

Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kepatuhan Pola Hidup Sehat pada Lansia Hipertensi di Puskesmas Grogol

Regita Athasya Eryani¹, Agus Sudaryanto^{2*}

¹Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

²Dapertemen Keperawatan Komunitas dan Keluarga, Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

*Corresponding Author: agus_sudaryanto@ums.ac.id

Article Info

Article History:

Received, 05-01-2026

Accepted, 19-01-2026

Published, 02-07-2026

Kata Kunci:

Pengetahuan,

Kepatuhan,

Lansia Hipertensi,

Pola Hidup Sehat

Abstrak

Hipertensi merupakan masalah kesehatan utama pada lansia yang memerlukan kepatuhan terhadap penerapan pola hidup sehat untuk mencegah komplikasi. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan dan kepatuhan pola hidup sehat pada lansia hipertensi di Puskesmas Grogol, Kabupaten Sukoharjo. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Sebanyak 382 lansia hipertensi dipilih menggunakan teknik *accidental sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan dan kepatuhan pola hidup sehat, kemudian dianalisis dengan uji korelasi Spearman Rank.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan kategori cukup (45,0%) dan kepatuhan pola hidup sehat kategori cukup (46,1%). Analisis statistik menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan kepatuhan pola hidup sehat ($p = 0,000$; $r = 0,274$). Temuan ini menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan berkontribusi terhadap peningkatan kepatuhan lansia dalam menerapkan pola hidup sehat.

Penelitian ini memberikan kontribusi ilmiah berupa penguatan bukti empiris hubungan pengetahuan dan kepatuhan pola hidup sehat pada lansia hipertensi di tingkat pelayanan kesehatan primer, yang dapat menjadi dasar pengembangan program edukasi hipertensi berbasis kebutuhan lansia.

Abstract

Keywords:

Knowledge,

Adherence,

Elderly with

Hypertension,

Healthy Lifestyle

Hypertension is a major health problem among older adults that requires adherence to a healthy lifestyle to prevent complications. This study aimed to analyze the relationship between the level of knowledge and adherence to a healthy lifestyle among elderly patients with hypertension at Grogol Public Health Center, Sukoharjo. This study employed a quantitative correlational design with a cross-sectional approach. A total of 382 elderly patients with hypertension were selected using an accidental sampling technique. Data were collected using questionnaires measuring knowledge and healthy lifestyle adherence and analyzed using the Spearman Rank correlation test.

The results showed that most respondents had a moderate level of knowledge (45.0%) and a moderate level of adherence to a healthy lifestyle (46.1%). Statistical analysis revealed a significant positive relationship between knowledge level and healthy lifestyle adherence ($p = 0.000$; $r = 0.274$). These findings indicate that higher knowledge is associated with better adherence to healthy lifestyle practices among elderly patients.

Pendahuluan

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama pada kelompok lanjut usia dan menjadi faktor risiko penting terjadinya penyakit kardiovaskular, stroke, serta gagal ginjal. Peningkatan prevalensi hipertensi pada lansia berkaitan erat dengan proses penuaan yang menyebabkan perubahan fisiologis, seperti menurunnya elastisitas pembuluh darah dan perubahan metabolisme tubuh. World Health Organization melaporkan bahwa prevalensi hipertensi cenderung meningkat seiring bertambahnya usia dan menjadi tantangan utama dalam pengendalian penyakit tidak menular secara global (WHO, 2023).

Di Indonesia, hipertensi masih menjadi salah satu penyebab kematian tertinggi. Data Survei Kesehatan Indonesia tahun 2024 menunjukkan bahwa hipertensi menempati urutan keempat sebagai faktor risiko kematian, dengan kecenderungan prevalensi yang terus meningkat setiap tahun. Peningkatan kasus hipertensi ini tidak terlepas dari rendahnya penerapan pola hidup sehat, seperti konsumsi makanan tinggi garam, kurangnya aktivitas fisik, serta ketidakpatuhan dalam pemantauan tekanan darah dan pengobatan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024).

Pada tingkat pelayanan kesehatan primer, hipertensi pada lansia menjadi beban pelayanan yang signifikan. Data Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo menunjukkan bahwa Puskesmas Grogol merupakan salah satu wilayah dengan jumlah lansia hipertensi yang cukup tinggi. Kondisi ini menuntut upaya promotif dan preventif yang lebih terarah, terutama dalam meningkatkan kepatuhan lansia terhadap penerapan pola hidup sehat sebagai bagian dari manajemen hipertensi jangka panjang.

