

PELATIHAN DAN PENDAMPINGAN KADER POSYANDU LANSIA UNTUK PENCEGAHAN PENYAKIT KARDIOVASKULER DI KELURAHAN BANDUNG KOTA TEGAL

Tinah Purwaningsih¹, Maria Ulfah², Sadar Prihandana³, Hudinoto E.Y⁴
Prodi D III Keperawatan Tegal; Poltekkes Kemenkes Semarang
Email : Tinahpurwaningsih69@gmail.com

Abstract

Increasing the number of elderly people in Indonesia has an impact on health problems, especially for the elderly, a disease that is often felt is cardiovascular disease (hypertension, heart disease and stroke). The elderly Posyandu is an extension of health services at the puskesmas that can contribute to the prevention of cardiovascular disease in the elderly. it is deemed necessary for the elderly posyandu cadre to be equipped with knowledge and skills in managing the elderly so that their health status is more optimal and protected from cardiovascular disease. The aim of the activity is to increase the knowledge and skills of the elderly health cadres in cardiovascular disease, the use of medical equipment, hypertension and the facilitating of health examination aids for elderly parlors. The target of community service is the elderly health cadre in the Bandung municipality of Tegal City. The activity was carried out using lecture, question and answer, tutorial, simulation and assistance methods. The community service was held for 2 months and was attended by 30 elderly Posyandu health cadres. The results of the implementation showed an increase in knowledge about cardiovascular disease in the elderly increased to 90%, skills in the use of medical devices doing well 43.3%, doing hypertension well with 53.3%. It can be concluded that this community service activity can increase the knowledge of elderly health posyandu cadres about cardiovascular disease in the elderly and how to prevent it, cadres can use or operate tensimeter devices and measuring devices for blood sugar, and cholesterol, and can measure Body Mass Index (BMI), increase cadre skills in hypertension gymnastics activities and it is expected that after community service activities can increase the role of health cadres in the activities of the elderly posyandu so that they can conduct early detection of cardiovascular disease in the elderly in the bandung village area

Keywords : *Posyandu cadre elderly, cardiovascular, Training*

Abstrak

Peningkatan jumlah lansia di Indonesia memberikan dampak permasalahan kesehatan khususnya bagi lansia, penyakit yang sering dirasakan adalah penyakit kardiovaskuler (hipertensi, jantung dan stroke). Posyandu lansia merupakan perpanjangan pelayanan kesehatan di puskesmas yang dapat berkontribusi dalam pencegahan penyakit kardiovaskuler pada lansia. maka dipandang perlu kader posyandu lansia dibekali pengetahuan dan keterampilan dalam mengelola lansia agar status kesehatannya lebih optimal dan terhindar dari penyakit kardiovaskuler. Tujuan kegiatan adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader kesehatan lansia dalam tentang penyakit kardiovaskuler, keterampilan

penggunaan alat kesehatan, senam hipertensi serta terfasilitasinya alat bantu pemeriksaan kesehatan untuk posyandu lansia. Sasaran pengabdian masyarakat adalah kader kesehatan lansia di kelurahan Bandung Kota Tegal. Kegiatan dilaksanakan dengan metode ceramah, tanya jawab, tutorial, simulasi dan pendampingan. Pengabdian masyarakat dilaksanakan selama 2 bulan dihadiri oleh 30 peserta kader kesehatan posyandu lansia. Hasil pelaksanaan menunjukkan peningkatan pengetahuan tentang penyakit kardiovaskuler pada lansia meningkat menjadi 90%, ketrampilan penggunaan alat kesehatan melakukan dengan baik 43,3%, melakukan senam hipertensi dengan baik 53,3% . Dapat disimpulkan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat meningkatkan pengetahuan kader kesehatan posyandu lansia tentang penyakit kardiovaskuler pada lansia dan cara pencegahannya, kader dapat menggunakan atau mengoperasikan alat tensimeter dan alat ukur gula darah, dan kolesterol, dan dapat mengukur Indeks Masa Tubuh (IMT), meningkatkan ketrampilan kader dalam kegiatan senam hipertensi dan diharapkan setelah kegiatan pengabdian masyarakat dapat meningkatkan peran serta kader kesehatan dalam kegiatan posyandu lansia sehingga dapat melakukan deteksi dini penyakit kardiovaskuler pada lansia di wilayah kelurahan Bandung

