeriksaan asam urat, pemeriksaan tekanan darah, dan pemeriksaan diabetes.	Terdapat pemeriksaan kesehatan di posyandu dimana pemeriksaannya berupa pemeriksaan asam urat, pemeriksaan tekanan darah, dan pemeriksaan diabetes.
		Mengenai pemeriksaan tekanan darah, dimana bapak/ibu biasa melakukan pemeriksaan tersebut ? apakah bapak/ibu rutin melakukannya ?	“saya yo kadang di posyandu kadang puskesmas paling sering di puskesmas biasa 2 kali saya ke puskesmas sekalian juga biasa ambil obat kan rumah dekat ini sama puskesmas jadi kalo yang diposyandu itu lengkap juga sama dengan gula, asam urat, sama dengan kolesterol cuman itu 1	Sering melakukan pemeriksaan tekanan darah di puskesmas ataupun posyandu. Yang rutin dilakukan pemeriksaan tekanan darah pada saat melakukan senam dipuskesmas karena	Untuk pemeriksaan tekanan darah lansia rutin melakukan pemeriksaan di puskesmas dan juga posyandu. Karena lansia rutin melakukan senam di puskesmas maka sebelum

			bulan satu kali jadi biasa lama saya rasa jadi biasa ke puskesmas dengan kalo senam itu juga yang dipuskesmas kita ditensi dulu baru senam jadi say aitu sering memang di tensi jadinya karna kalo mau senam pasti ditensi dulu”	sebelum melakukan senam wajib untuk di ukur tekanan darah terlebih dahulu lalu senam.	melakukan senam seluruh lansia dilakukan pemeriksaan tekanan darah terlebih dahulu sehingga lansia juga selalu mengetahui tekanan darah sebelum melakukan aktivitas senam
		Apakah bapak/ibu mengkonsumsi obat hipertensi ? jika iya, bagaimana bapak/ibu mendapatkan obat hipertensi ?	“saya minum nduk dulu sering minum obat tekanan, ambilnya di puskesmas sama dokter. Mbo yo daftar dulu baru dapat obat bawa BPJS nya kalo kesana”	Sudah jarang mengkonsumsi obat hipertensi. obat hipertensi ini didapatkan melalui dokter di puskesmas	Lansia jarang mengkonsumsi obat hipertensi. obat hipertensi ini didapatkan melalui dokter yang ada di puskesmas
		Mengenai obat hipertensi apakah bapak/ibu sering mengkonsumsinya lalu perubahan seperti apa yang bapak/ibu rasakan setelah mengkonsumsi obat hipertensi ?	“sekarang sudah jarang saya minum obat nduk paling itu saya yang obat di seduh itu saya minum yang pakai daun sop saya ditanya sama teman itu kalo bisa minum itu untuk yang punya tekanan jadi saya minum karna kondisi badan juga enak saya rasa kalo saya minum itu jadi saya minum. Paling itu saja saya minum obat dari dokter kalo pas saya periksa tinggi sakali saya punya tensi tapi kalo bagus ji jadi aman saya rasa sekarang ini sudah jarang obat dokter saya minum”	Sudah jarang mengkonsumsi obat hipertensi dari dokter tapi saat ini sering mengkonsumsi obat herbal yakni dari tanaman obat seperti daun seledri yang direbus yang dapat memberikan efek untuk menurunkan tekanan darah	Saat ini lansia lebih rutin mengkonsumsi obat herbal yang dibuat sendiri dirumah dengan bahan baku dari daun seledri yang direbus lalu diminum oleh lansia. Lansia percaya bahwa mengkonsumsi minuman herbal ini dapat memberikan efek penurunan tekanan darah bagi

					lansia
		Bagaimana dukungan keluarga mengenai penyakit hipertensi yang bapak/ibu derita ?	“beh kalau keluargaku yo dukung aku sehat to nduk, kalau sakit pasti dibawa ke puskesmas juga tidak disimpan dirumah orang puskesmasnya dekat”	Dukungan keluarga dengan menemani ke puskesmas	Dukungan keluarga berupa pendampingan lansia dalam melakukan pemeriksaan di puskesmas
7	WS	Aktivitas fisik seperti apa yang bapak/ibu lakukan untuk melakukan pencegahan hipertensi dalam kehidupan sehari-hari ?	“jalan kaki pagi dikerikil itu saya suka cuman kadang saya lakukan kadang juga tidak tapi hampir tiap minggu itu pasti saya jalan kaki kalo olahraga itu tidak ada ya tapi saya ganti jadi kekebun kan kalo kita kekebun juga olahraga namanya karna kalo saya sudah berkeringat dan enteng saya rasa itu saya rasa sudah olahraga bagi saya dan itu juga berpengaruh saya rasa supaya saya tidak gampang lemas dan tidak sakit juga kalo berkeringat kan”	Melakukan aktifitas fisik dengan berjalan kaki dipagi hari meskipun jarang dilakukan dan paling sering dilakukan adalah berkebun karena menjadi salah satu aktifitas yang setiap harinya dilakukan dan menghasilkan keringat sehingga memberikan efek kebugaran bagi tubuh.	Aktivitas fisik yang dilakukan oleh lansia adalah berkebun dan sesekali melakukan kegiatan seperti berjalan kaki di pagi hari. Bagi lansia aktivitas seperti berkebun memberikan efek kebugaran bagi lansia karena saat berkebun mereka mengeluarkan keringat dan bagi lansia itu salah satu aktivitas yang memberikan dampak kebugaran
		Sudah berapa lama bapak/ibu melakukan aktivitas ini ?	“kalo pagi jalan kaki sudah lama saya jalan soalnya memang enak perasaan kalo pagi bangun langsung jalan di kerikil. Dari tau sakit tekanan saya sudah tanya sama bidan bikin apa yang bisa	Aktivitas berjalan kaki dipagi hari sudah lama dijalankan oleh lansia. Bidan menganjurkan ketika bangun pagi harus berjalan kaki di pagi hari	Berjalan kaki yang dilakukan oleh lansia adalah anjuran dari bidan semenjak lansia mengetahui dirinya menderita hipertensi.

