



Edukasi Pencegahan Hipertensi dan Pemeriksaan Tekanan Darah pada Kelompok Masyarakat Lansia di Desa Borisallo, Kab. Gowa

Hypertension Prevention Education and Blood Pressure Checks in the Elderly Community Group in Borisallo Village, Gowa Regency

Arni Isnaini Arfah¹, Wardiah Hamzah Syam², Nurulmy Mahmud³

¹Program Studi Sarjana Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Muslim Indonesia

²⁻³Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

*Korespondensi: wardiah.hamzah@umi.ac.id

Article History:

Received: Mei 01, 2024;

Revised: Mei 15, 2024;

Accepted: Mei 29, 2024;

Published: Mei 31, 2024;

Keywords: Blood pressure; Education; Elderly; hypertension; Prevention

Abstract: Hypertension is one of the health problems that are often experienced by the elderly. This is caused by various factors such as an unhealthy lifestyle, an unbalanced diet, and a lack of physical activity. Hypertension can result in stroke, heart disease, kidney disorders, and can even result in death. The elderly need to know how to prevent hypertension. The number of elderly people in Borisallo Village, Parangloe District, Gowa Regency is around 310 people (10.75%). The partner in the PKM of the Assisted Village is Borisallo Village which fosters the elderly in its area. Based on the problems faced by partners, the PKM service program of the Assisted Villages that is expected to be a solution is (1) Education on the prevention of hypertension in the elderly (Elderly), (2) Blood pressure checks in the elderly in Borisallo Village. This activity is financed by the UMI Waqf Foundation. The results of the implementation of PKM in the Assisted Villages (1) Counseling on the prevention of hypertension in the elderly community has been carried out at the Borisallo Village Hall which was attended by 15 elderly people, (2) Then continued with a hypertension examination showing that in general, the blood pressure of the elderly community in Borisallo Village, Parangloe District, Gowa Regency, is still normal unless there are as many as 2 (20%). It is recommended to have comprehensive and periodic health checks on the elderly, not only hypertension, but more comprehensive, including mental health, so that the health status of the elderly can be known

Abstrak

Lanjut usia atau lansia adalah merupakan kelompok masyarakat yang berusia 60-69 tahun. Jumlah penduduk lansia Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering dialami oleh lansia. Hal ini disebabkan oleh berbagai faktor seperti gaya hidup tidak sehat, pola makan yang tidak seimbang, dan kurangnya aktivitas fisik. Hipertensi dapat berakibat terjadinya stroke, jantung, gangguan ginjal, bahkan dapat berakibat kematian. Lansia perlu mengetahui cara mencegah penyakit hipertensi. Jumlah lansia di Desa Borisallo, Kec. Parangloe Kab. Gowa sekitar 310 jiwa (10,75%). Mitra dalam PKM Desa Binaan ini adalah Desa borisallo yang membina lansia di wilayahnya. Berdasarkan permasalahan yang dihadapi mitra, maka program pengabdian PKM Desa Binaan yang diharapkan menjadi solusi yaitu (1) Edukasi pencegahan penyakit hipertensi pada masyarakat lanjut usia (Lansia), (2) Pemeriksaan tekanan darah pada masyarakat lansia di Desa Borisallo. Kegiatan ini dibiayai oleh Yayasan Wakaf UMI. Hasil pelaksanaan PKM Desa Binaan (1) Penyuluhan pencegahan penyakit hipertensi pada masyarakat lansia telah dilakukan di Balai Desa Borisallo yang diikuti sebanyak 15 lansia, (2) Kemudian dilanjutkan dengan Pemeriksaan hipertensi menunjukkan secara umum tekanan darah masyarakat lansia di Desa Borisallo, Kec. Parangloe, Kab. Gowa, masih normal kecuali ada sebanyak 2 (20%). Disarankan pemeriksaan kesehatan pada lansia secara menyeluruh dan berkala, tidak hanya hipertensi, tetapi lebih menyeluruh, termasuk kesehatan mental, sehingga dapat diketahui status kesehatan lansia

