

**GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN LANSIA  
MENGENAI *DIETARY APPROACH TO STOP  
HYPRTESION (DASH)* DALAM MENANGANI  
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS MARGAHAYU  
SELATAN**

**SKRIPSI**



Oleh :

Sipa Dwi Astuti

302020051

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH  
BANDUNG  
2024**

**GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN LANSIA  
MENGENAI *DIETARY APPROACH TO STOP  
HYPRTESION (DASH)* DALAM MENANGANI  
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS MARGAHAYU  
SELATAN**

*Diajukan sebagai salah satu Persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan di  
Progran Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Bandung*



Disusun Oleh :

Sipa Dwi Astuti

302020051

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH  
BANDUNG  
2024**

# LEMBAR PERSETUJUAN

## LEMBAR PERSETUJUAN

SIPA DWI ASTUTI

NIM.302020051

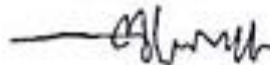
### GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN LANSIA MENGENAI *DIETARY APPROACH TO STOP HYPERTENSION (DASH)* DALAM MENANGANI HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MARGAHAYU SELATAN

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan pada Ujian Solang Skripsi Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Aisyiah Bandung

Tanggal 01 Agustus 2024

Oleh

Pembimbing Utama



H. Yusuf Hidayat, S.Kep., Ners., M. Kep.

NPP. 1997270170005

Pembimbing Pendamping



E. Lusiati, S.Kep., Ners., M. Kep.

NPP. 2017160289063

## LEMBAR PENGESAHAN

### LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul

### GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN LANSIA MENGENAI *DIETARY APPROACH TO STOP HYPERTENSION (DASH)* DALAM MENANGANI HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MARGAHAYU SELATAN

Ditulis oleh

**SIPA DWI ASTUTI**

**NIM.302020051**

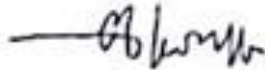
Telah dibaca dan diperlihatkan di hadapan Tim Penguji Sidang Skripsi Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Bandung dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima.

Penguji I



Nur Rohmah, A.M.K., S.Pd., M.H.S.  
NPP. 2010100975038

Pembimbing Utama



H. Yayat Hidayat, S.Kep., Ners., M. Kep.  
NPP. 1997170170005

Penguji II



Satri Samsul, S.Kep., Ners., M.Kep., Sp.Kep. MHI.  
NPP. 2001141070010

Pembimbing Pendamping



Eli Lantani, S.Kep., Ners., M.Kep.  
NPP. 2017160280063

## PERSETUJUAN ORISINALITAS

### PERSETUJUAN ORSINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama Mahasiswa Sipa Dwi Astuti

NIM 302020051

Program Studi Sarjana Keperawatan

Dengan ini menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiarisme atau penjiplakan/pengambilan kutipan, Pendapat atau karya orang lain dalam penulisan skripsi yang berjudul

**"Gambaran Tingkat Pengetahuan Lansia Mengenai *Dietary Approach To Stop Hypertension (DASH)* Dalam Menangani Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Margahayu Selatan"**

Apabila suatu saat nanti saya terbukti melakukan plagiarisme, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan kesadaran sendiri dan tidak atas tekanan ataupun paksaan dari pihak manapun demi menegakkan integritas akademik di institusi ini.

Bandung, Februari 2024



Sipa Dwi Astuti

# SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

## SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama Mahasiswa    Sipa Dwi Astuti  
NIM                    302020051  
Program Studi        Sarjana Keperawatan

Demikian pengembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Assyiah Bandung Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalty-free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul

### **"GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN LANSIA MENGENAI DIETARY APPROACH TO STOP HYPERTENSION (DASH) DALAM MENANGANI HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MARGAHAYU SELATAN"**

Hak bebas Royalti Non-eksklusif ini, Universitas Assyiah Bandung berhak menyimpan, mengalihkan dalam bentuk media lain, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bandung, 08 Agustus 2024

Yang Menyatakan,

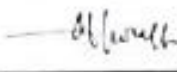
Sipa Dwi Astuti

Mengetahui,  
Tun Pembimbing

Nama

Tanda Tangan

1. Hj. Yayat Hidayat, S.Kep., Ners., M.Kep.

  
\_\_\_\_\_

2. Eli Lusiani, S.Kep., Ners., M.Kep.

  
\_\_\_\_\_

## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **MOTTO**

“Yakinlah, ada sesuatu yang menantimu setelah sekian banyak kesabaran (yang kau jalani), yang akan membuatmu terpana hingga lupa betapa pedihnya rasa sakit”

(Ali bin abi Thalib)