Kepatuhan terhadap pola hidup sehat, yang meliputi pengaturan pola makan, aktivitas fisik, pengelolaan stres, serta pemeriksaan tekanan darah secara rutin, merupakan komponen penting dalam pengendalian hipertensi. Namun, kepatuhan lansia dalam menerapkan perilaku kesehatan sering kali dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan yang dimiliki. Menurut teori Green dan Kreuter, pengetahuan merupakan faktor predisposisi yang berperan dalam pembentukan perilaku kesehatan, di mana individu dengan pengetahuan yang baik cenderung lebih mampu mengambil keputusan kesehatan secara tepat.

Beberapa penelitian sebelumnya melaporkan adanya hubungan antara tingkat pengetahuan dan kepatuhan lansia dalam menjalankan pola hidup sehat. Agustina dan Pradana (2022) serta Dinata dan Muhlisin (2024) menemukan bahwa lansia dengan tingkat pengetahuan yang lebih baik cenderung memiliki kepatuhan yang lebih tinggi terhadap diet dan perilaku pengendalian hipertensi. Meskipun demikian, sebagian besar penelitian tersebut dilakukan pada konteks wilayah dan karakteristik responden yang berbeda, serta belum secara spesifik menggambarkan kondisi lansia pada layanan kesehatan primer dengan proporsi usia lanjut tinggi.

Research gap dalam penelitian ini terletak pada masih terbatasnya kajian empiris yang secara khusus menganalisis hubungan tingkat pengetahuan dan kepatuhan pola hidup sehat pada lansia hipertensi di tingkat puskesmas, khususnya di wilayah dengan dominasi lansia usia ≥ 70 tahun. Selain itu, sebagian penelitian sebelumnya lebih menitikberatkan pada kepatuhan pengobatan, sementara aspek kepatuhan pola hidup sehat sebagai bagian integral dari manajemen hipertensi belum banyak dieksplorasi secara komprehensif pada konteks pelayanan kesehatan primer.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan dan kepatuhan pola hidup sehat pada lansia hipertensi di Puskesmas Grogol, Kabupaten Sukoharjo. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memperkuat bukti empiris mengenai peran pengetahuan dalam membentuk perilaku kesehatan lansia serta menjadi dasar pengembangan program edukasi hipertensi yang lebih efektif dan sesuai dengan karakteristik lansia di pelayanan kesehatan primer.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Desain ini dipilih untuk menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan dan kepatuhan pola hidup sehat pada lansia hipertensi dalam satu waktu pengukuran. Penelitian dilaksanakan di Puskesmas Grogol, Kabupaten Sukoharjo, pada bulan September hingga November 2025.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia berusia ≥ 60 tahun yang menderita hipertensi dan terdaftar di wilayah kerja Puskesmas Grogol, Kabupaten Sukoharjo, dengan jumlah populasi sebanyak 8.044 jiwa. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *non-probability sampling* dengan metode *accidental sampling*. Teknik ini dipilih karena keterbatasan waktu penelitian serta kemudahan akses responden yang hadir ke Puskesmas Grogol atau kegiatan pelayanan kesehatan lansia selama periode pengumpulan data.

Jumlah sampel ditentukan menggunakan rumus penentuan besar sampel untuk penelitian korelasional, sehingga diperoleh sebanyak 382 responden yang memenuhi kriteria inklusi. Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi lansia berusia ≥ 60 tahun, terdiagnosis hipertensi, mampu berkomunikasi dengan baik, dan bersedia menjadi responden. Lansia dengan gangguan kognitif berat atau kondisi kesehatan yang tidak memungkinkan untuk mengisi kuesioner dikeluarkan dari penelitian.

Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner yang terdiri dari dua bagian, yaitu kuesioner tingkat pengetahuan tentang hipertensi dan kuesioner kepatuhan pola hidup sehat. Kuesioner pengetahuan mengukur pemahaman lansia terkait definisi hipertensi, faktor risiko, komplikasi, serta upaya pengendalian hipertensi. Kuesioner kepatuhan pola hidup sehat

mencakup aspek pengaturan pola makan, aktivitas fisik, pengelolaan stres, serta kebiasaan pemeriksaan tekanan darah secara rutin.