Kata Kunci: Lansia; Hipertensi; Edukasi; Tekanan Darah; Pencegahan

1. PENDAHULUAN

Tekanan darah adalah ukuran yang menentukan besaran tekanan yang dialami pembuluh darah arteri ketika dipompakan oleh jantung ke seluruh tubuh (Giles et al. 2009). Tekanan darah dikategorikan menjadi 3 tingkatan yaitu tekanan darah rendah (<120 mmhg), tekanan darah normal (120-139 mmhg) dan tekanan darah tinggi (> 140 mmhg) (Anderson and Lau 2022; Aulia, Inayati, and Immawati 2023)

Secara global, kasus tekanan darah tinggi atau hipertensi di dunia sebesar 22%, di Asia Tenggara sebesar 25%, 17% terjadi di Afrika, di Amerika terdapat 18%, sedangkan di Eropa angka kejadian hipertensi sebesar 23% (Kartika 2022). Di Indonesia, angka kejadian hipertensi pada tahun 2018 sebesar 34,1%, masih berada di atas angka kejadian hipertensi secara global (Nurvita, S, 2021). Kecendrungan peningkatan hipertensi akan terus terjadi di masa depan (Boateng and Ampofo 2023).

Di tahun 2020, prevalensi kejadian hipertensi di Sulawesi Selatan sebesar 20,9% dan mendapatkan pelayanan pemeriksaan tekanan darah sebesar 25,06% dari jumlah yang menderita hipertensi (Dinkes Prop. Sulawesi Selatan 2022). Sedangkan di Kab Gowa persentase yang mendapatkan pelayanan pemeriksaan tekanan darah menurun dari 21,49% di tahun 2020 menjadi 19,4% di tahun 2022 (Dinkes Prop. Sulsel, 2023).

Salah satu faktor penyebab hipertensi adalah umur. Semakin bertambah usia maka semakin mudah terkena hipertensi (Ariyani 2020). Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering dialami oleh lanjut usia (lansia). Hal ini disebabkan oleh berbagai faktor seperti gaya hidup tidak sehat, pola makan yang tidak seimbang, dan kurangnya aktivitas fisik (Kurnianto et al. 2020). Tekanan darah tinggi dapat meningkatkan risiko terjadinya berbagai penyakit serius seperti serangan jantung, stroke, dan gagal jantung (Burnier, Polychronopoulou, and Wuerzner 2020). Oleh karena itu, penting untuk melakukan upaya pencegahan dan pengelolaan tekanan darah pada lansia agar mereka dapat menjalani kehidupan yang sehat dan berkualitas (Guasti et al. 2022; Doortua and Laia 2023).

Data Riskesdas tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi menurut diagnosa dokter, usia ≥ 45 tahun (lansia) sebesar 80,4% lebih tinggi dibandingkan dengan usia <45 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa tekanan darah tinggi atau hipertensi banyak diderita oleh lansia (Kemenkes, RI, 2023).

Beberapa langkah yang dapat dilakukan untuk mengelola tekanan darah pada lansia antara lain adalah dengan mengikuti pola makan sehat yang rendah garam dan lemak, rutin berolahraga sesuai dengan kemampuan fisik, serta menghindari kebiasaan merokok dan konsumsi alkohol (Burnier, Polychronopoulou, and Wuerzner 2020). Selain itu, penting juga

untuk memantau tekanan darah secara teratur dan berkonsultasi dengan dokter untuk mendapatkan pengobatan yang sesuai jika diperlukan. Dengan melakukan langkah-langkah tersebut, diharapkan tekanan darah pada lansia dapat terjaga dalam batas normal dan membantu mencegah risiko terjadinya komplikasi kesehatan yang lebih serius (Ma et al. 2020)

Di Indonesia, jumlah penduduk lansia mengalami peningkatan secara signifikan dengan meningkatnya angka harapan hidup. Badan Pusat Statistik mengemukakan bahwa adanya peningkatan jumlah lansia di tahun 2021 sebesar 29,3 juta jiwa menjadi 31,4 juta jiwa di tahun 2023 (Badan Pusat Statistik 2023). Demikian pula jumlah lansia di Sulawesi Selatan, di tahun 2021 sebesar 569 ribu jiwa meningkat di tahun 2023 menjadi 605 ribu jiwa (Badan Pusat Statistik Prov. Sulsel 2024). Kabupaten Gowa menunjukkan tren serupa, dengan jumlah lansia meningkat dari 52 ribu (10,5%) jiwa di tahun 2021 menjadi 57 ribu (11,1%) jiwa (Badan Pusat Statistik Kab. Gowa 2023).

