

Workshop Perawatan Lansia Pada Kader Surabaya Hebat di RW 13 Kelurahan Kebraon Kecamatan Karangpilang Surabaya

Cicilia Wahyu Djajanti^{1*}, Ignatius Heri Dwianto², Nora Ekawati³

¹Prodi Ilmu Keperawatan, STIKES Katolik St.Vincentius a Paulo Surabaya

²Prodi Fisioterapi, STIKES Katolik St.Vincentius a Paulo Surabaya

³Prodi Administrasi Rumah Sakit, STIKES Katolik St.Vincentius a Paulo Surabaya,
Jl. Jambi No.12 - 18, Darmo, Kec. Wonokromo, Surabaya, 60241, Jawa Timur, Indonesia.

*Email Korespondensi: yanti.rkz@gmail.com

Abstract

The elderly face complex problems due to physical, psychological, social, and emotional changes that require comprehensive support to help them adapt. The majority of diseases experienced by the elderly today are degenerative diseases such as diabetes mellitus (DM) and hypertension, which require lifelong support. Problems Faced by the Elderly in Posyandu Lansia Sehat Bahagia RW 13 Kebraon Indah Permai, Kelurahan Kebraon, Kecamatan Karang Pilang, Surabaya. Out of 125 elderly individuals, 45 who attended the Posyandu were diagnosed with hypertension. However, they were found to be irregular in taking their medication and had incorrect medication-taking practices, despite frequent education from healthcare professionals and cadres. Role of Health Cadres. Health cadres are volunteers recruited from and by the community to assist in health services. Their presence is closely linked to routine services at Posyandu. Community Service Activities. STIKES Katolik St Vincentius A Paulo Surabaya conducted community service activities at Posyandu Lansia Sehat Bahagia, providing education and workshops to Surabaya Hebat cadres on supporting elderly care for those with hypertension. The workshop included training on blood pressure measurement, aiming to optimize elderly care at home through the enhanced capabilities of health cadres.

Keywords : workshop for surabaya hebat cadres (ksh), elderly care

Abstrak

Permasalahan Lansia sangatlah kompleks karena adanya perubahan secara fisik, psikologis sosial emosional yang membutuhkan pendampingan yang lebih komprehensif, supaya lansia beradaptasi dengan perubahan. Penyakit yang dialami lansia saat ini mayoritas adalah penyakit degeneratif seperti DM, Hipertensi yang membutuhkan pendampingan seumur hidup. Permasalahan pada lansia di Posyandu Lansia Sehat Bahagia RW 13 Kebraon Indah Permai Kelurahan Kebraon Kecamatan KarangPilang Surabaya dari 125 orang lansia sebanyak 45 orang yang hadir saat posyandu terdiagnosa hipertensi tidak teratur berobat dan cara minum obat yang salah padahal sudah sering mendapatkan edukasi baik dari nakes maupun kader. Kader kesehatan adalah seorang tenaga sukarela yang direkrut dari oleh dan untuk masyarakat yang bertugas membantu pelayanan kesehatan. keberadaan kader dikaitkan dengan pelayanan rutin di posyandu. Salah satu daerah binaan yang rutin dibina pihak Stikes Katolik St Vincentius A Paulo Surabaya adalah posyandu lansia sehat bahagia merupakan salah satu bagian dari RW 13 Kebraon Indah Permai Karang Pilang Surabaya ini merupakan lokasi perumahan dengan rata 35-40 KK per RT dan tidak setiap RT mengadakan pertemuan rutin untuk membuat program kesehatan. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan memberikan edukasi dan workshop pada kader Surabaya hebat yaitu pendampingan perawatan lansia dengan hipertensi dan memberikan *workshop* pengukuran tekanan darah pada kader surabaya hebat, sehingga perawatan lansia di rumah semakin optimal karena kemampuan kader kesehatan yang hebat dalam pendampingan.