### **PERSEMBAHAN**

Dengan segala kerendahan hati, skripsi ini saya persembahkan untuk

1. Cinta pertama dan panutanku Bapak Ipin Aripin. Beliau memang tidak sempat merasakan bangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidik, memberikan motivasi serta dukungan baik secara moral ataupun *financial* kepada penulis, beliau yang selalu menggusahakan pendidikan yang layak dan terbaik untuk penulis hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai jenjang sarjana.
2. Pintu surgaku Ibu Iis Nurleni. Beliau yang juga sangat berperan penting dalam menyelesaikan program studi penulis beliau yang juga tidak sempat merasakan bangku perkuliahan, namun keyakinan untuk memperjuangkan pendidikan yang terbaik bagi penulis serta segala motivasi yang beliau berikan kepada penulis yang setiap sujudnya menjadi doa untuk kesuksesan anak anaknya.

## KATA PENGANTAR



Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat, hidayah dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi mengenai “Hubungan antara kebiasaan mengkonsumsi *fast food* dengan status gizi pada mahasiswa Sarjana keperawatan di universitas `Aisyiyah Bandung. Serta salawat dan sam selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW sebagai panutan dan guru tauladan

Dalam menyusun proposal ini peneliti mendapatkan bantuan dari beberapa sumber buku, jurnal, proposal, dan skripsi. Peneliti juga mendapatkan bimbingan dari dosen dan bantuan dari teman seperjuangan, keluarga dan pihak-pihak lainnya. Oleh karena itu dengan segenap hati peneliti menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Tia Setiawati, S.Kp., M.Kep., Ns., Sp.Kep.An sebagai rektor Universitas ‘Aisyiyah Bandung
2. Dr.Sitti Syabariah S.Kp.,M.Biomed sebagai wakil rektor Universitas ‘Aisyiyah Bandung
3. Popy Siti Aisyah, S.Kep.,Ns.,M.Kep sebagai dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Bandung.
4. Nina Gartika,S.Kp., M.Kep sebagai Kaprodi Sarjana Keperawatan Universitas `Aisyiyah Bandung.
5. H. Yayat Hidayat, S.Kep.,Ners., M.Kep selaku dosen pembimbing utama yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan saran serta masukan dalam menyelesaikan proposal ini.
6. Eli Lusiani, S.Kep.,Ners., M.Kep selaku dosen pembimbing pendamping yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk

memberikan bimbingan saran serta masukan dalam menyelesaikan proposal ini.

7. Iyep Dede Supriatna, B.sc(hon)., M.MRS selaku dosen wali yang telah memberikan semangat, dorongan, dan motivasi selama mengemban pendidikan di Universitas' Aisyiyah Bandung
8. Rekan-rekan seperjuangan Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Bandung angkatan 2020 terimakasih atas segala dukungan, motivasi dan pengalaman di bangku perkuliahan, terimakasih telah sama sama berjuang sampai detik ini.

Semoga Allah SWT melimpahkan berkah bagi semua yang telah mendukung penulis dan membantu penulis. Penulis menyadari bahwa pada penulisan proposal ini masih jauh dari kata sempurna, maka dari itu penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang bisa memperbaiki pada proposal ini dan untuk menjadikan motivasi untuk penelitian yang akan dilakukan menjadi lebih baik.

Bandung, Juni 2024

Sipa Dwi Astuti

## ABSTRAK

Peningkatan jumlah populasi lansia menimbulkan perhatian khusus terkait berbagai permasalahan yang dialami, terutama perubahan fisik. Salah satu perubahan signifikan terjadi pada sistem kardiovaskular, yang merupakan penyebab utama berbagai penyakit, termasuk hipertensi. Pengelolaan tekanan darah pada pasien hipertensi, khususnya pada lansia, seringkali sulit dilakukan, yang disebabkan oleh kurangnya pengetahuan penderita mengenai pengaturan pola makan. Oleh karena itu, pengetahuan mengenai diet hipertensi menjadi faktor penting dalam upaya pencegahan risiko hipertensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan lansia tentang *Dietary Approach To Stop Hypertension* (DASH). Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan populasi lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Margahayu Selatan, dan sampel sebanyak 63 responden menggunakan total sampling. Hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki tingkat pengetahuan yang baik terhadap DASH, yaitu sebesar 68,3%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pengetahuan lansia tentang DASH di wilayah kerja Puskesmas Margahayu Selatan mayoritas berada dalam kategori baik. Sebagai rekomendasi, puskesmas diharapkan terus memberikan informasi terkait diet hipertensi, dan Universitas 'Aisyiyah diharapkan dapat berkontribusi dalam peningkatan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang keperawatan komunitas.