			tekanan saya tidak naik jadi dibilang jalan kaki kalo pagi tidak pakai sandal sama kalo bisa lama-lama jalannya”	dengan tidak menggunakan alas kaki dan dengan waktu yang cukup lama jika berjalan	berjalan kaki di pagi hari dengan tidak menggunakan alas kaki
		Apakah di desa bapak/ibu terdapat pemeriksaan kesehatan yang rutin dilakukan ? jika iya sudah berapa lama ada pemeriksaan kesehatan tersebut dan seperti apa pemeriksaannya ?	“periksa rajin di posyandu kadang puskesmas juga. Disini lama sudah ada pemeriksaan begitu setau saya. Pemeriksaan begitu banyak macamnya kayak yang biasa saya lihat kalo di posyandu itu ada orang periksa semua tensi dulu, di timbang juga, baru dipilih periksa kolesterol, asam urat, sama gula bisa biasa dipilih itu”	Pemeriksaan kesehatan rutin di posyandu. pemeriksaan di posyandu ada berbagai macam seperti pemeriksaan tekanan darah, pemeriksaan kolesterol, pemeriksaan asam urat, dan juga pemeriksaan diabetes yang dapat dipilih oleh lansia	Terdapat pemeriksaan kesehatan yang rutin dilakukan pada desa setempat melalui posyandu, yang mana pemeriksaannya berupa pemeriksaan tekanan darah, kolesterol, asam urat, dan juga diabetes yang dapat dipilih oleh lansia
		Mengenai pemeriksaan tekanan darah, dimana bapak/ibu biasa melakukan pemeriksaan tersebut ? apakah bapak/ibu rutin melakukannya ?	“kebetulan saya ada ipar bidan jadi biasa saya periksa disana rumahnya juga dekat tapi kalo yang jadwal itu biasa setiap tanggal 8 saya ke posyandu karna kalo itu memang rutin dia tapi kalo saya mau periksa ya saya biasa ke ipar kalo butuh obat juga sekalian disana”	sering melakukan pemeriksaan tekanan darah pada salah satu keluarga yang memiliki alat ukur tekanan darah dan sering juga melakukan pemeriksaan rutin di posyandu setiap jadwal posyandu didesa lansia tersebut	Untuk pemeriksaan tekanan darah, selain melakukan pemeriksaan rutin di posyandu lansia juga melakukan pemeriksaan pada keluarga yang memiliki alat ukur tekanan darah. sehingga lansia juga lebih sering melakukan pemeriksaan melalui keluarga

		Apakah bapak/ibu mengkonsumsi obat hipertensi ? jika iya, bagaimana bapak/ibu mendapatkan obat hipertensi ?	“saya minum obat rutin nak, rajinlah begitu saya minum obat tekanan saya. Saya dapat obat tekanan itu di puskesmas atau biasa juga di kasih sama ipar kebetulan ada ipar bidan kan juga”	Mengonsumsi obat hipertensi dan mendapatkan obat tersebut melalui puskesmas atau pemberian dari salah satu keluarga yang menjadi petugas kesehatan	Lansia rutin mengonsumsi obat hipertensi dan mendapatkan obat hipertensi melalui puskesmas ataupun pemberian dari salah satu keluarga yang bekerja sebagai petugas kesehatan
		Mengenai obat hipertensi apakah bapak/ibu sering mengkonsumsinya lalu perubahan seperti apa yang bapak/ibu rasakan setelah mengonsumsi obat hipertensi ?	“dulu nak kalo saya tidak minum obat tensi itu beberapa hari cepat sekali naik tensiku tapi semenjak saya rutin minum itu obat jadi enak saya rasa baru itu tekanan darah juga saya rsa disitu-situ saja kayak tidak tinggi sekali juga tapi bagus mi saya rasa. Pernah juga istri bikinkan obat ramuan begitu katanya daun sop direbus atau daun salam juga direbus tapi berapa kali saja saya minum itu karna istri juga yang buat kalo saya tidak tau. Tapi dia bilang itu bagus untuk yang punya tekanan tinggi tapi katanya tidak tiap hari diminum juga. Sekarang sudah mendingan saya rasa ini tensiku saya juga tidak takut tinggi mi karna biasa diperiksa juga”	Setelah rutin mengonsumsi obat memberikan efek kestabilan tekanan darah pada lansia sehingga sampai saat ini lansia masih rutin mengonsumsi obat hipertensi dan beberapa kali juga lansia diberikan obat herbal oleh keluarga untuk menjaga tekanan darah lansia.	Mengenai obat hipertensi lansia rutin mengkonsumsinya sehingga bagi lansia obat hipertensi tersebut memberikan dampak kestabilan tekanan darah bagi lansia. Lansia juga mengonsumsi obat herbal yang direkomendasikan dari keluarga yang dipercaya dapat menjaga tekanan darah yang dimiliki oleh lansia