Instrumen penelitian disusun berdasarkan kajian literatur dan pedoman pengelolaan hipertensi pada lansia. Uji validitas dan reliabilitas instrumen telah dilakukan pada tahap penelitian, dengan hasil menunjukkan bahwa seluruh item pertanyaan memiliki nilai korelasi di atas nilai r tabel dan nilai Cronbach's alpha $> 0,70$, sehingga instrumen dinyatakan valid dan reliabel untuk digunakan dalam penelitian ini.

Prosedur Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan cara membagikan kuesioner kepada responden yang memenuhi kriteria inklusi. Peneliti memberikan penjelasan mengenai tujuan dan prosedur penelitian sebelum responden mengisi kuesioner. Bagi responden yang mengalami keterbatasan dalam membaca atau menulis, pengisian kuesioner dibantu oleh peneliti dengan tetap menjaga objektivitas jawaban.

Analisis Data

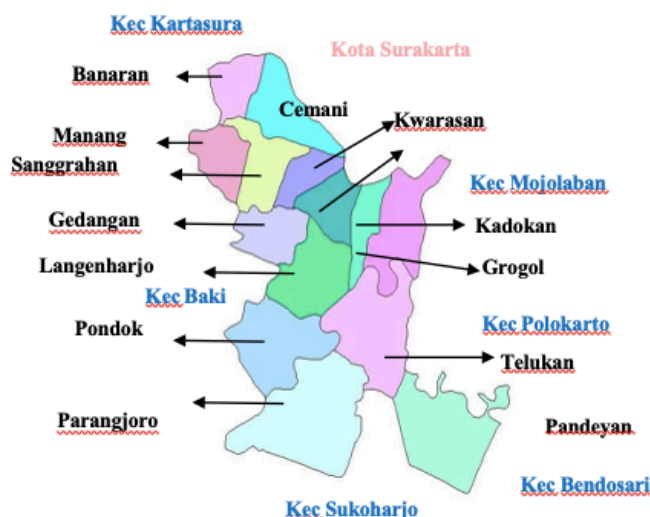
Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan karakteristik responden serta distribusi tingkat pengetahuan dan kepatuhan pola hidup sehat. Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dan kepatuhan pola hidup sehat menggunakan uji korelasi Spearman Rank. Uji ini dipilih karena data tidak berdistribusi normal. Seluruh analisis statistik dilakukan dengan tingkat signifikansi 0,05.

Etika Penelitian

Penelitian ini telah memperoleh izin dari pihak Puskesmas Grogol, Kabupaten Sukoharjo. Seluruh responden diberikan penjelasan mengenai tujuan, manfaat, serta prosedur penelitian dan diminta menandatangani *informed consent* sebagai bentuk persetujuan berpartisipasi. Kerahasiaan identitas responden dijaga dengan tidak mencantumkan nama pada instrumen penelitian, serta data yang diperoleh digunakan hanya untuk kepentingan akademik.

Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Grogol, Kabupaten Sukoharjo, yang merupakan fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama dengan jumlah lansia cukup besar. Berdasarkan profil kesehatan daerah, hipertensi menjadi salah satu penyakit tidak menular dengan prevalensi tinggi pada kelompok lansia, sehingga memerlukan perhatian khusus dalam upaya pengendalian berbasis pelayanan primer (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024).



Gambar 1. Peta Puskesmas Grogol

Sumber: Puskesmas Grogol, 2024

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat tiga temuan utama yang menjadi fokus pembahasan, yaitu dominasi responden usia lanjut, hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan dan kepatuhan pola hidup sehat, serta kekuatan hubungan yang berada pada kategori lemah–sedang. Penekanan pada temuan kunci ini dilakukan untuk menghindari penyajian hasil yang bersifat deskriptif semata dan memperkuat makna analitis penelitian (Polit & Beck, 2021).