**Kata Kunci : Diet, Hipertensi, Lansia, Pengetahuan**

## **ABSTRACT**

*The increasing elderly population raises special concerns regarding the various problems they face, especially physical changes. One significant change occurs in the cardiovascular system, which is a major cause of many diseases, including hypertension. Managing blood pressure in hypertensive patients, particularly the elderly, is often challenging due to a lack of knowledge about dietary management. Therefore, knowledge about hypertension diets plays a crucial role in preventing the risk of hypertension. This study aims to assess the level of knowledge among elderly individuals about the Dietary Approach To Stop Hypertension (DASH). This research uses a quantitative descriptive method with a population of elderly hypertensive patients in the working area of Margahayu Selatan Community Health Center, with a total sample of 63 respondents using total sampling. The analysis results indicate that the majority of the elderly have good knowledge of DASH, amounting to 68.3%. Thus, it can be concluded that the elderly's knowledge of DASH in the Margahayu Selatan Community Health Center area is mostly in the good category. As a recommendation, the health center is expected to continue providing information regarding hypertension diets, and 'Aisyiyah University is expected to contribute to enhancing knowledge, particularly in the field of community nursing.*

**Keywords: Diet, Hypertension, Elderly, Knowledge**

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN .....	i
LEMBAR PENGESAHAN .....	ii
PERSETUJUAN ORISINALITAS.....	iii
SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH .....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK .....	viii
<i>ABSTRACT</i> .....	xi
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR BAGAN .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	Error! Bookmark not defined.
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang .....	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah .....	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
1. Tujuan Umum.....	Error! Bookmark not defined.
2. Tujuan Khusus.....	Error! Bookmark not defined.
Adapun tujuan khusus dari penelitian ini yaitu :	Error! Bookmark not defined.
<b>defined.</b>	
D. Manfaat Penelitian .....	Error! Bookmark not defined.
1. Manfaat Teoritis.....	Error! Bookmark not defined.
2. Manfaat Praktisi .....	Error! Bookmark not defined.
E. Sistematika Penulisan .....	Error! Bookmark not defined.
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	Error! Bookmark not defined.
A. Landasan Teoritis .....	Error! Bookmark not defined.
1. <b>Konsep Lansia</b> .....	Error! Bookmark not defined.
a. Pengertian Lansia .....	Error! Bookmark not defined.
b. Ciri Ciri Lansia.....	Error! Bookmark not defined.
c. Perubahan Perubahan Pada Lansia...	Error! Bookmark not defined.

2.	<b>Konsep Hipertensi</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
a.	Pengertian Hipertensi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
b.	Etiologi Hipertensi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
c.	Patofisiologi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
d.	Manifestasi Klinis .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
e.	Komplikasi Hipertensi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
f.	Penatalaksanaan Hipertensi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.	<b>Konsep Diet Hipertensi Pada Lansia</b> ...	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
a.	Pengertian diet hipertensi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
b.	Diet Seimbang Hipertensi Berdasarkan DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension) .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.	<b>Konsep Pengetahuan</b> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
a.	Pengertian Pengetahuan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
b.	Tingkatan Pengetahuan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
c.	Pengukuran Pengetahuan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
d.	Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
	<b>not defined.</b>	
B.	Hasil Penelitian Yang Relevan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C.	Kerangka Pikiran.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....		<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A.	Metode Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B.	Variable penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C.	Definisi Konseptual Dan Operasional.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.	Definisi Konseptual .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.	Definisi Operasional.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D.	Populasi Dan Sample .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.	Populasi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.	Sample .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
E.	Teknik Pengumpulan data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
F.	Instrumen Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
G.	Uji Validitas Dan Reabilitas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

1. Uji Validitas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Uji Reabilitas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
H. Prosedur Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Tahap Persiapan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Tahap Pelaksanaan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
I. Teknik Analisa Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
J. Pengolahan Data.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
K. Analisa Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
L. Tempat Dan Waktu Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
M. Etika Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>MANUSKRIP .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>84</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

**DAFTAR TABEL**

Tabel 2.1 Hasil Penelitian yang Relevan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4.2 Kisi Kisi Kuesioner Pengetahuan Dietary To Stop Hyypertension (DASH) .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

**DAFTAR BAGAN**

Bagan 1 Kerangka Pemikiran.....**Error! Bookmark not defined.**

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Riwayat Hidup .....**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 2 Lembar Permohonan Menjadi Responden**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 3 Lembar Persetujuan Mengikuti Penelitian**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 4 Kuesioner Pengetahuan Dietary Approach To Stop Hypertension (DASH) .....**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 5 Surat Izin Studi Pendahuluan .....**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 6 Surat Izin Persetujuan Etik .....**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 7 Surat Izin Penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 8 Dokumentasi Penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 9 Hasil Cek Turnitin .....**Error! Bookmark not defined.**