Keywords : Kader posyandu lansia, kardiovaskuler, Pelatihan

I. PENDAHULUAN

Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi serta perbaikan sosialekonomi berdampak pada peningkatan derajat kesehatan masyarakat dan usia harapan hidup, sehingga jumlah populasi lansia juga meningkat. Peningkatan jumlah penduduk lansia ini akan membawa dampak terhadap berbagai kehidupan. Dampak utama peningkatan lansia ini adalah peningkatan ketergantungan lansia. Ketergantungan ini disebabkan oleh kemunduran fisik, psikis, dan sosial lansia yang dapat digambarkan melalui empat tahap, yaitu kelemahan, keterbatasan fungsional, ketidakmampuan, dan keterhambatan yang akan dialami bersamaan dengan proses kemunduran akibat proses menua. Proses menua merupakan suatu kondisi yang wajar dan tidak dapat dihindari dalam fase kehidupan (Amalia 2014: Kurnianto, 2015).

Jumlah lansia di Indonesia meningkat dari tahun ke tahun. Saat ini Indonesia tercatat memiliki 18 juta lansia umur 60 tahun ke atas (Badan Pusat Statistik, 2013). Sementara itu, jumlah lansia di Kota Tegal sekitar 15 ribu jiwa dan yang pralansia 18 ribu jiwa (Dinkes Kota Tegal, 2016), Meningkatnya jumlah lansia mestinya dibarengi dengan upaya meningkatkan derajat kesehatan para lansia tersebut. Salah satu upaya yang telah dilakukan untuk meningkatkan derajat kesehatan lansia tersebut adalah pemberdayaan masyarakat dengan melibatkan

peran aktif anggota masyarakat sebagai kader kesehatan. Kader-kader kesehatan tersebut memiliki peran yang strategis untuk mengajak lansia berpartisipasi dalam kegiatan di wilayahnya, menyebarluaskan informasi kesehatan, mengelola Posyandu dan melakukan pencatatan dan pelaporan masalah-masalah kesehatan lansia (Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2003; Kadar, Francis, & Sellick, 2012).

Posyandu lansia merupakan bentuk pelayanan kesehatan yang lebih mengutamakan upaya peningkatan kesehatan dan pencegahan terhadap terjadinya penyakit. Kegiatan yang dilakukan tidak mengarah pada pengobatan, namun kegiatan untuk pemeriksaan kesehatan rutin, memberikan edukasi dan informasi tentang pencegahan penyakit dengan mengajak untuk menerapkan pola hidup sehat. Posyandu lansia adalah pos pelayanan terpadu untuk masyarakat usia lanjut di suatu wilayah tertentu yang sudah disepakati, yang digerakkan oleh masyarakat dimana usia lanjut bisa mendapatkan pelayanan kesehatan. Kegiatan posyandu lansia menitikberatkan pelayanan kesehatan pada upaya promotif dan preventif tanpa mengabaikan upaya kuratif dan rehabilitatif (Depkes, 2010).

Kelompok kader Posyandu lansia di Kelurahan Bandung Kota Tegal merupakan salah satu kelurahan yang ada di Kota Tegal, menurut Badan Pusat Statistik tahun 2016 jumlah lansia (usia > 60 th) di kecamatan Tegal selatan 6177 jiwa atau setara dengan 9% jumlah penduduk kecamatan Tegal selatan, kader posyandu lansia di Kelurahan Bandung dipilih sebagai mitra karena jumlah lansia di Kelurahan Bandung lebih banyak di bandingkan dengan kelurahan yang lain .

Upaya pencegahan dan pengendalian penyakit kardiovaskuler dapat dilakukan dengan deteksi dini melalui kegiatan skrining, sehingga kemungkinan terjadi risiko komplikasi dapat dicegah, seperti serangan jantung, gagal jantung, stroke, dan gagal ginjal. Skrining kesehatan untuk pencegahan penyakit telah lama dijadikan sebagai strategi perawatan kesehatan yang paling penting guna memberi kesempatan seseorang untuk mendapatkan diagnosis dan pengobatan lebih dini, meningkatkan kualitas hidup, dan mencegah kematian lebih dini (Bell et al., 2017).