Kata Kunci: workshop KSH, pendampingan, perawatan lansia

PENDAHULUAN

Masalah kesehatan keluarga dimasa ini sangatlah kompleks dan merupakan masalah utama dan segera serta membutuhkan perhatian khusus. Kesehatan adalah hak asasi manusia dan salah satu unsur kesejahteraan yang harus diwujudkan sesuai dengan cita-cita bangsa Indonesia. Kesehatan adalah kebutuhan yang paling utama bagi setiap orang. Kesehatan adalah modal utama untuk hidup mandiri. Faktor perilaku dan kondisi lingkungan merupakan faktor dominan yang mempengaruhi tingkat kesehatan masyarakat. Kader Kesehatan adalah seorang tenaga sukarela yang direkrut dari oleh dan untuk masyarakat yang bertugas membantu pelayanan kesehatan. Keberadaan kader dikaitkan dengan pelayanan rutin di posyandu. Salah satu daerah binaan yang rutin dibina pihak Stikes Katolik St Vincentius A Paulo Surabaya adalah posyandu Lansia sehat bahagia merupakan salah satu bagian dari RW 13 Kebraon Indah Permai Karang Pilang Surabaya ini merupakan lokasi perumahan dengan rata 35-40 KK per RT dan tidak setiap RT mengadakan pertemuan rutin untuk membuat program kesehatan. RT 5 mempunyai program Kesehatan yang rutin dilakukan baik untuk balita, anak, remaja dan lansia. Posyandu lansia dalam pelaksanaannya dibantu oleh Kader Surabaya Hebat (KSH). Walikota membentuk kader KSH dengan keputusan walikota no 14 tahun 2022.tentang warga pelayanan masyarakat. Tugas dari kader meliputi pendataan update kondisi warga melalui aplikasi sayang warga, membantu kegiatan posyandu ,melaksanakan kegiatan kelurahan siaga, berpartisipasi dalam kegiatan musyawarah untuk mencari solusi terhadap masalah di wilayahnya,memberikan motivasi kepada masyarakat, untuk berpartisipasi dalam kegiatan musyawarah untuk mencari solusi terhadap masalah di wilayahnya, pemberdayaan masyarakat dibidang kesehatan dan keluarga berencana. , memberikan sosialisasi tentang PHBS,Pemantuan kesehatan dimasyarakat untuk semua tingkat usia, Memberikan vitamin A dan obat Cacing pada balita dan multivitamin pada lansia dan tablet penambah darah pada Remaja, Pendataan produk olahan tradisional dan pemanfaata toga. Masalah Kesehatan itu perlu dijaga, dipelihara dan ditingkatkan oleh setiap anggota rumah tangga serta diperjuangkan oleh semua pihak karena sehat memang bukan segalanya tetapi tanpa kesehatan segalanya menjadi tidak berarti dukungan keluarga dan komunitas dibutuhkan. (1) Penyakit lansia saat ini mayoritas diabetes dan hipertensi dan bagi lansia yang mempunyai penyakit komorbid hipertensi harus lebih diberikan perawatan yang komprehensif baik psiko sosial spiritual yang menyangkut 4 pilar dalam pelaksanaannya yaitu diet, obat, aktivitas,managemen stress dan perubahan gaya hidup dan salah satu kegiatan di posyandu lansia adalah monitoring berat badan , tinggi ,lingkar perut dan monitoring tekanan darah. Namun pada kenyataan nya seorang kader hanya diberikan informasi sekilas dan tidak menyeluruh padahal tugas mereka sangatlah luas. Bekal ilmu yang lebih kompleks akan lebih memberikan wawasan pada Kader Surabaya Hebat.

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan global yang menyumbang angka kesakitan dan kematian serta beban biaya yang tinggi termasuk di Indonesia. Menurut WHO ada faktor yang mempengaruhi kepatuhan lansia dalam pengobatan salah satunya adalah kepatuhan dalam minum obat . Diagnosa yang tepat, pemilihan obat serta pemberian obat yang benar dari tenaga kesehatan belum cukup untuk menjamin keberhasilan suatu terapi jika tidak diikuti dengan kepatuhan lansia dalam mengkonsumsi obatnya.Penggunaan obat-obat antihipertensi dengan dosis tunggal maupun kombinasi tergantung pada tekanan darah awal dan ada/tidaknya komplikasi. (2) Kepatuhan penderita dalam mengkonsumsi obat darah tinggi dan memodifikasi gaya hidup dapat mempengaruhi keberhasilan pengobatan. Penatalaksanaan dengan obat hipertensi bagi sebagian besar dengan dosis rendah kemudian ditingkatkan secara titrasi sesuai dengan umur, kebutuhan dan usia. Terapi yang optimal