Desa Borisallo yang berada di Kec. Parangloe Kab. Gowa memiliki dua dusun, dengan jumlah penduduk 3.160 jiwa, dapat diprediksikan bahwa jumlah lansia di Desa Borisallo sebesar 310 jiwa (10,75%) (Desa Borisallo, 2024). Angka ini akan meningkat seiring peningkatan angka harapan hidup.

Penduduk lansia merupakan penduduk yang rentan akan penyakit, karena seiring dengan bertambahnya umur maka fungsi organ tubuh semakin berkurang pula. Mereka membutuhkan perhatian yang ekstra di dalam menjaga kesehatan mereka. Penyakit yang paling banyak diderita penduduk lansia adalah hipertensi. Hipertensi dapat menjadi faktor risiko penyakit lainnya seperti stroke, gangguan ginjal, gagal jantung dan sebagainya (Luca and Bodrug 2023).

Masyarakat di Desa Borisallo yang umumnya bekerja sebagai petani, di usia tua mereka sudah tidak dapat lagi turun ke sawah, sehingga aktifitas keseharian dalam menggerakkan tubuh berkurang, sehingga dapat menimbulkan hipertensi. Hal ini dinyatakan oleh PA (65 thn), salah satu lansia di Desa Borisallo, bahwa sewaktu masih muda, ia masih selalu bertani, namun semakin bertambahnya umur semakin berkurang kemampuannya dalam bertani.

Tingkat pendidikan masyarakat Desa Borisallo yang rata-rata hanya pada tingkat sekolah dasar menyebabkan masyarakat lansia tidak tahu bagaimana menjaga kesehatan personal, apalagi cara untuk mencegah hipertensi. Hal ini didukung dengan jarak Puskesmas dengan kantor desa sejauh 4 km. Masyarakat lansia hanya ke Puskesmas jika mereka menderita suatu penyakit. Salah satu cara mencegah hipertensi dengan memantau tekanan darah setiap saat. PA (65 tahun), juga mengungkapkan bahwa mereka tidak tahu cara mencegah hipertensi karena belum ada yang pernah menjelaskan kepada mereka dan tidak ada petugas kesehatan yang

datang memberikan pelayanan. Masyarakat lansia hanya tahu mengeluh apa yang dirasakannya seperti sakit kepala, pusing, jantung berdebar-deba, gelisah, mudah lelah dan lain-lain.

Gejala yang dikeluhkan lansia. diartikan gejala umum untuk seorang yang telah tua, padahal mungkin saja gejala tersebut merupakan gejala hipertensi. Apabila gejala tersebut tidak diatasi, kemungkinan penyakit berbahaya akibat hipertensi bisa menyerang lansia tersebut. Untuk itu masyarakat lansia perlu mengetahui cara mencegah penyakit hipertensi.

Kegiatan dalam meningkatkan kesehatan masyarakat lansia berpusat di Puskesmas seperti senam lansia, pemeriksaan tekanan darah, dan lain-lain. Dengan jarak Puskesmas yang jauh, menyebabkan banyak masyarakat lansia tidak mendapatkan pelayanan kesehatan. Hal ini disampaikan oleh kepada Desa Borisallo, yang mengatakan bahwa kegiatan pelayanan kesehatan lansia cuma ada di Puskesmas, Posbindu yang dibentuk belum pernah melakukan kegiatan sama sekali, sarana dan prasarananya belum ada

2. METODE

Desa Borisallo sebagai pembina kelompok lansia di Desa Borisallo, Kec. Parangloe, Kab. Gowa merupakan mitra dalam kegiatan pengabdian PKM Desa Binaan ini. Kelompok masyarakat lansia di desa Borisallo, kemudian diundang untuk menjadi peserta pada kegiatan pengabdian PKM Desa Binaan UMI, walaupun jumlahnya terbatas.