Hasil studi pendahuluan ditemukan pelayanan posyandu masih sangat minim, dan pelaksanaannya kurang tertib dan lancar. Terdapat 5 posyandu Lansia di Kelurahan Bandung, masing-masing posyandu lansia sudah memiliki kader kesehatan dan sudah menggunakan sistem 5 meja, namun kader posyandu mengeluhkan belum semua kader mau berperan aktif, kader kurang percaya diri, dan hasil wawancara dengan kader lansia, hasil wawancara dengan kader ditemukan data bahwa pengetahuan kader tentang penyakit kardiovaskuler pada lansia masih terbatas, dan mereka mengeluhkan kurangnya kemampuan kader dalam melakukan pengukuran tekanan darah, gula darah, kolesterol dan IMT, selain itu minimnya peralatan untuk menunjang terlaksananya posyandu lansia seperti timbangan berat badan, alat untuk mengukur tekanan darah (digital), alat mengukur gula darah dan kolesterol. Kader juga menyebutkan bahwa, keikutsertaannya dalam pengelolaan posyandu lansia sebenarnya terpaksa. Kader menyebutkan, bahwa permasalahan lansia adalah sangat banyak, baik dari fisik maupun psikologis, dengan keterbatasan ilmu yang dimiliki, kader merasa tidak mampu untuk memberikan pelayanan pada lansia.

II. METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan dengan metode Edukasi/ceramah tentang penyakit kardiovaskuler pada lansia dengan ceramah dan Tanya jawab, pelatihan pengukuran Tekanan darah, kadar gula darah, kolesterol dan IMT dengan demonstrasi, pemutaran video senam hipertensi, pendampingan terhadap kader saat pelaksanaan posyandu lansia untuk mengevaluasi dari kegiatan pelatihan seperti ketrampilan kader saat mengukur IMT, tekanan darah, gula darah dan kolesterol serta senam hipertensi. Pemberian hibah alat-alat pemeriksaan tekanan darah dan pemeriksaan glukosa, kolesterol, dan asam urat. Alat-alat ini diperlukan agar Posyandu lansia kedepannya dapat menggunakan alat-alat ini pada kegiatan Posyandu lansia.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat di Kelurahan Bandung Kota Tegal dilaksanakan sejak bulan juni sampai Agustus 2019, kegiatan Pelatihan pada tanggal 11, 14

dan 20 Juli 2019 yang diikuti oleh 30 kader Posyandu Lansia. Semua kader berjenis kelamin perempuan, dengan rentang usia 21-45 tahun. Latar belakang pendidikan kader 79,16 % lulusan SMA dan 20,84% lulusan SMP.

Sedangkan untuk hasil pelaksanaan pengabdian masyarakat dapat terlihat dari hasil pre test dan pos test pengetahuan dan sikap kader kesehatan posyandu lansia adalah sebagai berikut :

a. Pengetahuan Tentang Penyakit Kardiovaskuler pada Lansia

Gambaran pengetahuan peserta tentang penyakit kardiovaskuler pada lansia sebelum dan sesudah dilakukannya pelatihan adalah sebagai berikut:

Tabel 1 Pengetahuan Peserta Tentang Penyakit Kardiovaskuler pada lansia Sebelum Dan Sesudah Kegiatan Pengabdian Masyarakat

No	Pengetahuan	Pre test		Post test	
		f	Persentase	f	Persentase
1.	Kurang	4	13,4	1	3,3
2.	Cukup	10	33,3	2	6,7
3.	Baik	16	53,3	27	90
Jumlah		30	100	30	100

Dari tabel tersebut dapat disimpulkan bahwa peserta pengabdian masyarakat di Kelurahan Bandung Kota Tegal, sebelum dilakukan sosialisasi dan pendampingan sebagian mempunyai pengetahuan cukup (33,3%) mempunyai pengetahuan tentang penyakit kardiovaskuler pada lansia kurang (36,7%) dan hanya yang mempunyai pengetahuan baik yaitu sebesar (53,3%). Namun setelah mendapatkan sosialisasi dan pendampingan berubah menjadi sebagian besar mempunyai pengetahuan yang cukup (6,7%), ada peningkatan pada yang kategori baik yaitu (90%) dan hanya sebagian kecil yang kurang (3,3%). Dari hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan telah dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta pengabdian masyarakat tentang penyakit kardiovaskuler pada Lansia.