Mayoritas responden berusia ≥ 70 tahun (66,5%) dan berjenis kelamin perempuan (78,8%). Proporsi ini tergolong tinggi dan perlu dikritisi karena lansia usia lanjut umumnya mengalami penurunan fungsi fisiologis, peningkatan komorbiditas, serta keterbatasan mobilitas yang dapat menghambat penerapan pola hidup sehat secara optimal (Yanti et al., 2021; Widyastuti et al., 2019). Kondisi ini menjelaskan mengapa tingkat pengetahuan yang relatif baik pada sebagian responden tidak selalu diikuti oleh kepatuhan perilaku yang tinggi.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Variabel	Kategori	f	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	81	21,2
	Perempuan	301	78,8
Usia	60–69 tahun	128	33,5
	≥ 70 tahun	254	66,5
Pendidikan	SD	55	14,4
	SMP	168	44,0
	SMA	159	41,6
Status Perkawinan	Janda/Duda	28	7,3
	Kawin	354	92,7
Pekerjaan	IRT	92	24,1
	Pedagang	137	35,9
	Pensiunan	103	27,0

	Petani	50	13,1
--	--------	----	------

Sumber: Data primer,2025

Distribusi tingkat pengetahuan menunjukkan bahwa sebagian besar lansia berada pada kategori cukup hingga baik. Secara teoritis, pengetahuan berperan sebagai faktor predisposisi dalam pembentukan perilaku kesehatan, namun tidak berdiri sendiri dalam menentukan perubahan perilaku (Green & Kreuter, 2005). Hasil penelitian ini memperlihatkan adanya hubungan positif yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan kepatuhan pola hidup sehat ($p = 0,000$; $r = 0,274$), tetapi dengan kekuatan hubungan yang lemah–sedang. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan belum tentu secara langsung menghasilkan kepatuhan tanpa dukungan faktor pendukung lainnya (Agustina & Pradana, 2022; Islani et al., 2021).

Tabel 3. Distribusi Kategori Pengetahuan Lansia

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	16–20	148	38,7
Cukup	11–15	172	45,0
Kurang	0–10	62	16,2
Total	–	382	100

Sumber: Data primer,2025

Tingkat kepatuhan pola hidup sehat responden sebagian besar berada pada kategori cukup, yang menunjukkan bahwa lansia telah menerapkan perilaku sehat dalam batas tertentu, namun belum optimal. Hubungan antara kepatuhan pola hidup sehat dan kondisi hipertensi menunjukkan korelasi positif yang signifikan ($p = 0,000$; $r = 0,281$). Meskipun kekuatan korelasi tidak besar, temuan ini bermakna secara klinis karena perubahan kecil dalam perilaku hidup sehat dapat memberikan dampak jangka panjang terhadap pengendalian tekanan darah dan pencegahan komplikasi hipertensi (Sapitri et al., 2023; Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024).

Tabel 5. Kategori Kepatuhan Pola Hidup Sehat

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	26–32	134	35,1
Cukup	18–25	176	46,1
Kurang	<18	72	18,8
Total	–	382	100

Sumber: Data primer,2025

Dalam konteks wilayah kerja Puskesmas Grogol, karakteristik responden yang sebagian besar berprofesi sebagai pedagang, ibu rumah tangga, dan pensiunan menunjukkan adanya kebiasaan hidup yang telah terbentuk lama, termasuk pola konsumsi makanan tinggi garam dan aktivitas fisik yang terbatas. Faktor kontekstual ini berpotensi menjelaskan rendahnya kekuatan hubungan antara pengetahuan dan kepatuhan, serta menegaskan bahwa edukasi kesehatan saja belum cukup tanpa pendampingan perilaku yang berkelanjutan (Muthoifa et al., 2024).

Tabel 6. Hasil Uji Korelasi Spearman

Hubungan Variabel	p-value	r	Interpretasi
Pola Hidup - Lansia	0,004	0,146	Hubungan positif lemah, signifikan
Pola Hidup - Hipertensi	0,000	0,281	Hubungan positif lemah-sedang
Pola Hidup - Pengetahuan	0,000	0,274	Hubungan positif lemah-sedang
Lansia - Hipertensi	0,000	0,346	Hubungan positif sedang
Lansia - Pengetahuan	0,000	0,297	Hubungan positif lemah-sedang
Hipertensi - Pengetahuan	0,000	0,354	Hubungan positif sedang

Sumber: Data primer, 2025

Hubungan positif antara usia dan hipertensi ($r = 0,346$) menguatkan bahwa peningkatan usia merupakan faktor risiko utama hipertensi akibat perubahan fisiologis sistem kardiovaskular. Selain itu, hubungan antara tingkat pengetahuan dan hipertensi ($r = 0,354$) dapat diinterpretasikan bahwa lansia dengan hipertensi cenderung memiliki kesadaran kesehatan yang lebih tinggi sebagai hasil dari pengalaman sakit dan interaksi dengan layanan kesehatan (Polit & Beck, 2021).