Metode pelaksanaan program PKM Desa Binaan UMI ini, dimulai dengan melakukan analisis situasi untuk mendapatkan permasalahan yang dihadapi mitra, kemudian mendiskusikan dengan mitra bagaimana solusi yang harus dilakukan. Solusi tersebut kemudian diterjemahkan menjadi program pengabdian PKM Desa Binaan. Adapun hasil kesepakatan dengan mitra, program pengabdian PKM Desa Binaan yang akan dilaksanakan adalah: : (1) Edukasi pencegahan penyakit hipertensi pada masyarakat lansia, (2) Pemeriksaan tekanan darah pada masyarakat lansia di Desa Borisallo.

Penggorganisasian dan manajemen PKM Desa Binaan meliputi:

- **Perencanaan Kegiatan**

- Koordinasi dengan stageholder terkait, yaitu Kepala Desa Borisallo yang menjadi penanggungjawab wilayah desa, tokoh masyarakat dan tokoh agama Desa Borisallo.
- Mempersiapkan materi edukasi pencegahan penyakit hipertensi pada masyarakat lansia, khususnya berupa slide dan gambar.
- Mempersiapkan tensimeter, poster dan *food model*

- **Pelaksanaan Kegiatan**

- Edukasi pencegahan penyakit hipertensi pada masyarakat lansia, dilakukan secara informal di aula desa dengan mengumpulkan masyarakat lansia. Edukasi dilakukan berupa pemberian materi bagaimana cara mencegah hipertensi, akibat yang ditimbulkan jika seseorang mengalami hipertensi dan cara menurunkan tekanan darah jika telah terkena hipertensi..
- Pemeriksaan tekanan darah dilakukan setelah diadakannya edukasi mencegah terjadinya hipertensi. Hasil pemeriksaan diberikan pada lansia yang diikuti dengan memperlihatkan *food model* yang menyebabkan terjadinya hipertensi
- **Evaluasi Kegiatan**
 - Evaluasi kegiatan penyuluhan berdasarkan adanya edukasi pencegahan penyakit hipertensi pada masyarakat lansia dengan metode *pre-post test*
 - Evaluasi kegiatan pemeriksaan tekanan darah, berdasarkan atas berapa banyak lansia yang memeriksa tekanan darah

3. HASIL

- **Penyuluhan pencegahan penyakit hipertensi pada masyarakat lansia**

Penyuluhan pencegahan penyakit hipertensi pada masyarakat lansia dilakukan di Balai Desa Borisallo yang dibuka secara langsung oleh Kepala Desa Borisallo, Kec. Parangloe, Kab. Gowa, Bapak Sofyan. Penyuluhan ini dilakukan pada Bulan November 2024 yang diikuti 15 orang lansia yang bermukim di Desa Borisallo. Beberapa lansia tersebut masih aktif bekerja sebagai petani yang bekerja di sawah ataupun di kebun.

Penyuluhan ini dilakukan oleh oleh tim pengabdian PKM Desa Binaan Universitas Muslim Indonesia terdiri dari dr. Arni Isnaini Arfah, M. Kes dari FK UMI UMI dan Dr. Wardiah Hamzah, SKM., M. Kes dari FKM UMI, serta mahasiswa sebanyak 2 orang.

Materi penyuluhan dipersiapkan oleh tim pengabdian PKM Desa Binaan. Materi penyuluhan meliputi pengertian hipertensi dan bahayanya bagi kesehatan, penyebab serta faktor risiko hipertensi, seperti pola makan tinggi garam, kurang aktivitas fisik, dan kebiasaan merokok. Selain itu, akan dijelaskan gejala-gejala hipertensi yang sering diabaikan, pentingnya pemeriksaan tekanan darah secara rutin, serta cara pencegahan melalui pola hidup sehat. Panduan praktis tentang makanan yang sebaiknya dikonsumsi dan dihindari, jenis olahraga ringan yang cocok, serta pentingnya mengelola stres dan menjaga hubungan sosial. Langkah-langkah pengelolaan hipertensi bagi lansia yang sudah terdiagnosis, termasuk kepatuhan terhadap pengobatan yang diberikan dokter.