## DAFTAR PUSTAKA

- (KEMNPKES), K. K. (2022). *Diet Hipertensi/Darah tinggi (DASH Diet)*.
- Adam, L. (2019). Determinan Hipertensi Pada Lanjut Usia. *Jambura Health and Sport Journal*, 1(2), 82–89. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v1i2.2558>
- Aprillia, Y. (2020). Gaya Hidup dan Pola Makan Terhadap Kejadian Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 1044–1050. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i2.459>
- Budi Susilo, C., Sari Dewi, B., Ramadhan, A., Sartika, D. M., & Kurrohman, T. (2023). History of Hypertension and Energy Drink Consumption Associated with Renal Failure. *Journal Manajemen Kesehatan*, 9(1), 125–135.
- Darsini, Fahrurrozi, & Cahyono, E. A. (2019). Artikel Review ; Pengetahuan. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 97.
- Ekasari, M. F. (2021). Hipertensi: kenali penyebab, tanda gejala dan penanganannya. *Hipertensi : Kenali penyebab, tanda gejala dan penanganannya*, 28.
- Hajri, Z., & Suprayitna, M. (2022). Faktor Resiko Terjadinya Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Penimbung. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist)*, 17(1), 593–600.
- Heryyanoor, A. F. H. (2023). Manajemen Diet Dash Sebagai Intervensi Pada Lansia Hipertensi: a Systematic Review. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(Vol. 4 No. 2 (2023): JUNI 2023), 746–753.
- Hikmawati, Baharia Marasabessy, N., & Debby Pelu, A. (2022). Tingkat Pengetahuan Mempengaruhi Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Indonesia Timur (East Indonesian Nursing Journal)*, 2(1), 45.
- Irianto, K. (2014). *Memahami Berbagai Macam Penyakit*. Alfabeta.
- Ismah, F. A., Herdian, F., Sulistiyawati, A., & Pratama, O. (n.d.). *PENGETAHUAN PASIEN HIPERTENSI TENTANG DIET HIPERTENSI DI RW 20 PAGERSARI DESA CIBEUNYING KABUPATEN BANDUNG* Hipertensi merupakan salah satu dan banyak disandang oleh masyarakat . Di tersebut peneliti tertarik untuk mengetahui peningkatan tekanan darah sist. 1–6.
- Iverson, B. L., & Dervan, P. B. (2022). *Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Bandung*.
- Kemenkes. (2022). *Diet Hipertensi / Darah Tinggi (DASH Diet)*.
- Kezia, Triyoga, A., & Rimawati. (2020). Literature Review: Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 6(2), 97–107. <https://doi.org/10.32660/jpk.v6i2.487>
- Komalasari, V., Shalahuddin, I., & Harun, H. (2020). Gambaran pengetahuan, sikap dan perilaku tentang manajemen diet pada pasien hipertensi di Garut, Indonesia. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 14(4), 494–502. <https://doi.org/10.33024/hjk.v14i4.2989>
- Kurniati, A. M., Tamzil, N. S., Dalilah, D., Prasasty, G. D., Suciati, T., Muhammad, F., & Fitrianti, F. (2022). Konsumsi sayur dan buah dalam upaya mencegah penyakit tidak menular. *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Humanity and Medicine*, 3(2), 105–115. <https://doi.org/10.32539/hummed.v3i2.82>
- Kutlu, T. (2023). HIPERTENSI; ARTIKEL REVIEW. *JURNAL PENGEMBANGAN ILMU DAN PRAKTIK KESEHATAN*, 2(1), 88–100.