		Bagaimana dukungan keluarga mengenai penyakit hipertensi yang bapak/ibu derita ?	“kalau saya dari anak-anak ya paling hanya diingatkan kalo dihindari pantangan makanan yang di suruh sama bu bidan itu saja kalo saya kasih tau mereka juga karna masih muda dijaga-jaga saja kesehatan kan bisa periksa itu kalo mau periksa-periksa saja di pustu tidak tunggu kita sakit dulu baru pergi periksa karna biasa kalo posyandu saya dengar ada bidan bilang lebih bagus di cegah dari pada kita sudah sakit duluan nanti lama-lama makin parah. Kayak saya kalo sudah kena tekanan tinggi itu kita banyak dijaga makan jadi bagus kalo dijaga memang makan supaya tidak kena tekanan”.	Membantu untuk mengingatkan agar tetap menjaga konsumsi makanan lansia sehingga dapat tetap terkontrol tekanan darah lansia sehingga tidak terjadi hipertensi kembali.	Dukungan keluarga pada lansia berupa bantuan untuk mengingatkan lansia dalam menjaga pola makanan yang dikonsumsi sehingga dapat berdampak baik dalam menjaga tekanan darah lansia
8	SS	Aktivitas fisik seperti apa yang dapat dilakukan oleh lansia dirumah dalam kesehariannya untuk melakukan pencegahan hipertensi ?	“mengingat lansia ini butuh aktifitas fisik untuk kebugaran dan kesehatan lansia, jadi lansia dapat mengikuti senam yang dilakukan oleh petugas kesehatan setiap jadwal posyandu di masing-masing desa dan ada juga kegiatan prolanis senam yang memang rutin dilakukan di puskesmas setiap minggu 1 kali jadi bagi lansia yang senam senam bisa datang dan	Beberapa aktifitas dapat dilakukan oleh lansia seperti senam yang rutin dilakukan di beberapa posyandu dan juga di puskesmas sehingga lansia dapat mengikuti senam tersebut. Beberapa alternatif aktifitas lainnya adalah dengan berjalan kaki dipagi hari dan juga	Aktivitas fisik yang dapat dilakukan oleh lansia seperti senam, berjalan kaki dipagi hari, atau dengan berkebun dengan syarat lansia masih mampu melakukan aktivitas berkebun itu sendiri.

			<p>melakukannya di posyandu atau puskesmas bagi lansia yang rumahnya dekat dengan puskesmas mengingat beberapa desa yang jaraknya lumayan jauh dari puskesmas. selain itu lansia juga bisa berjalan kaki dipagi hari untuk memberikan efek kebugaran bagi badan lansia dengan berjalan beberapa menit dipagi hari. Juga dengan beberapa aktifitas lainnya seperti berkebun dan bertani mengingat mayoritas pekerjaan masyarakat di kecamatan mappedeceng ini adalah berkebun dan Bertani. Bagi mereka itu merupakan salah satu aktifitas yang dapat menunjang kesehatan karena dapat berkeringat tetapi ingat tidak dilakukan secara berlebihan oleh lansia mengingat umur yang perlu Batasan untuk melakukannya”</p>	<p>berkebun bagi lansia yang masih mampu melakukannya</p>	
		<p>Berapa lama aktivitas fisik yang dapat dilakukan oleh lansia ?</p>	<p>“ini disesuaikan kembali dengan kemampuan lansia ya dan ini juga tergantung kepada aktivitas apa yang bisa dilakukan lansia. Nah misalnya lansia bisa melakukan senam dengan waktu 15-20 menit setiap kali senam. Untuk jalan kaki di pagi hari lansia dapat</p>	<p>Kemampuan aktivitas yang dilakukan oleh lansia dapat disesuaikan dengan kebutuhan dan kemampuan yang dimiliki oleh lansia. Pada kegiatan senam lansia dapat menggunakan waktu 15-</p>	<p>Aktivitas yang dapat dilakukan oleh lansia adalah senam dengan waktu 15-20 menit dan berjalan kaki di pagi hari dengan waktu 20-30 menit. Semua aktivitas ini dapat</p>

			membutuhkan 20-30 menit untuk berjalan. Adapun kegiatan lainnya lansia dapat menyesuaikan sesuai dengan kemampuan yang dimiliki oleh lansia”	20 menit sedangkan saat aktivitas berjalan kaki di pagi hari lansia dapat menggunakan waktu sekitar 20-30 menit	dilakukan dengan kemampuan yang dimiliki oleh lansia
		Apakah terdapat pemeriksaan kesehatan yang rutin dilakukan ? jika iya sudah berapa lama ada pemeriksaan kesehatan tersebut dan seperti apa pemeriksaannya ?	“puskesmas ini memiliki 15 desa dan semuanya memiliki posyandu baik itu posyandu lansia maupun posyandu bayi. Pemeriksaan rutin dilakukan di setiap posyandu dengan jadwal masing-masing sehingga tidak ada yang tabrakan untuk waktunya. Pemeriksaan yang dilakukan saat di posyandu khusus posyandu lansia atau posbindu adalah mengikuti program yang telah dicanangkan sebelumnya. Namun yang sering dilakukan pemeriksaan saat di posbindu adalah pemeriksaan tekanan darah, berat badan, pemeriksaan gula darah, pemeriksaan kolesterol, dan pemeriksaan asam urat. Kegiatan posbindu ini juga terdapat kegiatan senam sama penyuluhan jadi biasa sebelum pemeriksaan senam dulu lalu setelah pemeriksaan ada edukasi dari pemegang program biasa”	Pemeriksaan kesehatan dilakukan setiap posyandu dan terjadwalkan oleh masing-masing desa sehingga setiap bulannya setiap desa memiliki giliran untuk melakukan pemeriksaan di posyandu. layanan pemeriksaan di posyandu berupa pemeriksaan tekanan darah, berat badan, pemeriksaan gula darah, pemeriksaan kolesterol, dan pemeriksaan asam urat.	Pemeriksaan rutin dilakukan pada setiap desa wilayah kerja Puskesmas Cendana Putih dengan sesuai jadwal yang telah diberlakukan. Pemeriksaan di posyandu berupa pemeriksaan tekanan darah, berat badan, pemeriksaan gula darah, pemeriksaan kolesterol, dan pemeriksaan asam urat.
		Mengenai	“pemeriksaan tekanan darah rutin	pemeriksaan tekanan	Pemeriksaan dilakukan