Gambar 1. Penyuluhan pencegahan penyakit hipertensi pada lansia

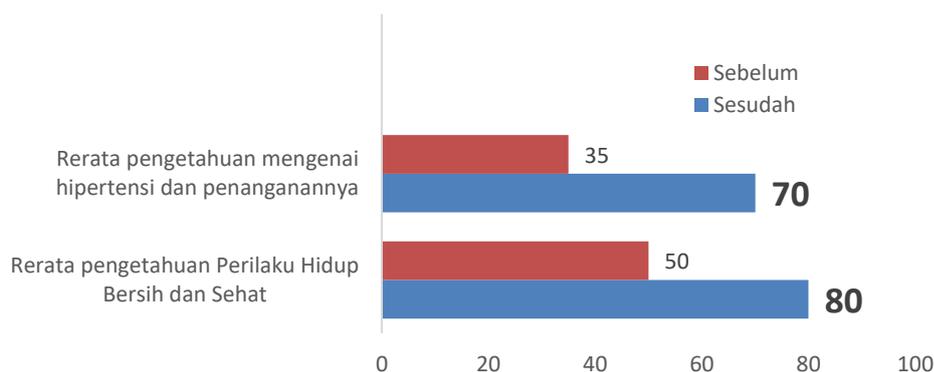
Suasana penyuluhan berlangsung dinamis, karena banyaknya pertanyaan dan keinginan tahu dari lansia mengenai hipertensi. Agar tidak bersifat satu arah, maka Tim PKM Desa Binaan lebih banyak mendengarkan penyampaian dari lansia dan mencoba memahami hal yang ditanyakan. Karena banyak diantara lansia yang lebih senang berkomunikasi dengan bahasa daerah.

Beberapa pertanyaan yang muncul pada saat pelaksanaan penyuluhan seperti: (1) Kenapa sekarang sering sakit kepala, padahal dulunya tidak? (2) Bagaimana caranya supaya tidak gampang capek dan sering hampir jatuh kalau jalan? Berbagai pertanyaan disampaikan lansia. Secara umum, tim pengabdian PKM Desa Binaan menyimpulkan keluhan umum yang disampaikan lansia meliputi sakit kepala, terutama di bagian belakang kepala, pusing atau merasa tidak seimbang, dan telinga berdenging (*tinnitus*). Beberapa juga mengalami penglihatan kabur atau gangguan visual akibat efek tekanan darah tinggi pada pembuluh darah di mata. Selain itu, sesak napas, detak jantung yang terasa cepat atau berdebar-debar, serta mudah lelah atau lemas sering menjadi keluhan yang dirasakan. Gejala-gejala ini sering kali muncul karena hipertensi yang tidak terkontrol atau akibat komplikasinya, sehingga penting untuk memantau tekanan darah secara rutin dan melakukan pengelolaan yang tepat.

Tim pengabdian PKM Desa Binaan mencoba menjelaskan bahwa hal-hal yang dikeluhkan oleh para lansia adalah gejala-gejala hipertensi. Gejala-gejala ini sering kali muncul karena hipertensi yang tidak terkontrol atau akibat komplikasinya, sehingga penting untuk memantau tekanan darah secara rutin dan melakukan pengelolaan yang tepat. Tim PKM Desa Binaan memberikan saran seperti jangan panik dan segera istirahat di tempat yang nyaman, hindari aktivitas berat dan konsumsi makanan atau minuman yang dapat memicu peningkatan tekanan darah, seperti makanan tinggi garam atau kafein. Segera

konsultasikan dengan tenaga kesehatan untuk mendapatkan pemeriksaan lebih lanjut dan penanganan yang tepat. Selain itu, menjaga pola hidup sehat dengan mengonsumsi makanan bergizi seimbang, membatasi asupan garam, berolahraga ringan secara teratur, dan menghindari stres juga sangat dianjurkan untuk mencegah gejala memburuk.