b. Keterampilan penggunaan alat alat kesehatan

Gambaran praktek peserta pada penggunaan alata kesehatan: tensimeter digital, pengukuran IMT, dan kadar kolesterol dan Gula Darah Sewaktu pada pelatihan adalah sebagai berikut:

Tabel 2 Praktek penggunaan tensimeter digital pada Kader Kesehatan Posyandu Lansia Kegiatan Pengabdian Masyarakat

No	Praktek penggunaan Tensimeter Digital	Pre test		Post test	
		f	Persentase	f	Persentase
1.	Tidak dapat melakukan	20	66,7	6	20
2.	Sedikit melakukan	6	20	11	36,7
3.	Melakukan dengan baik	4	13,3	13	43,3
Jumlah		30	100	30	100

Dari tabel tersebut terlihat bahwa peserta pengabdian masyarakat di Kelurahan Bandung Kota Tegal, sebelum dilakukan pelatihan dan pendampingan mempunyai kemampuan menggunakan tensimeter digital untuk deteksi dini pengukuran tekanan darah sebagian besar tidak dapat melakukan (66,7%) dan hanya sebagian kecil yang mempunyai kemampuan baik yaitu sebesar (13,3%). Namun setelah mendapatkan pelatihan dan pendampingan berubah menjadi sebagian besar mempunyai kemampuan menggunakan tensimeter digital untuk mengukur tekanan darah baik (43,3%) dan hanya sebagian kecil yang tidak dapat melakukan (20%). Dari hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan telah dapat meningkatkan kemampuan kader kesehatan posyandu lansia menggunakan tensimeter digital untuk mengukur tekanan darah.

Tabel 3 Praktek pengukuran IMT pada Kader Kesehatan Posyandu Lansia Kegiatan Pengabdian Masyarakat

No	Praktek pengukuran IMT	Pre test		Post test	
		f	Persentase	f	Persentase
1.	Tidak dapat melakukan	24	80	6	20
2.	Sedikit melakukan	4	33,3	8	43,3
3.	Melakukan dengan baik	2	30	16	36,7
Jumlah		30	100	30	100

Dari tabel tersebut terlihat bahwa peserta pengabdian masyarakat di Kelurahan Bandung Kota Tegal, sebelum dilakukan pelatihan dan pendampingan mempunyai kemampuan praktek pengukuran IMT pada lansia sebagian besar tidak dapat melakukan (80%) dan hanya sebagian kecil yang mempunyai kemampuan baik yaitu sebesar (30%). Namun setelah

mendapatkan pelatihan dan pendampingan berubah menjadi sebagian besar mempunyai kemampuan pengukuran IMT yang baik (36,7%) dan hanya sebagian kecil yang tidak dapat melakukan (20%). Dari hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan telah dapat meningkatkan kemampuan kader kesehatan posyandu lansia melakukan pengukuran IMT

Tabel 4 Praktek pengukuran kadar kolesterol dan gula darah sewaktu pada Kader Kesehatan Posyandu Lansia Kegiatan Pengabdian Masyarakat

No	Praktek pengukuran IMT	Pre test		Post test	
		f	Persentase	f	Persentase
1.	Tidak dapat melakukan	25	83,3	6	20
2.	Sedikit melakukan	3	10	14	46,7
3.	Melakukan dengan baik	2	6,7	10	33,3
Jumlah		30	100	30	100

Dari tabel tersebut terlihat bahwa peserta pengabdian masyarakat di Kelurahan Bandung Kota Tegal, sebelum dilakukan pelatihan dan pendampingan mempunyai kemampuan praktek pengukuran kadar kolesterol dan gula darah sewaktu pada lansia sebagian besar tidak dapat melakukan (83,3 %) dan hanya sebagian kecil yang mempunyai kemampuan baik yaitu sebesar (%). Namun setelah mendapatkan pelatihan dan pendampingan berubah menjadi sebagian besar mempunyai kemampuan pengukuran praktek pengukuran kadar kolesterol dan gula darah sewaktu yang baik (36,7%) dan hanya sebagian kecil yang tidak dapat melakukan (20%). Dari hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan telah dapat meningkatkan kemampuan kader kesehatan posyandu lansia melakukan pengukuran kadar kolesterol dan gula darah sewaktu

c. Praktek Senam Hipertensi

Gambaran praktek peserta pada gerakan hipertensi pada pelatihan adalah sebagai berikut:

Tabel 5 Praktek Senam Hipertensi Kegiatan Pengabdian Masyarakat

No	Praktek Senam	Pre test		Post test	
		f	Persentase	f	Persentase
1.	Tidak dapat melakukan	20	66,7	6	20
2.	Sedikit gerakan	10	33,3	13	43,3
3.	Melakukan dengan baik	0	0	11	36,7
Jumlah		30	100	30	100

Dari tabel tersebut terlihat bahwa peserta pengabdian masyarakat di Kelurahan Bandung Kota Tegal, sebelum dilakukan pelatihan dan pendampingan mempunyai kemampuan praktek senam hipertensi sebagian besar tidak dapat melakukan (66,7%) dan hanya sebagian kecil yang mempunyai kemampuan baik yaitu sebesar (33,3%). Namun setelah mendapatkan pelatihan dan pendampingan berubah menjadi sebagian besar mempunyai kemampuan senam hipertensi yang baik (36,7%) dan hanya sebagian kecil yang tidak dapat melakukan (20%). Dari hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan telah dapat meningkatkan kemampuan masyarakat khususnya kader kesehatan posyandu lansia melakukan senam hipertensi.

Metode penyuluhan dan pelatihan pengukuran tekanan darah pada kader memiliki pengaruh untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan para kader hal tersebut karena salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang adalah pemberian informasi. Sejalan dengan Notoatmodjo (2015) bahwa pendidikan kesehatan dalam jangka waktu pendek dapat menghasilkan perubahan dan peningkatan pengetahuan individu, kelompok, dan masyarakat. Diperkuat oleh temuan Kurrachman (2003 dalam Sukiarso, 2007), bahwa pelatihan dengan metode ceramah yang disertai diskusi, simulasi, dan praktik dapat meningkatkan pengetahuan.

Hasil penelitian Fatmah dan Nasution (2012) menunjukkan bahwa pelatihan mampu meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan kader Posbindu. Rerata skor pre dan posttest pengetahuan pengukuran antropometri lansia berbeda makna dan meningkat, terdapat perbedaan rerata keterampilan kader sebelum dan setelah pelatihan pada antropometri tinggi badan prediksi dan penyuluhan gizi seimbang lansia dan ada perbedaan keterampilan responden dengan tingkat cukup dan baik bila dibandingkan sebelum dan setelah pelatihan.

Tim pengabdian masyarakat terlebih dahulu mengenalkan satu persatu alat yang akan digunakan dan fungsi dari masing-masing alat tersebut. Langkah-langkah yang akan dilakukan dalam pemeriksaan juga diterangkan sampai kader siap melakukan demonstrasi mandiri. Pelatihan terhadap kader mengenai cara melakukan pemeriksaan tekanan darah, kadar gula darah dan kolesterol bagi beberapa kader adalah sesuatu yang baru, dari hasil pretes diperoleh bahwa sebagian besar (66%) kader belum pernah menggunakan tensimeter digital, 80% belum pernah mengukur IMT dan 83,3% blm pernah melakukan pengukuran kadar gula darah maupun kolesterol, sehingga kader bersemangat dan antusias untuk mengikuti pelatihan/demonstrasi yang menunjang terhadap implementasi posyandu lansia ini.

Menurut Hartati & wijayanti (2015) Perilaku kader mengalami readiness to change, dimana kesediaan untuk berubah dapat dilihat jika ada suatu inovasi atau program kesehatan di dalam masyarakat. Sebagian kader ada yang menerima inovasi atau ilmu baru dengan cepat dan sebagian kader lambat untuk menerima inovasi atau perubahan tersebut. Kader telah melalui tahapan perilaku terjadi secara berurutan, yaitu pengetahuan, sikap dan tindakan. Pengetahuan akan berubah menjadi sikap dan sikap akan menjadi sebuah tindakan.