		pemeriksaan tekanan darah, dimana lansia dapat melakukan pemeriksaan tersebut ? apakah lansia rutin melakukannya ?	dilakukan di posyandu setiap bulan. pemeriksaan tekanan darah sangat awal dilakukan sebelum menuju pemeriksaan-pemeriksaan selanjutnya. Selama pemeriksaan ini berjalan saya melihat antusias yang baik atau respon baik dari masyarakat khususnya lansia. Banyak lansia yang menyadari perlunya melakukan pemeriksaan untuk mendeteksi dini penyakit-penyakit yang dapat menyerang lansia”	darah di lakukan di posyandu setiap desa sesuai dengan jadwalnya setiap bulan. Lansia antusias dalam melakukan pemeriksaan ini sehingga banyak lansia yang menyadari perlunya pemeriksaan dini bagi kesehatan lansia	di posyandu. lansia antusias dalam melakukan pemeriksaan dan memiliki kesadaran yang baik untuk melakukan pemeriksaan kesehatan
		Apakah lansia mengkonsumsi obat hipertensi ? jika iya, bagaimana lansia mendapatkan obat hipertensi ?	“bagi lansia yang menderita hipertensi sudah pasti akan diresepkan obat hipertensi yang harus di minum oleh lansia hingga tuntas. Obat hipertensi bisa didapatkan melalui puskesmas ataupun rumah sakit tempat lansia sering melakukan pemeriksaan. Selain itu lansia juga bisa mendapatkan obat hipertensi melalui bidan desa karena petugas kesehatan seperti bidan desa lebih mudah di dapat oleh masyarakat karena bidan desa biasa tinggal di pustu dan setiap desa memiliki pustu”	Lansia yang menderita hipertensi harus mengkonsumsi obat hipertensi. obat hipertensi ini bisa didapatkan melalui fasilitas kesehatan seperti puskesmas dan rumah sakit tempat lansia biasa melakukan pengobatan atau lansia juga bisa mendapatkannya melalui bidan desa yang ada di setiap pustu desa	Lansia penderita hipertensi mengkonsumsi obat hipertensinya. Lansia bisa mendapatkan obat hipertensi melalui puskesmas atau rumah sakit tempat lansia sering melakukan pengobatan. Selain itu lansia juga bisa mendapatkan obat hipertensi melalui bidan desa yang ada di pustu desa.
		Bagaimana	“saya rasa mengenai obat	Bagi lansia yang	Untuk konsumsi obat

		<p>mengenai obat hipertensi, apakah lansia rutin mengkonsumsi obat hipertensinya dan bagaimana dampak kesehatan yang dapat dirasakan lansia dalam mengkonsumsi obat hipertensi ?</p>	<p>hipertensi masyarakat sudah sangat antusias dan rutin mengkonsumsinya. Selama ini saya belum melihat kendala dilapangan mengenai lansia yang susah untuk diberikan edukasi mengenai konsumsi obat hipertensinya tetapi mungkin yang menjadi kendala itu adalah lansia lupa mengkonsumsi obat hipertensinya jadi memang dibutuhkan pendampingan dari keluarga khususnya yang tinggal bersama lansia. Selain itu juga beberapa lansia tidak hanya mengkonsumsi obat hipertensi tapi juga terdapat beberapa lansia yang mengkonsumsi obat diabetes, asam urat, dan juga kolesterol. Mengenai obat dokter beberapa masyarakat juga kami anjurkan untuk mengkonsumsi obat herbal dari tanaman toga yang memang direkomendasikan dan terbukti untuk menurunkan tekanan darah seperti daun seledri tapi konsumsi obat ini tidak dapat dilakukan setiap harinya karena belum ada pembuktiaan secara nyata baik dikonsumsi setiap harinya.</p>	<p>mengkonsumsi obat hipertensi rutin dilakukan. Adapun kendala yang biasa dihadapi adalah kelupaan dalam mengkonsumsi obat hipertensi sehingga memang membutuhkan bantuan keluarga untuk mengingatkan. Lansia juga dapat melakukan alternatif pengobatan seperti mengkonsumsi tanaman herbal yang ada disekitar rumah yang dapat dimanfaatkan oleh lansia untuk menurunkan tekanan darah</p>	<p>hipertensi sebaiknya lansia rutin melakukannya. Tapi terdapat beberapa kendala juga bagi lansia dalam mengkonsumsi obat hipertensi seperti lansia lupa dalam mengkonsumsi obat, sehingga dalam hal ini lansia memerlukan dukungan keluarga dalam hal mengingatkan lansia dalam mengkonsumsi obat. Selain konsumsi obat hipertensi lansia juga dapat melakukan pengobatan tradisional dengan mengkonsumsi tanaman herbal yang diperoleh dari lingkungan rumah , dimana tanaman herbal tersebut dapat dipercaya untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi</p>
--	--	--	--	---	---

		<p>Bagaimana dukungan keluarga lansia mengenai penyakit hipertensi ini ?</p>	<p>“mungkin dari banyaknya usila ada beberapa keluarga yang ikut partisipasinya dalam posyandu karena biasa juga ada kesibukan sendirinya sehingga keluarga tidak dapat mengantar usila datang periksa ke posyandu. Ada juga usila yang memang membutuhkan bantuan keluarga saat melakukan pemeriksaan seperti usila yang kurang paham akan bahasa dan keterbatasan pendengaran saat dalam kondisi seperti ini kami sebagai petugas kesehatan juga merasa dibantu karena jika ada penyampaian informasi kesehatan dapat tersampaikan melalui keluarga jadi dapat saling menjaga dan ada peran keluarga nantinya dirumah masing-masing seperti itu”.</p>	<p>Pendampingan bagi lansia juga dibutuhkan sehingga keluarga juga dapat mengetahui secara langsung mengenai kesehatan lansia. Ada juga lansia yang memiliki keterbatasan sehingga dibutuhkan pendampingan dari keluarga untuk mempermudah lansia melakukan interaksi dengan petugas kesehatan.</p>	<p>Pentingnya dukungan keluarga bagi lansia untuk membantu lansia dalam menjaga kesehatannya. Beberapa lansia memang membutuhkan pendampingan langsung dari keluarga seperti terdapat keterbatasan lansia dalam berinteraksi dengan petugas kesehatan sehingga membutuhkan pendampingan langsung dari keluarga</p>
9	T	<p>Aktivitas fisik seperti apa yang dapat dilakukan oleh lansia dirumah dalam kesehariannya untuk melakukan pencegahan hipertensi ?</p>	<p>“kalau dipuskesmas sudah ada kegiatan yang dapat mendukung aktifitas fisik lansia yaitu dengan melakukan senam yang memang terjadwalkan. Ada pula senam yang dilakukan didesa setiap posyandu yakni sebelum melakukan pemeriksaan maka akan dilakukan senam terlebih dahulu bagi lansia</p>	<p>Terdapat program senam yang rutin dilakukan dipuskesmas dan ada juga senam yang dilakukan di beberapa posyandu sesuai dengan jadwal posyandu. Sebelum melakukan pemeriksaan maka akan</p>	<p>Aktivitas senam merupakan program yang ada dipuskesmas dan juga posyandu dalam mendukung pola hidup sehat bagi masyarakat. kegiatan senam seperti ini dilakukan sebelum</p>