harus efektif selama 24 jam dan lebih disukai dalam dosis tunggal. Kurangnya kepatuhan terhadap obat hipertensi dapat mengakibatkan tekanan darah yang tidak terkontrol dan merupakan faktor resiko utama terjadinya komplikasi, seperti penyakit jantung koroner, trombosis serebral, stroke dan gagal ginjal kronis . Fenomena yang ada di posyandu lansia saat pelayanan posyandu lansia yaitu banyak lansia hipertensi yang tidak patuh dalam minum obat. Kebanyakan lansia mengatakan minum obat hanya seingatnya saja, minum obat ketika ada keluhan dan tidak minum obat karena merasa sudah sehat. Keluhan yang dialami lansia ketika tidak minum obat yaitu merasa kepalanya pusing. Sementara dari survey pendahuluan dari 15 KSH hanya 2 orang yang sedikit paham tentang perawatan lansia dengan hipertensi sementara salah satu tugas KSH juga memberikan pendampingan pada keluarga yang salah satu anggotanya menderita hipertensi.

Berdasarkan data WHO dari 50% penderita hipertensi, 25% mendapat pengobatan dan 12,5% diobati dengan baik (*adequately treated cases*), padahal hipertensi merupakan penyebab utama penyakit jantung, saraf, kerusakan hati dan ginjal sehingga membutuhkan biaya yang banyak. Di negara maju seperti Amerika, penderita yang diobati sebanyak 59% dan yang terkontrol 34%. Dari data NHANES pada orang dewasa hipertensi di Amerika tahun 1999-2000 mengungkapkan, 70% sadar bahwa mereka menderita hipertensi. Kesadaran tersebut membawa 59% dari mereka untuk melakukan terapi. Tetapi hanya 34% dari mereka yang melakukan terapi memiliki tekanan darah yang terkontrol (Kementerian Kesehatan RI, 2019) (3). Dari hasil Riskesdas 2018, Indonesia mengalami kenaikan prevalensi pada kasus hipertensi, pada tahun 2013 sebesar 25,8% menjadi 34,1% pada tahun 2018. Proporsi kepatuhan minum obat hanya 8,8% yang memiliki diagnosis, 13,3 tidak mengonsumsi obat dan 32,3 % tidak secara rutin mengonsumsi obat. Hal ini menunjukkan bahwa banyak orang dengan hipertensi yang belum mendapatkan perawatan seharusnya. (3) Tingkat Kepatuhan masyarakat masih rendah orang hanya bertindak setelah mendapatkan penyakit serius karena kesadaran akan kesehatan masih rendah. (4). Prevalensi lansia dengan hipertensi di Posyandu lansia sehat bahagia masih banyak yang tidak patuh dalam pengobatan dan monitoring tekanan darah di rumah maupun kontrol saat kegiatan posyandu sehingga perlu pendampingan Kader KSH untuk mendampingi dan memotivasi , sehingga KSH perlu diberikan peningkatan pengetahuan lewat *workshop*. *Workshop* adalah kegiatan pelatihan atau pendidikan yang dirancang untuk meningkatkan ketrampilan dan pengetahuan dalam suatu bidang tertentu. (5)

Faktor Faktor yang mempengaruhi pendidikan seseorang antara lain pendidikan, pekerjaan, umur, minat, pengalaman, kebudayaan lingkungan sekitar, dan informasi. Informasi merupakan faktor yang penting untuk menambah pengetahuan seseorang apabila kurang mendapatkan informasi maka akan berpengaruh pada perilakunya dan tindakan deteksi dini itu sangat dibutuhkan untuk menentukan tindakan selanjutnya dan perawatan lansia di rumah yang baik dan benar akan menentukan juga kualitas kesehatan seseorang, terutama salah satu anggota keluarga yang mempunyai hipertensi. Adapun metode *workshop* dan pendampingan kader lansia untuk mendampingi keluarga yang salah satunya mengalami hipertensi dengan serangkaian Kegiatan meliputi absensi prosedur kegiatan pre tes sebelum pendampingan dan pemamparan materi yang meliputi manajemen perawatan hipertensi di rumah meliputi minum obat yang benar, diet, aktivitas dilanjutkan latihan mengukur tekanan darah untuk monitoring di rumah . (6)