Dari sisi metodologi, desain *cross-sectional* dan penggunaan teknik *accidental sampling* berpotensi menimbulkan bias seleksi karena responden merupakan lansia yang aktif mengakses pelayanan kesehatan. Oleh karena itu, hasil penelitian ini lebih merepresentasikan kelompok lansia dengan tingkat kesadaran kesehatan yang relatif baik dan perlu digeneralisasikan secara hati-hati.

Secara praktis, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengendalian hipertensi pada lansia di Puskesmas Grogol perlu dilakukan secara komprehensif, tidak hanya berfokus pada peningkatan pengetahuan, tetapi juga pada pendampingan perilaku, dukungan keluarga, serta pendekatan yang disesuaikan dengan kondisi fisik dan sosial lansia. Pendekatan ini sejalan dengan rekomendasi promosi kesehatan lansia berbasis pelayanan kesehatan primer (Green & Kreuter, 2005; Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024).

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan kepatuhan pola hidup sehat pada lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas

Grogol, Kabupaten Sukoharjo. Meskipun demikian, kekuatan hubungan yang berada pada kategori lemah–sedang mengindikasikan bahwa pengetahuan bukan satu-satunya faktor yang memengaruhi kepatuhan perilaku kesehatan lansia. Faktor usia lanjut, keterbatasan fisik, kebiasaan hidup yang telah terbentuk lama, serta konteks sosial dan lingkungan turut berperan dalam menentukan keberhasilan penerapan pola hidup sehat.

Kepatuhan pola hidup sehat juga memiliki hubungan signifikan dengan kondisi hipertensi, yang menegaskan bahwa perilaku hidup sehat tetap berkontribusi dalam pengendalian tekanan darah pada lansia. Namun, pengendalian hipertensi pada kelompok usia lanjut bersifat multifaktorial, sehingga memerlukan pendekatan yang komprehensif dan berkelanjutan di tingkat pelayanan kesehatan primer.

Secara praktis, hasil penelitian ini memberikan kontribusi dalam pengembangan program pengendalian hipertensi pada lansia, khususnya di fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama. Intervensi yang dilakukan perlu tidak hanya berfokus pada peningkatan pengetahuan, tetapi juga pada pendampingan perilaku, penguatan dukungan keluarga, serta penyesuaian program edukasi dengan kondisi fisik dan sosial lansia agar kepatuhan dapat meningkat secara optimal.

Penelitian ini memiliki keterbatasan pada desain *cross-sectional* dan teknik *accidental sampling* yang membatasi kemampuan generalisasi hasil serta penentuan hubungan sebab-akibat. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal dan teknik sampling probabilitas, serta mempertimbangkan variabel lain seperti dukungan keluarga, kepatuhan minum obat, dan faktor psikososial untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai pengendalian hipertensi pada lansia.

Referensi

- Agustina, E., & Pradana, A. A. (2022). Hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia: A literature review. *Jurnal Mitra Kesehatan*, 5(1). <https://doi.org/10.47522/jmk.v5i1.169>
- Alinejad, N., Khosromanesh, F., Bijani, M., Taghinezhad, A., Khiyali, Z., & Dehghan, A. (2025). Spiritual well-being, resilience, and health-promoting lifestyle among older adult hypertensive patients: A cross-sectional study. *BMC Geriatrics*, 25(1). <https://doi.org/10.1186/s12877-025-05877-x>
- Astuti, A. S. A., Normalitasari, N. A., Nurhaliza, A. P., et al. (2025). Edukasi hipertensi sebagai upaya peningkatan pengetahuan dan pencegahan hipertensi pada lansia di Desa Blimbing. *Jurnal Berkawan: Berita Kesehatan Penambah Wawasan*, 2(1), 222–229. <https://journals2.ums.ac.id/index.php/berkawan>