			dan masyarakat lainnya yang datang saat melakukan pemeriksaan. Selain itu dirumah lansia juga bisa senam mungkin ada keluarga yang dapat membantu senam tapi kadang lansia laki-laki jarang mau senam karena mereka lebih senang berkebun atau olahraga pagi. Ini juga jadi solusi bagi yang tidak menyukai senam karena senam itu identik dengan ibu-ibu biasanya jadi bisa dilakukana dengan berolahraga pagi bagi lansia”	dilakukan senam terlebih dahulu. Aktifitas fisik lainnya dapat berupa olahraga di pagi hari	melakukan pemeriksaan kesehatan di posyandu. selain itu aktivitas fisik lainnya dapat dilakukan oleh lansia berupa olahraga di pagi hari
		Berapa lama aktivitas fisik yang dapat dilakukan oleh lansia ?	“lansia dapat melakukan aktivitas fisik dalam seminggu 3-4 kali tapi hal ini juga dapat disesuaikan dengan keadaan lansia. kegiatan olahraga di pagi hari seperti pemanasan otot lansia juga dapat dilakukan 20-30 menit setiap harinya. Tentu kegiatan itu dapat melemaskan otot-otot lansia tapi jika sulita juga karna pasti ada lansia yang bilang mau bikin apa jadi bisa jalan kaki kalo baru bangun itu supaya tidak tegang ototnya”	Lansia bisa melakukan aktivitas fisik dalam seminggu sebanyak 3-4 kali. Lansia juga dapat melakukan pemanasan otot di pagi hari dengan durasi waktu 20-30 menit perharinya jika hal ini dianggap susah untuk dilakukan maka lansia dapat berjalan kaki di pagi hari untuk melemaskan otot-otot lansia	lansia dapat menggunakan 3-4 hari waktu dalam seminggu untuk olahraga ringan sesuai kemampuan lansia. lansia juga dapat melakukan pemanasan dan berjalan kaki di pagi hari dengan durasi 20-30 hari dalam setiap harinya
		Apakah terdapat pemeriksaan	“tentu ada pemeriksaan kesehatan di setiap desa yang pastinya rutin	Terdapat pemeriksaan kesehatan yang rutin	Pemeriksaan kesehatan rutin

		<p>kesehatan yang rutin dilakukan ? jika iya sudah berapa lama ada pemeriksaan kesehatan tersebut dan seperti apa pemeriksaannya ?</p>	<p>dan bergiliran. Pemeriksaan kesehatan ini memang terjadwalkan setiap desa kenapa begitu, supaya tidak ada tabrakan juga jadwalnya dan petugas kesehatan maksimal juga melakukan pemeriksaan begitu. Pemeriksaan kesehatan ini sudah lama ada di posyandu atau posbindu. Pemeriksaan kesehatan di posbindu itu ada pemeriksaan kolesterol, tekanan darah, asam urat, tes diabetes juga ada”</p>	<p>dilakukan di setiap posyandu atau posbindu dengan harapan jika terjadwalkan maka pemeriksaan akan dilaksanakan secara maksimal. Pemeriksaan kesehatan meliputi pemeriksaan tekanan darah, kolesterol, asam urat, dan diabetes.</p>	<p>dilaksanakan di setiap posyandu atau posbindu yang ada dalam wilayah kerja puskesmas. pemeriksaan kesehatan ini meliputi pemeriksaan tekanan darah, kolesterol, asam urat, dan diabetes</p>
		<p>Mengenai pemeriksaan tekanan darah, dimana lansia dapat melakukan pemeriksaan tersebut ? apakah lansia rutin melakukannya ?</p>	<p>“saya kira setiap posyandu atau posbindu itu selalu ada pemeriksaan tekanan darah. selain pemeriksaan tekanan darah juga terdapat pemeriksaan asam urat, kolesterol, dan diabetes. Diharapkan posyandu atau posbindu ini dapat dimanfaatkan dengan baik oleh lansia untuk melakukan pemeriksaan kesehatan. Menurut teman-teman di lapangan banyak lansia yang sudah sadar dengan pemeriksaan rutin yang harus dilakukan oleh lansia mengingat usia mereka memang memiliki kerentanan penyakit begitu jadi memang harus sadar lansianya. Supaya lansia</p>	<p>Setiap posyandu atau posbindu terdapat pemeriksaan tekanan darah selain itu ada juga pemeriksaan lainnya yang disediakan. Lansia harus memiliki kesadaran yang baik untuk dapat rutin mengunjungi posyandu atau posbindu untuk melakukan pemeriksaan. Untuk kesadaran lansia diperlukan informasi yang baik juga yang disampaikan dari petugas kesehatan</p>	<p>Lansia dapat melakukan pemeriksaan tekanan darah melalui posyandu atau posbindu yang sudah tersedia di setiap desa. Lansia juga harus memiliki kesadaran yang baik agar lansia dapat rutin melakukan pemeriksaan kesehatan di posyandu atau posbindu</p>