Pendidikan kesehatan adalah proses untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatannya. Usaha yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan warga tentang perawatan kesehatan anggota keluarga yaitu melalui Edukasi dan *Workshop* perawatan komprehensif pada keluarga, karena dengan *workshop* KSH (Kader Surabaya Hebat) dapat memperoleh informasi. Selain *workshop*

KSH juga dibagikan leaflet yang berisi tentang perawatan anggota keluarga yang menderita hipertensi sehingga meningkatkan derajat kesehatan keluarganya dan menurunkan angka kematian karena penyakit penyerta yang tidak tertangani dengan baik. Permasalahan Mitra belum pernah adanya edukasi dan *workshop* kader Surabaya hebat untuk merawat salah satu anggota keluarga lansia dengan hipertensi secara komprehensif, sehingga perlu diberikan wawasan yang luas dan diajari untuk monitoring tekanan darah bila tidak ada tenaga medis. serta masih banyak nya yang menganggap bahwa lansia yang sakit hipertensi yang penting minum obat saja tanpa kontrol dan monitoring 5 pilar Penatalaksanaan hipertensi yaitu pengaturan diet, aktivitas, kepatuhan minum obat, monitoring dan cek hasil Laboratorium Cek Gula darah puasa, asam urat dan kolesterol. Berdasarkan pemasalah diatas maka bersama mitra untuk mencoba mengatasi masalah tersebut dengan memberikan *workshop* bagaimana merawat salah satu anggota lansia yang mengalami sakit hipertensi di rumah. Berdasarkan hasil analisis yang dihadapi mitra, maka solusi yang ditawarkan, antara lain: Memberikan edukasi pada KSH dan prinsip prinsip perawatan di rumah pada lansia dengan penyakit hipertensi melakukan *workshop* bagaimana prinsip diet pada lansia dengan hipertensi dan cara minum obat yang benar dan gaya hidup sehat serta manajemen stress yang baik. Persepsi yang benar mengenai manajemen pengelolaan Hipertensi penting diketahui dan dikuasai oleh seorang kader kesehatan.

Hambatan dalam tindakan pencegahan dapat upaya seseorang untuk melakukannya. (6) Untuk meningkatkan pengetahuan selain diberikan edukasi juga memfasilitasi konseling untuk disampaikan pada nakes yang ada di RW setempat bila ada hal hal khusus yang dilakukan di rumah, cara minum obat yang benar dan memberikan pemahaman cara monitoring tekanan darah dengan pengukuran manual untuk meningkatkan pengetahuan saat kapan/ kondisi yang diperhatikan bila seseorang harus segera dirujuk ke yankes