Diakhir penyuluhan dilakukan evaluasi dalam bentuk *postests* untuk mengukur hasil penyuluhan yang telah dilakukan. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa lansia mengalami peningkatan pengetahuan mengenai hipertensi dan pencegahannya serta pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat.



Gambar 2. Evaluasi penyuluhan pencegahan penyakit hipertensi pada lansia

- **Pemeriksaan tekanan darah pada masyarakat lansia**

Selain melakukan penyuluhan, juga dilakukan pemeriksaan tekanan darah pada masyarakat lansia. Kegiatan ini dilakukan pada Bulan November 2024 di Balai Desa Borisallo. Kegiatan ini daftarkan sebanyak 15 lansia. Walaupun tidak terdaftar, tetap banyak lansia yang datang untuk memeriksakan dirinya. Sebelum pemeriksaan dan pengukuran tekanan darah, dilakukan wawancara (anamnesis) oleh tim PKM Desa Binaan yaitu dr. Arni Isnaini Arfah, M. Kes yang merupakan ketua TIM PKM Desa Binaan. Hal ini dimaksudkan untuk mendapatkan informasi mengenai kondisi umum kesehatan lansia.

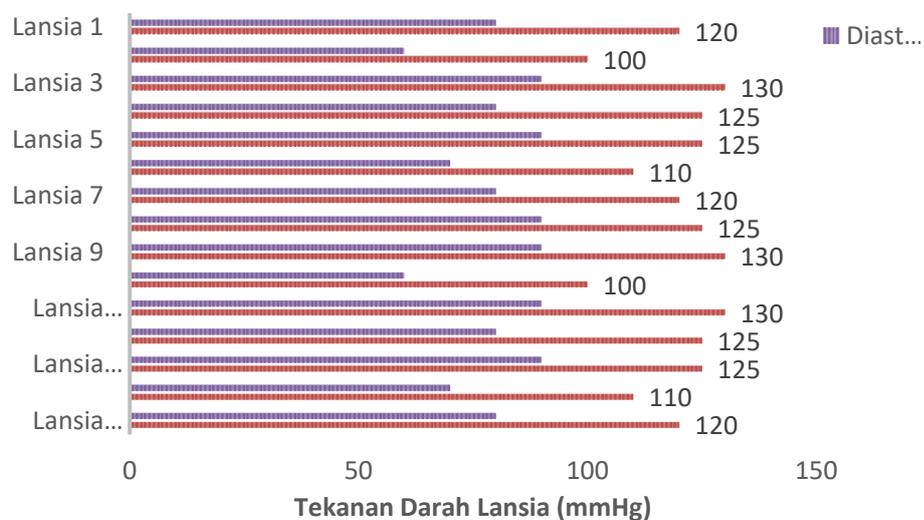
Kemudian, dilanjutkan dengan permintaan kesediaan lansia untuk diukur dan diperiksa kondisi kesehatannya. Jika lansia bersedia, maka dilanjutkan dengan pengukuran berat badan, suhu dan tekanan darah.



Gambar 3. Pemeriksaan tekanan darah pada masyarakat lansia di Desa Borisallo

Tim PKM Desa Binaan menjelaskan bahwa tekanan darah adalah tekanan yang diberikan darah terhadap dinding pembuluh darah arteri. Tekanan itu diukur dalam satuan millimeter mercury (mmHg) dan direkam dalam dua angka tekanan, tekanan *sistolik* (saat jantung berdetak) dan tekanan *diastolik* (saat jantung relaksasi)

Tekanan darah tinggi (hipertensi) adalah suatu keadaan dimana tekanan darah lebih tinggi dari batas normal. Tekanan darah tinggi berada pada 140 mmHg atau lebih untuk sistolik, dan 90 atau lebih untuk diastolik. Tekanan darah rendah (hipotensi) adalah suatu keadaan dimana tekanan darah lebih rendah dari 90/60 mmHg. Tekanan darah normal adalah tekanan yang berkisar kurang dari 120 mmHg untuk sistolik dan kurang dari 80 mmHg untuk diastolik



Gambar 4. Tekanan Darah (Sistolik dan Diastolik) Lansia

Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa sebanyak 2 (20%) orang yang mengalami mengalami tekanan darah tinggi dan lansia lainnya masih dalam kondisi yang normal.