			sadar juga harus bagus informasi yang dikasih dari petugas kesehatan”		
		Apakah lansia mengkonsumsi obat hipertensi ? jika iya, bagaimana lansia mendapatkan obat hipertensi ?	“lansia wajib to minum obat hipertensinya karna itu bisa bantu mereka kontrol tensinya. Sekarang sudah mudah kalo menambah obat bias akita berikan keringanan bagi lansia yang memang memiliki keterbatasan untuk mengambil obat bisa dibawakan sama teman-teman ke desa saat posyandu begitu lebih mudah. Lansia dapat obat dari puskesmas atau rumah sakit yang penting disana tempat lansia sering melakukan pengobatan”	Lansia wajib minum obat hipertensi agar dapat mengontrol tekanan darah yang dimiliki lansia. lansia bisa mendapatkan obat hipertensi melalui puskesmas ataupun rumah sakit tempat lansia melakukan pengobatan	Lansia wajib konsumsi obat hipertensi sesuai dengan resep dokter dan obat hipertensi ini bisa di dapatkan melalui puskesmas atau rumah sakit tempat lansia melakukan pengobatan
		Bagaimana mengenai obat hipertensi, apakah lansia rutin mengkonsumsi obat hipertensinya dan bagaimana dampak kesehatan yang dapat dirasakan lansia dalam mengkonsumsi obat hipertensi ?	“teman-teman dilapangan seharusnya lebih mengetahui mengenai ini cuman dari pengamatan saya diwilayah kecamatan mappedeceng ini saya rasa tidak ada lansia yang sulit untuk diberitahu mengenai pentingnya minum obat hipertensi karena teman-teman dilapangan itu sudah sangat sering memberikan edukasi bagi masyarakat yang menderita hipertensi untuk rutin mengkonsumsi obatnya. Karena jika lansia itu sudah terkena	Konsumsi obat hipertensi pada lansia harus rutin dan penting selain itu edukasi juga terus dilakukan oleh petugas kesehatan dilapangan untuk lansia agar lansia dapat rutin mengkonsumsi obat hipertensinya. Rutin minum obat juga akan memberikan dampak yang baik bagi kesehatan lansia.	Obat hipertensi sangat penting bagi penderita hipertensi. edukasi mengenai hipertensi dan teratur mengkonsumsi obat juga rutin dilakukan oleh petugas kesehatan. Konsumsi obat yang rutin dapat memberikan dampak baik bagi kesehatan lansia khususnya pada penyakit hipertensi

			<p>hipertensi maka akan sulit sembuh dan bisa jadi beberapa penyakit juga dapat menjangkit atau terjadi komplikasi jika lambat untuk dilakukan penanganan maka dari itu sangat dibutuhkan kedisiplinan masyarakat dalam mengkonsumsi obat hipertensi ini. Sekarang muncul pertanyaan jika pada lansia itu sering terjadi kelupaan yang memang menjadi salah satu penyakit jika kita sudah tua sehingga dibutuhkan pengingat dari keluarga yang dapat membantu lansia dalam mengingatkan lansia mengkonsumsi obat hipertensi. saya kira kalo lansia rutin minum obat maka kesehatannya juga akan membaik”</p>		yang diderita lansia
		<p>Bagaimana dukungan keluarga lansia mengenai penyakit hipertensi ini ?</p>	<p>“saya rasa teman-teman dilapangan itu lebih tau apakah ada pendampingan secara langsung dari keluarga. Tapi untuk kesehariannya juga dirumah saya kira sangat butuh bantuan dari keluarga apalagi lansia butuh didengarkan mungkin sedikit tidaknya ada sesi curhat begitu dengan istri, anak, atau cucu. Nah yang unik juga lansia biasanya</p>	<p>Dukungan keluarga membantu menjaga kesehatan lansia salah satunya adalah lansia umumnya membutuhkan teman untuk berbicara dirumah atau berinteraksi dengan cucu misalnya menjadi terapi bagi lansia serta melakukan rekreasi juga bisa menjadi solusi</p>	<p>Peran keluarga sangat dibutuhkan oleh lansia dan dapat membantu lansia dalam menjaga kesehatan yang dimiliki oleh lansia. Interaksi dan waktu keluarga terhadap lansia juga dibutuhkan dan menjadi solusi bagi lansia untuk</p>

			senang kalo bermain dengan cucunya ini juga bisa jadi terapi bagi lansia dan tentunya dapat mengurangi stres pada lansia sehingga lebih rileks saat dirumah atau mungkin keluarga yang senang liburan meski tidak setiap minggu begitu rekreasi ini juga dapat membantu menjaga kesehatan yang dimiliki oleh lansia”.	untuk mengurangi beban pikiran yang dimiliki oleh lansia.	mengurangi beban pikiran yang dimiliki oleh lansia sehingga lansia tidak mudah stres
10	IS	Aktivitas fisik seperti apa yang dapat dilakukan oleh lansia dirumah dalam kesehariannya untuk melakukan pencegahan hipertensi ?	“itu bapak dia anggap kekebun itu olahraga jadi itu kegiatan sehari-hari katanya kalo tidak kekebun itu dia pusing tidak tau apa dikerja dirumah jadi harus kekebun biar hanya jalan-jalan saja dikebun tidak apa. Kalo dirumah biasa juga jalan-jalan kalo pagi kalo ada waktunya itu biasa jii jalan kalo pagi”	Melakukan aktifitas seperti berkebun dan berjalan kaki dipagi hari	Aktivitas fisik yang dilakukan oleh lansia adalah berkebun dan berjalan kaki di pagi hari
		Berapa lama aktivitas fisik yang dapat dilakukan oleh lansia ?	“kalo jalan kaki bapak itu biasa kapang 20 menit atau bisa kapang sampainya capek juga. Kalo dikebun itu kalo sampai mi siang dia pulang mi ke rumah tidur siang”	Aktivitas berjalan kaki dipagi hari hingga 20 menit dan untuk aktivitas dikebun hanya sampai siang hari dan setelah itu lansia pulang kerumah untuk istirahat	Aktivitas fisik seperti berjalan kaki dilakukan selama 20 menit dan aktivitas dikebun hanya sampai siang hari
		Apakah di desa bapak/ibu terdapat pemeriksaan	“ada di posyandu kalo orang periksa tapi bapak juga biasa periksa di bidan kalo dia rasa sakit	Posyandu tempat pemeriksaan kesehatan dan bidan desa juga.	Pemeriksaan kesehatan terdapat di posyandu dan