METODE

Dalam rangka mencapai tujuan pengabdian masyarakat ini ini dilakukan dengan metode *workshop* melalui beberapa tahap sebagai berikut: Memberikan *workshop* pada KSH tanda dan gejala hipertensi dan pemeriksaan yang dilakukan dan bila ada penyakit penyerta hipertensi dengan 5 pilar penatalaksanaan yaitu pengaturan diet, kepatuhan minum obat, aktivitas yang dilakukan dan modifikasi gaya hidup serta monitoring tekanan darah serta cek laboratorium rutin asam urat kolesterol secara rutin. Memberikan edukasi dan *workshop* tehnik pemeriksaan tekanan darah manual dengan tensimeter analog karena digital cenderung tinggi. Melakukan konseling dan edukasi manajemen perawatan baik cara minum obat, penyiapan nutrisi dan deteksi seseorang yang perlu segera dilakukan pemeriksaan di yankes. Partisipasi mitra memberikan fasilitas tempat dan juga mendukung kegiatan *workshop* untuk KSH dimana setiap KSH mewakili masing masing RT sangat suport untuk mendampingi keluarga Lansia yang mengalami hipertensi dan masuk team nakes dan KSH dalam satu group untuk berkoordinasi. Posyandu lansia sehat bahagia sebagai mitra abdimas juga membantu membuatkan mapping untuk rencana lanjutan setelah diberikan *workshop* pendamping keluarga yang memiliki lansia yang mengalami hipertensi untuk difollow up dengan pihak puskesmas, pada saat *workshop* petugas dari puskesmas juga hadir. Program satu RW satu nakes merasa terbantu dan sangat bermanfaat untuk efektivitas pelayanan kesehatan lansia dengan hipertensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Workshopkader Surabaya Hebat dilakukan di balai RW 13 dimana tempat yang selalu digunakan untuk pertemuan Posyandu Lansiaselhat bahagia di lingkungan RW 13 Kebraon Indah Permai: *workshop* dan pendampingan dilakukan 2 kali pertemuan 21-22 September 2024 dimulai pada pukul 08.00 WIB- 11.00. Sebelum acara *workshop* dan pendampingan KSH dimulai, nara sumber memberikan kuesioner pada para KSH untuk mengetahui pengetahuan mereka tentang pendampingan lansia dengan hipertensi di rumah. Kader Surabaya Hebat yang hadir saat itu ada 15 orang. Wokshop bagi KS baik pencegahan maupun pengobatannya lansia dengan hipertensi di rumah. Kegiatan *workshop* yang diberikan didapatkan hasil sebagai berikut. Sebelum dilakukan Edukasi Kesehatan dan Workshop pada KSH sejumlah 14 orang sebanyak 5 orang (33,3%) mempunyai pengetahuan baik, 8 orang (53.3%) mempunyai tingkat pengetahuan cukup dan 2 orang (13,3 %) mempunyai pengetahuan kurang. Setelah Workshop dan Edukasi Kesehatan Kesehatan sebanyak orang 8 orang (53,3 %) mempunyai tingkat pengetahuan baik (38%), dan 6 orang (40%) mempunyai pengetahuan cukup dan 1 orang (6,6%) mempunyai pengetahuan kurang. Para peserta aktif mengikuti kegiatan. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (7) . Edukasi Kesehatan merupakan pendidikan yang dilakukan dengan cara menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan. (8) Peran serta masyarakat dalam meningkatkan kualitas hidup lansia dengan hipertensi sangatlah dibutuhkan terutama pada kader yang sudah dibekali untuk mendampingi para lansia yang bermasalah dengan kesehatan nya di rumah . Pendidikan Kesehatan oleh WHO diartikan sebuah proses yang digunakan untuk membuat orang mampu meningkatkan dan memperbaiki kesehatan mereka Pendidikan sendiri sebenarnya direncanakan dengan tujuan untuk mempengaruhi orang lain baik sebagai individu kelompok maupun masyarakat. Konsep Promosi Kesehatan menggunakan 3 misi besar yakni advokat, menjembatani dan memampukan.. Model program promosi Kesehatan dalam pencegahan penyakit banyak yang bisa digunakan misalnya desa siaga, Germas, PHBS di rumah tangga, tempat umum, sekolah, tempat kerja dan institusi kesehatan .Promosi kesehatan melihat kesehatan sebagai fungsi dari individu dan lingkungan dimana mereka hidup didalamnya. Dalam proses penerimaan informasi tersebut, Kader Surabaya Hebat menggunakan mata untuk memperhatikan penyuluhan, dan telinga untuk mendengarkan materi yang sampaikan oleh penyuluh saat Edukasi Kesehatan berlangsung. Edukasi Kesehatan sebagai sarana untuk meningkatkan pengetahuan kader Posyandu Sehat Bahagia KarangPilang Surabaya. Workshop sangat efektif meningkat pengetahuan seseorang *workshop* (9) dan pendampingan kader lansia sangat efektif untuk meningkatkan kualitas hidup lansia. Dalam abdimas ini juga team abdimas membuat slogan untuk **Posyandu Sehat bahagia** dengan singkatan **S** Selalu Gembira, **E** Enyahkan asap rokok, **H** Hidupilah hidupmu, **A** Ajaklah diskusi , **T** tetap sehat, **B** Bina Hubungan Baik, **A** Agar hidup bermakna, **H** Hirup Udara pagi, **A** Atasi Stress, **G** Giat Latihan dan Diet , **I** Istirahat yang cukup , **A** Ayo Posyandu Lansia.