Kemudian dijelaskan kepada lansia mengapa mengalami hipertensi. Bahwa hipertensi pada lansia terjadi karena proses penuaan alami yang menyebabkan perubahan pada sistem kardiovaskular. Seiring bertambahnya usia, elastisitas pembuluh darah, terutama arteri, mulai berkurang. Pembuluh darah menjadi kaku (arteriosklerosis), sehingga jantung harus bekerja lebih keras untuk memompa darah ke seluruh tubuh. Kondisi ini meningkatkan tekanan darah. Selain itu, penurunan fungsi ginjal yang sering terjadi pada lansia juga dapat memengaruhi regulasi cairan dan elektrolit tubuh, sehingga meningkatkan risiko hipertensi. Faktor-faktor lain seperti gaya hidup tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, dan pola makan tinggi garam juga berkontribusi pada terjadinya hipertensi.

Selain faktor fisiologis, hipertensi pada lansia juga dapat dipengaruhi oleh gangguan metabolisme, seperti resistensi insulin dan obesitas, yang lebih sering terjadi pada usia lanjut. Kondisi ini menyebabkan peningkatan tekanan darah sistemik. Faktor psikologis, seperti stres dan kecemasan yang dialami lansia akibat kesepian atau masalah keluarga, juga dapat memperburuk kondisi hipertensi.

Kemudian disarankan kepada lansia untuk menjaga pola makan yang sehat dengan mengurangi konsumsi garam, makanan berlemak, dan makanan olahan. Sebagai gantinya, perbanyaklah makan buah, sayur, biji-bijian, serta makanan tinggi serat. Mengikuti pola makan seperti diet, dapat membantu menjaga tekanan darah tetap normal. Selain itu, penting untuk berolahraga secara teratur, seperti jalan kaki, senam lansia, atau yoga, selama 30 menit setiap hari. Aktivitas fisik ringan ini tidak hanya membantu menjaga berat badan tetap ideal tetapi juga memperkuat kesehatan jantung.

Selain pola makan dan olahraga, lansia perlu mengelola stres dengan baik, misalnya melalui aktivitas yang menyenangkan seperti berkebun, membaca, atau mengikuti kegiatan sosial. Hindari kebiasaan buruk seperti merokok dan konsumsi alkohol berlebihan, karena keduanya dapat meningkatkan risiko hipertensi. Lansia juga harus memperhatikan kualitas tidur dengan tidur cukup, sekitar 7-8 jam setiap malam, serta rutin memeriksakan kesehatan untuk memantau tekanan darah. Dengan menerapkan pola hidup sehat dan menjalani pemeriksaan secara teratur, lansia dapat mencegah hipertensi dan menjaga kualitas hidup tetap baik.

Banyak pertanyaan yang diajukan oleh lansia, walaupun sifatnya sederhana, bahkan terkadang tidak ada hubungannya dengan kegiatan yang dilakukan. Suasana menjadi lebih ramai dan penuh dengan sikap kekeluargaan.

4. KESIMPULAN

Penyuluhan pencegahan penyakit hipertensi pada masyarakat lansia telah dilakukan di Balai Desa Borisallo, yang diikuti sebanyak 15 lansia. Lansia mengalami peningkatan pengetahuan mengenai hipertensi dan pencegahan dan penagannya. Pemeriksaan hipertensi menunjukkan secara umum tekanan darah masyarakat lansia di Desa Borisallo, Kec. Parangloe, Kab. Gowa, masih normal kecuali ada sebanyak 2 (20%)