- Dinata, A., & Muhlisin. (2024). The relationship between the level of knowledge about hypertension and efforts to prevent hypertension complications in the elderly. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 6(S6). <https://doi.org/10.37287/ijghr.v6iS6.4722>
- Green, L. W., & Kreuter, M. W. (2005). *Health program planning: An educational and ecological approach to health promotion* (4th ed.). McGraw-Hill.
- Islani, H., Harun, S., & Barus, P. S. (2021). Hubungan tingkat kepatuhan diet rendah garam dengan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Cibogo. *Jurnal Keperawatan dan Fisioterapi*, 4(1), 18–27. <https://doi.org/10.35450/jkf.v4i1.233>
- Jumhani, S. A., & Mutmainah, N. (2023). Hubungan antara kepatuhan penggunaan obat dengan keberhasilan terapi antihipertensi pada pasien geriatri di Rumah Sakit Dr. Moewardi. *Usadha Journal of Pharmacy*, 2(3), 361–372. <https://doi.org/10.23917/ujp.v2i3.111>
- Kasim, F. W., Herlina, L., & Yunitr, N. (2025). Edukasi kepatuhan pengobatan, perilaku hidup sehat, dan diet pada lansia dengan hipertensi: Efek terhadap tekanan darah, efikasi diri, dan promosi kesehatan. *Jurnal Ners*, 9(3), 3409–3415. <https://doi.org/10.31004/jn.v9i3.44642>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2022*. Kemenkes RI. <https://www.kemkes.go.id>
- Mahardika, N. D. (2024). Pemberian edukasi sebagai upaya pencegahan hipertensi menuju lansia bugar. *Jurnal Berkawan*, 1(3), 115–122. <https://doi.org/10.23917/berkawan.v1i3.5993>
- Muthoifa, M., Guritno, W. R. A., Aqwani, N., et al. (2024). Peningkatan aktivitas fisik dan pengetahuan lansia melalui program senam anti hipertensi dan penyuluhan di Posyandu Lansia Desa Kudu Baki Sukoharjo. *Jurnal Berkawan: Berita Kesehatan Penambah Wawasan*, 1(2), 82–88. <https://journals2.ums.ac.id/index.php/berkawan>
- Pramana, G. A., Dianingati, R. S., & Saputri, N. E. (2019). Faktor-faktor yang memengaruhi kepatuhan minum obat pasien hipertensi peserta Prolanis di Puskesmas Pringapus Kabupaten Semarang. *Indonesian Journal of Pharmacy and Natural Product*, 2(1). <https://doi.org/10.35473/ijpnp.v2i1.196>
- Puskesmas Grogol. (2024). *Data laporan penyakit tidak menular hipertensi tahun 2023*. Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo. <https://dkk.sukoharjokab.go.id>
- Rahayu, U. B., Sudarsono, W. T., & Nusaibah, Y. (2024). Pencegahan hipertensi dengan meningkatkan kesadaran pengetahuan melalui kegiatan promosi kesehatan di Posyandu Lansia. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 2(10). <https://doi.org/10.59837/jpmba.v2i10.1878>
- Rahayuningsih, F. B., et al. (2025). Upaya pencegahan hipertensi melalui pendidikan kesehatan pada kader PKK. *Jurnal Berkawan*, 2(2). <https://doi.org/10.23917/berkawan.v2i2.6072>

- Sapitri, A. R., Meilianingsih, L., Supriadi, S., & Husni, A. (2023). Tingkat kepatuhan diet dengan derajat hipertensi pada lansia. *Jurnal Keperawatan Indonesia Florence Nightingale*, 3(2), 84–92. <https://doi.org/10.34011/jkifn.v3i2.1769>
- Sudaryanto, A., Vitria, A., & Salsabila, A. L. (2025). Peningkatan pengetahuan lanjut usia tentang komplikasi hipertensi. *Jurnal BUDIMAS*, 7(1), 1–7. <https://doi.org/10.29040/budimas.v7i1.16155>
- Widyastuti, P., Astuti, S., & Kusuma, D. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan pengobatan pada pasien hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 11(2), 167–175. <https://doi.org/10.33221/jikes.v11i2.338>
- World Health Organization. (2023). *Hypertension: Key facts*. WHO. <https://www.who.int>
- Yanti, M., Alkafi, A., & Yulita, D. (2021). Senam lansia terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi. *JIK: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(1), 44. <https://doi.org/10.33757/jik.v5i1.361>