- Lipu, A., & Prihati, D. R. (2024). *Penerapan Terapi Air Putih Terhadap Penurunan*.
- M.Asikin, M. N. (2016). *KEPERAWATAN MEDIKAL BEDAH SISTEM KARDIOVASKULER*. Erlangga.
- Manurung, N. (2016). *KEPERAWATAN MEDIKAL BEDAH KONSEP, MIND MAPPING DAN NANDA NIC NOC Solusi Cerdas Lulus UKOM Bidang Keperawatan Jilid 2*. Trans Info Media.
- Marbun, A. S., Sipayung, R. R., Sidomuncul, L., Rex, D., Dharma, S., Fakultas, P. S., Kesehatan, I., & Sari, U. (2020). *Jurnal Abdimas Mutiara Volume 1, Nomor : 1, Maret 2020. 1*, 184–190.
- Mawarni, R., Nuryanto, N., Chandra, A., & Afifah, D. N. (2023). Pengaruh Pemberian Susu Rendah Lemak Terhadap Tekanan Darah Pada Wanita Postmenopause. *Jurnal Nutrisia*, 25(2), 89–96. <https://doi.org/10.29238/jnutri.v25i2.325>
- Mujiadi, & Rachmah, S. (2022). Buku Ajar Keperawatan Gerontik. In *STIKes Majapahit Mojokerto*.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metode Penelitian Kesehatan*.
- Nursalam. (2016). Variable Penelitian dan Definisi Operasional. In *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* (4 ed., hal. 177–178). Salemba Medika.
- Octaviana, dila rukmi, & Ramadhani, reza aditya. (2021). *HAKIKAT MANUSIA: Pengetahuan (Knowledge), Ilmu Pengetahuan (Sains), Filsafat Dan Agama*. 2(2), 3–6.
- Purba, E., Lolowang, N. L., Enggune, M., & Sompotan, R. (2023). Pengetahuan Lansia Tentang Pentingnya Diet Hipertensi. *Aksara: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal*, 9(1), 313–320.
- Rachmawati, D., Sintowati, R., Lestari, N., & Agustina, T. (2021). Pengaruh Diet Dash (Dietary Approach To Stop Hypertension) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi: Studi Literatur. *Proceeding of The URECOL*, 150–157.
- Raudhoh, S., & Pramudiani, D. (2021). Lansia Asik, Lansia Aktif, Lansia Poduktif. *Medical Dedication (medic) : Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat FKIK UNJA*, 4(1), 126–130. <https://doi.org/10.22437/medicaldedication.v4i1.13458>
- RI, K. K. (2018). *RISDESKAS Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. <https://doi.org/10.12691/jfnr-2-12-26>
- Ridwan, M., Syukri, A., & Badarussyamsi, B. (2021). Studi Analisis Tentang Makna Pengetahuan Dan Ilmu Pengetahuan Serta Jenis Dan Sumbernya. *Jurnal Geuthèë: Penelitian Multidisiplin*, 4(1), 31. <https://doi.org/10.52626/jg.v4i1.96>
- Rokot, R. P., Rotty, L. W. A., & Moeis, E. S. (2019). Perbedaan Pola Konsumsi Ikan Laut dan Daging terhadap Kejadian Hipertensi pada Masyarakat. *e-CliniC*, 7(1), 51–58. <https://doi.org/10.35790/ecl.v7i1.23539>
- Salafy, M. R., & Setiawan, H. (2023). Peran Prolanis Terhadap Keberhasilan Terapi Pada Pasien Hipertensi Di Klinik Dr. Nurdin Wahid. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), 6752–6764. <https://doi.org/10.31004/jkt.v4i4.22794>
- 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), 56–63.  
<https://doi.org/10.34011/jkifn.v3i2.1769>
- Sarida, M., & Hamonangan, D. (2020). Buku Gerontik. In *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*.
- Siswa, P. K. K. T. A. F. T. S. E. K. (2022). Jurnal Pendidikan dan Konseling. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4, 11438–11444.
- Soares, J., Soares, D., Ivoni Seran, A. L., ELepa, M., Becora, P., Timor-Leste, D., & Giri Satria Husada, A. (2021). Gambaran Tingkat Pengetahuan Penderita Hipertensi Terkait Penyakit Hipertensi. *Jurnal Keperawatan GSH*, 10(1), 27–32.
- Subekti, I., Suyanto, E., & Nataliswati, T. (2022). *KEPERAWATAN USIA LANJUT. EUREKA MEDIA AKSARA*.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*.
- Umah, K., Zahroh, R., & Kinarti, Y. M. (2023). Penyuluhan Hipertensi Pada Lansia Sebagai Upaya Mencegah Dan Pengendalian Hipertensi Di Posyandu Lansia Di Desa Suci Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Nusantara*, 1(2), 2986–3163.
- Utami, N. A., Sulisetyawati, S. D., & Adi, G. S. (2018). Hubungan pengetahuan tentang diet dash (dietary approach to stop hypertension) dengan tingkat hipertensi di posbindu seroja bekonang kecamatan mojolaban. *Jurnal Forum Kesehatan*, 51(1), 15–25.
- World, O. H. (n.d.). *Ageing and health*.
- Yunus, M. H., Kadir, S., & Lalu, N. A. S. (2023). the Relationship Between Salt Consumption Patterns and the Incidence of Hypertension in the Elderly At the Kota Tengah Health Center. *Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health and Science Community*, 7(1), 163–171.  
<https://doi.org/10.35971/gojhes.v7i1.16279>