		kesehatan yang rutin dilakukan ? jika iya sudah berapa lama ada pemeriksaan kesehatan tersebut dan seperti apa pemeriksaannya ?	itu. Kalo pemeriksaan begitu kan dari lama saya juga nda tau dari kapan tapi itu kayaknya dari lama ada. yang saya tau bapak kalo periksa itu tensi sama paling gula kapang juga sama kolsterol paling”	Pemeriksaan yang dilakukan diposyandu juga sudah lama dilakukan dan untuk pemeriksaan kesehatan lansia biasa melakukan pemeriksaan tekanan darah, diabetes, dan kolesterol	pemeriksaan kesehatan ini sudah sejak lama ada. lansia sering melakukan pemeriksaan kesehatan berupa pemeriksaan tekanan darah, diabetes, dan kolesterol
		Mengenai pemeriksaan tekanan darah, dimana lansia dapat melakukan pemeriksaan tersebut ? apakah bapak/ibu rutin melakukannya ?	“setau saya kalo pemeriksaan tensi itu di posyandu saya biasa lihat itu, bapak juga itu bilang kalo setiap desa dia selalu ada pemeriksaan rutinnya jadi disitu mungkin dilakukan pemeriksaan tensi. Biasa ada senam juga itu kalo ada posyandu katanya jadi mungkin sekalian mi distu banyak pemeriksaan”	Terdapat pemeriksaan tekanan darah di posyandu yang rutin dilakukan disetiap desa dengan jadwal masing-masing dan juga ada senam saat posyandu	Pemeriksaan tekanan darah rutin dilakukan di posyandu pada setiap desa masing-masing sesuai dengan jadwal yang berlaku dan jadwal senam saat posyandu
		Apakah lansia mengkonsumsi obat hipertensi ? jika iya, bagaimana lansia mendapatkan obat hipertensi ?	“bapak minum obat dia dari lama mi minum obatnya. Obat hipertensinya itu diambil di puskesmas biasa kan ada langsung resep dokter di puskesmas apalagi bapak sudah dikenal kalo di puskesmas ambil obat hipertensinya”	Lansia minum obat hipertensi dan obat hipertensi bisa di dapatkan melalui puskesmas dengan resep biasa yang diberikan oleh dokter	Lansia mengkonsumsi obat hipertensi dan obat hipertensi lansia bisa didapatkan di puskesmas
		Mengenai obat hipertensi apakah lansia sering mengkonsumsinya	“bapak itu rajin minum obatnya cuman kami juga kadang tetap kasih ingat minum obatnya karna kami lihat kalo bapak minum obat	Lansia mengkonsumsi obat hipertensi dengan rutin dan lansia merasa membaik jika	Lansia rutin mengkonsumsi obat hipertensi dan memberikan dampak

		lalu perubahan seperti apa yang lansia rasakan setelah mengkonsumsi obat hipertensi ?	itu sehat-sehat bisa kerja begitu sama kekebun cari keringat dia biasa bilang. Kalo ditanya juga enak perasaannya minum obat selalu dibilang enak jadi kami juga senang kalo memang obat yang na minum ada perubahan begitu supaya tidak cemas juga”	mengonsumsi obat hipertensinya. Menurut lansia terdapat perubahan dari kondisi kesehatan lansia setelah rutin mengonsumsi obat hipertensinya	baik bagi kesehatan lansia sehingga memang diperlukan lansia untuk rutin minum obat hipertensi
		Bagaimana dukungan keluarga mengenai penyakit hipertensi ini ?	“kami dari keluarga juga selalu ingatkan bapak minum obat teratur dengan pergi periksa kesehatannya supaya ditau adakah penyakit lainnya bapak kalau bisa dibilang jaga-jaga kalau itu juga diperlukan berobat ke puskesmas kami antar karna jangan sampai tambah parah ini penyakit kalau ada dibadannya bapak. Ada banyak juga suruh konsumsi herbal begitu kami lakukan juga kan kalau kata orang kita jalani yang mana-mana saja yang buat kita sembuh”.	Mengingatkan lansia untuk tetap minum obat dan juga melakukan pemeriksaan rutin. Menemani lansia melakukan pemeriksaan lanjutan jika diperlukan untuk pemeriksaan ke puskesmas.	Dukungan keluarga bagi lansia berupa mengingatkan lansia untuk minum obat hipertensi dan mengingatkan lansia untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin baik melalui posyandu maupun puskesmas
11	KS	Aktivitas fisik seperti apa yang dapat dilakukan oleh lansia dirumah dalam kesehariannya untuk melakukan pencegahan	“mamak itu sering jalan-jalan kalau pagi dulu masih sering naik sepeda itu dia jadikan sebagai olahraganya cuman sekarang sudah jarang yang paling sering jalan pagi sama itu aktifitas didapur sama buat sajen biasa itu saja”	Melakukan aktifitas fisik seperti berjalan kaki dipagi hari	Aktivitas fisik yang dilakukan adalah berjalan kaki dipagi hari