Gambar 1. Demonstrasi Pemeriksaan Tensi dan Edukasi Pendampingan



Gambar 2. Redemostrasi Pemeriksaan Tensi

KESIMPULAN

Kegiatan workshop dan pendampingan yang ditujukan pada kader Surabaya Hebat di lingkungan RW 13 Kebraon diawali dulu dengan *pembeerian* materi tentang perawatan lansia dengan hipertensi dan pengukuran tekanan darah dilanjutkan dengan praktek pengukuran tekanan darah peserta yang hadir dan berpartisipasi aktif. Kegiatan *workshop* berkolaborasi dengan mahasiswa keperawatan dan fisioterapi yang termasuk dalam Tim Pengabdian Masyarakat. Serta juga kolaborasi antara dosen fisioterapi, Ilmu keperawatan dan Administrasi Rumah Sakit dari Stikes. kegiatan abdimas berlangsung dengan lancar dan sangat efektif hal ini ditunjukkan dengan hasil peningkatan pengetahuan kader pendamping lansia dengan perawatan hipertensi di rumah.

Paparan materi atau edukasi yang diberikan yaitu Konsep Promosi Kesehatan menggunakan 3 misi besar yakni advokat, menjembatani dan memampukan para kader Surabaya Hebat dalam mendampingi lansia yang menderita hipertensi di rumah. Edukasi Kesehatan sebagai sarana untuk meningkatkan pengetahuan kader posyandu sehat bahagia KarangPilang Surabaya Workshop dan Pendampingan Kader lansia diharapkan meningkatkan kualitas hidup Lansia, sehingga perlu dilakukan secara berkelanjutan. Dalam abdimas ini juga teamabdimas juga memberikan motivasi baik untuk kader maupun lansia dengan membuat slogan untuk **Posyandu Sehat bahagia** dengan singkatan **S** Selalu Gembira, **E** Enyahkan asap rokok, **H** Hidupilah hidupmu, **A** Ajaklah diskusi, **T** tetap sehat, **B** Bina Hubungan Baik, **A** Agar hidup bermakna, **H** Hirup Udara pagi, **A** Atasi Stress, **G** Giat Latihan dan Diet, **I** Istirahat yang cukup, **A** Ayo Posyandu Lansia

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim Dosen Pengabdian masyarakat Stikes mengucapkan trimakasih atas segala suport pada Ketua STIKES dan Ketua LPPM yang sudah berkenan memberikan kesempatan untuk melakukan kegiatan pengabdian masyarakat kepada pengurus Kader Surabaya Hebat RW 13 Kebraon KarangPilang Surabaya semoga bermanfaat bagi kader Surabaya hebat untuk mendampingi Lansia dengan hipertensi di keluarga sehingga meningkatkan kualitas hidup Lansia.

DAFTAR PUSTAKA

1. *Analisis dan pengetahuan dukungan keluarga dan Peran Tenaga Kesehatan dengan penderita Ketaatan penderita Hipertensi ketaatan minum obat antihipertensi.* Purwantiningrum, Susanto. Yogyakarta: s.n., 2022.
2. *Penggunaan Obat Antihipertensi ada Pasien Hipertensi di Bagian Rawat Jalan RS Muhammadiyah Palembang.* Pahlawan et al., 2013. Palembang: Medika Jurnal Kedokteran dan Kesehatan, 2013.
3. *Prevalensi dan Analisis Faktor Resiko Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Nanggalo Padang.* all, Astuti et. Padang: BIMIKI, 2021.
4. *Relationship of Health Belief Model with Medication Adherence Risk Factor Prevention in Hypertension Patient In Cimahi City.* al, Suhat et. Cimahi : Evidence Based Care Journal, 2022.
5. Legiman. *Pembelajaran orang dewasa.* yogyakarta : Widyaaiswara LPMP, 2013.
6. *Analisis Kepatuhan pasien Hipertensi dalam pengobatan dari perspektif Health Belief Model.* Wahyuni. 2023.
7. Notoatmodjo, Soekidjo. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku.* Jakarta: Rhineka Cipta, 2018.
8. Sayekti , *Pelaksanaan Program Workshop Belajar efektif untuk orang dewasa (1) Orang Dewasa*
9. *Kepatuhan Penderita Hipertensi untuk minum obat .* Susanto. 2022, *Jurnal Managemen Kesehatan .*
10. *Workshop dan Pendampingan Kader Lansia di Kecamatan Wonomulyo*