.Disarankan (1) perlunya pemeriksaan kesehatan pada lansia secara menyeluruh dan berkala, tidak hanya hipertensi, sehingga dapat diketahui status kesehatan lansia, (2) perlunya pengukuran tekanan darah kepada kelompok masyarakat lansia dilakukan secara reguler, sehingga memudahkan memantau dan mengetahui kondisi kesehatan lansia secara obyektif.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih kepada (1) Yayasan Wakaf UMI yang telah memberikan bantuan dana, (2) Ketua LPkM Universitas Muslim Indonesia yang telah memfasilitasi dan memandu pelaksanaan kegiatan PKM Desa Binaan serta (3) Kepala Desa Borisallo dan masyarakat, khususnya kelompok lansia di Desa Borisallo, Kec. Parangloe, Kab. Gowa atas kerjasamanya

DAFTAR PUSTAKA

- Anderson, J. J., & Lau, E. M. (2022). Pulmonary hypertension definition, classification, and epidemiology in Asia. *JACC: Asia*. <https://doi.org/10.1016/j.jacasi.2022.04.008>
- Ariyani, A. R. (2020). Kejadian hipertensi pada usia 45–65 tahun. *Higeia Journal of Public Health Research and Development*, 4(3).
- Aulia, A., Inayati, A., & Immawati. (2023). Penerapan terapi musik untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. *LCendikia Muda*, 3(1).
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Gowa. (2023). Jumlah penduduk. <https://gowakab.bps.go.id/indicator/12/30/1/jumlah-penduduk.html>
- Badan Pusat Statistik Provinsi Sulawesi Selatan. (2024). Jumlah penduduk menurut kabupaten/kota dan kelompok umur (jiwa), 2024. <https://sulsel.bps.go.id/indicator/12/1798/1/jumlah-penduduk-menurut-kabupaten-kota-dan-kelompok-umur.html>
- Badan Pusat Statistik. (2023). Statistik penduduk lanjut usia 2021. <https://www.bps.go.id/id/publication/2021/12/21/c3fd9f27372f6ddcf7462006/statistik-penduduk-lanjut-usia-2021.html>
- Boateng, E. B., & Ampofo, A. G. (2023). A glimpse into the future: Modelling global prevalence of hypertension. *BMC Public Health*, 23(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-023-16662-z>

- Burnier, M., Polychronopoulou, E., & Wuerzner, G. (2020). Hypertension and drug adherence in the elderly. *Frontiers in Cardiovascular Medicine*. <https://doi.org/10.3389/fcvm.2020.00049>
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan. (2022). Profil kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan. Makassar.
- Doortua, & Laia, R. J. (2023). The relationship of health education to knowledge elderly about prevention hypertension in Posyandu Elderly Nagori Dusun Ulu, Ujung Padang District. *International Journal of Public Health Excellence (IJPHE)*, 2(2). <https://doi.org/10.55299/ijphe.v2i2.364>
- Giles, T. D., Materson, B. J., Cohn, J. N., & Kostis, J. B. (2009). Definition and classification of hypertension: An update. *Journal of Clinical Hypertension*. <https://doi.org/10.1111/j.1751-7176.2009.00179.x>
- Guasti, L., Ambrosetti, M., Ferrari, M., Marino, F., Ferrini, M., Sudano, I., Tanda, M. L., Parrini, I., Asteggiano, R., & Cosentino, M. (2022). Management of hypertension in the elderly and frail patient. *Drugs and Aging*, 39(10). <https://doi.org/10.1007/s40266-022-00966-7>
- Kartika, H. (2022). Apakah saya menderita hipertensi? Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kurnianto, A., Sunjaya, D. K., Rinawan, F. R., & Hilmanto, D. (2020). Prevalence of hypertension and its associated factors among Indonesian adolescents. *International Journal of Hypertension*, 2020. <https://doi.org/10.1155/2020/4262034>
- Luca, E., & Bodrug, N. (2023). The impact of secondary pulmonary hypertension in elderly patients with chronic obstructive pulmonary disease. *Moldovan Journal of Health Sciences*, 10(1). <https://doi.org/10.52645/mjhs.2023.1.06>
- Ma, L., Chhetri, J. K., Liu, P., Ji, T., Zhang, L., & Tang, Z. (2020). Epidemiological characteristics and related factors of frailty in older Chinese adults with hypertension: A population-based study. *Journal of Hypertension*, 38(11). <https://doi.org/10.1097/HJH.0000000000002650>