		hipertensi ?			
		Berapa lama aktivitas fisik yang dapat dilakukan oleh lansia ?	“saya biasa tidak pernah lihat jam tapi kalo mamak sudah bangun langsung biasa jalan kaki didepan rumah itu mungkin nda sampai setengah jam juga kan orang tua saya juga serahkan sama kemampuannya saja bagaimana kuatnya mamak saja”	Kurang lebih 30 menit melakukan aktivitas fisik berupa berjalan kaki di pagi di halaman rumah	Kurang lebih 30 menit lansia melakukan aktivitas fisik dengan berjalan kaki
		Apakah di desa bapak/ibu terdapat pemeriksaan kesehatan yang rutin dilakukan ? jika iya sudah berapa lama ada pemeriksaan kesehatan tersebut dan seperti apa pemeriksaannya ?	“disini ada ani pemeriksaan kesehatan rajin di posyandu begitu kan, kalo lamanya ada orang periksa saya nda tau cuman kayaknya dari ad aitu posyandu ada juga orang periksa kesehatannya. Kalo di posyandu itu orang biasa saya lihat periksa banyak kayak tensi, gula, asam urat, ada mungkin juga kolesterol karna biasa satu paket kayaknya itu”	Pemeriksaan kesehatan rutin di lakukan di posyandu dan sudah dari sejak lama dilakukan. Pemeriksaan kesehatan itu berupa pemeriksaan tekanan darah, diabetes, asam urat, dan kolesterol	Terdapat pemeriksaan tekanan darah rutin dilakukan di posyandu, pemeriksaan kesehatan ini sudah lama dilakukan dan pemeriksaannya berupa pemeriksaan tekanan darah, diabetes, asam urat, dan kolesterol
		Mengenai pemeriksaan tekanan darah, dimana lansia dapat melakukan pemeriksaan tersebut ? apakah bapak/ibu rutin melakukannya ?	“ada terus tiap bulan kalo pemeriksaan kesehatan kalo sudah ada itu pasti diperiksa tekanan darah karena yang saya tau juga bukan hanya tensi tapi ada kolesterol sama gula juga diperiksa kalo posyandu kan. Itu kegiatan posyandu setau saya bergilir jadi setiap harinya itu gantian desa	Terdapat pemeriksaan rutin yang dilakukan di setiap posyandu dan dilakukan secara bergilir setiap bulannya	Pemeriksaan tekanan darah rutin dilakukan dan lansia melakukan pemeriksaan tersebut melalui posyandu sesuai dengan jadwal posyandu tempat tinggal lansia

			yang didatangi sama orang puskesmas. mamak juga bilang ada juga biasa senamanya kalo pemeriksaan begitu cuman kadang-kadang ada kadang-kadang juga tidak ada”		
		Apakah lansia mengkonsumsi obat hipertensi ? jika iya, bagaimana lansia mendapatkan obat hipertensi ?	“mamak minum obat hipertensi dia, obatnya dari puskesmas kadang juga dari rumah sakit peling sering karna sering periksa di rumah sakit juga mamak jadi sekalian periksa sekalian tambah obat mamak juga”	Konsumsi obat hipertensi yang didapatkan melalui puskesmas dan rumah sakit tempat lansia melakukan pengobatan	Lansia mengkonsumsi obat hipertensi dan didapatkan melalui puskesmas dan rumah sakit tempat lansia melakukan pengobatan
		Mengenai obat hipertensi apakah lansia sering mengkonsumsinya lalu perubahan seperti apa yang lansia rasakan setelah mengkonsumsi obat hipertensi ?	“mamak yaa sampai sekarang rajin minum obatnya karna kalo tidak rajin nanti dia sendiri yang sakit jadi memang harus rajin mamak minum obatnya. Pernah saya tanya dulu waktu awal waktu minum obat itu setelah berapa kali mamak minum saya tanya bagaimana dia rasa mamak bilang katanya enak mi tidak tegang dirasa cuman memang harus selesai minum obatnya tidak boleh dilangkahi juga jadi harus rajin memang kalo mau cepat sembuh biasa saya bilang begitu juga sama mamak. Ada juga obat herbal itu dibuatkan dia bilang enak badannya kalo sudah minum itu	Lansia rajin mengkonsumsi obat hipertensi. setelah mengkonsumsi obat hipertensi itu lansia merasakan keadaan yang membaik sehingga berlanjut untuk terus minum obat hipertensi. selain minum obat hipertensi lansia juga mengkonsumsi obat herbal yakni rebusan daun seledri dengan rentan minumnya sebanyak dua kali dalam satu minggu	Dengan mengkonsumsi obat secara rutin lansia merasakan keadaan yang membaik pada tubuhnya ditambah dengan konsumsi obat herbal yang biasa di minum sebanyak dua kali dalam seminggu. Obat herbal itu berupa daun seledri yang di rebus

			tapi tidak boleh sering paling itu 2 kali 1 minggu dia minum rebusan daun sop”		
		Bagaimana dukungan keluarga mengenai penyakit hipertensi ini ?	“semua mau mamak cepat sembuh jadi kami juga berusaha supaya mbah dengan kak juga sekarang cepat sembuh karna kasian juga kalau lama sakit meski ditau kalau orang tua memang rentang kena penyakit jadi kami jaga saja konsumsi makanannya mamak sekarang dengan diingatkan rutin minum obat sama kalau mau dibelikan makanan yang mamak suka kami belikan juga supaya membantu mbah juga tetap senang makan makanan yang mbah suka tapi tetap minum obat supaya tetap stabil tekanan darah dengan sering kami ingatkan untuk tidak berdiri terlalu lama atau duduk terlalu lama kalo ada lakukan kegiatan kadang juga ditemani pergi berobat ke posyandu kalo saya sempat”	Membantu mengingatkan untuk mengkonsumsi obat dan menjaga kondisi badan agar tidak bekerja terlalu keras dan beristirahat.	Dukungan keluarga berupa membantu mengingatkan lansia untuk mengkonsumsi obat hipertensi dan juga mengingatkan lansia untuk tetap menjaga kondisi badan dengan tidak bekerja terlalu berat dan cukup istirahat

Lampiran 10 Dokumentasi

Wawancara bersama informan (Lansia)



Wawancara bersama Kepala Puskesmas dan Penanggung Jawab Program



Wawancara bersama keluarga lansia



Kegiatan senam Lansia di Puskesmas dan Posyandu



Pemeriksaan Tekanan Darah di Posyandu dan Kunjungan Rumah



Rebusan Daun Seledri  
(*Apium graveolens*)