IV. SIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil kegiatan pengabdian masyarakat dapat diambil kesimpulan bahwa kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat meningkatkan pengetahuan kader kesehatan posyandu lansia tentang penyakit kardiovaskuler pada lansia dan cara acara pencegahannya, kader dapat menggunakan atau mengoperasikan alat tensimeter dan alat ukur gula darah, dan kolesterol, dan dapat mengukur Indeks Masa Tubuh (IMT), meningkatkan ketrampilan kader dalam kegiatan senam hipertensi dan diharapkan setelah kegiatan pengabdian masyarakat dapat meningkatkan peran serta kader kesehatan dalam kegiatan posyandu lansia sehingga dapat melakukan deteksi dini penyakit kardiovaskuler pada lansia di wilayah kelurahan Bandung Kota Tegal.

Dari kesimpulan yang ada, maka disarankan :

- a. Bagi Masyarakat

Diharapkan masyarakat khususnya kader posyandu lansia dapat menyebarluaskan pengetahuan tentang penyakit kardiovaskuler bagi lansia, cara pencegahannya serta mengajak masyarakat untuk datang ke posyandu lansia untuk mengontrol kesehatannya agar terhindar dari penyakit kardiovaskuler. Kader diharapkan mengaplikasikan pengetahuan dan keterampilan yang telah didapatkan dalam kegiatan posyandu lansia secara rutin setiap bulan

b. Bagi Institusi Pendidikan

Melakukan kegiatan pengabdian masyarakat lanjutan dengan melibatkan keluarga dan menitikberatkan kepada perawatan mandiri keluarga dengan penyakit kardiovaskuler.

c. Bagi Institusi Puskesmas

Hendaknya selalu melakukan monitoring /pemantauan kesehatan bagi para masyarakat khususnya orang dengan lansia secara terjadwal, melakukan kunjungan rumah bagi lansia yang tidak dapat datang ke posyandu lansia dan program-program lansia dapat terlaksana sehingga kesehatan lansia dapat terpelihara secara optimal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Marsum, BE.,S.Pd, MHP selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Semarang
2. Suharto S.Pd, MN selaku Ketua Jurusan Keperawatan
3. Deddy Utomo, SKM,M.HKes. selaku Ketua Prodi D III Keperawatan Tegal
4. M. Choiroel Anwar, SKM, M.Kes (Epid) selaku Ketua UPPM Poltekkes
5. Kepala Kelurahan Bandung Kota Tegal beserta staf-staf nya yang telah membantu dan memberikan data kepada penulis sehingga laporan pengabdian masyarakat ini dapat terselesaikan seperti yang diharapkan.

DAFTAR PUSTAKA

- American Heart Association. (2017). *Guideline for the prevention, detection, evaluation, and management of high blood pressure in adults*. Diakses dari <http://hyper.ahajournals.org>
- American Heart Association (2017). *2017 ACC/AHA/HFSA focused update of the 2013 ACCF/AHA guidelines for the management of heart failure*. (C. W. Yancy, Performer)
- Bell, N. R., Singh, H., Grad, R., Moore, A. E., Dickinson, J. A., Kasperavicius, D., & Kretschmer, K. L. (2017). Better decision making in preventive health screening. *Canada Family Physician*, 63(7), 521–524.
- Charles, Wulandari & Maria (2016). Pemeriksaan Kadar Kolesterol Dan Tekanan Darah Pada Masyarakat Kota Jambi Sebagai Skrining Awal Penyakit Jantung Koroner. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*. Volume 31, Nomor 4 Oktober – Desember 2016
- Departemen Kesehatan RI. (2008). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2007*. Jakarta: Balitbang Depkes.
- Departemen Kesehatan RI. (2009). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Provinsi Jawa Tengah Tahun 2009*. Jakarta: Balitbang Depkes.
- Dinas Kesehatan Kota Tegal (2016). *Profil Kesehatan Kota Tegal*. Dinas Kesehatan Kota Tegal
- Fatmah, F. & Nasution, Y. (2012). Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Kader Posbindu dalam Pengukuran Tinggi Badan Prediksi Lansia, Penyuluhan Gizi Seimbang dan Hipertensi Studi di Kecamatan Grogol Petamburan, Jakarta Barat. *Media Medika Indonesia* Volume 46 Issue 2, 2012.
- Hartati, Elis & Wijayanti, Diyan Yuli. (2015). **PEMBERDAYAAN KADER POSYANDU LANSIA DI SEMARANG** Prosiding Seminar Nasional Keperawatan Komunitas “Peran Perawat Dalam Pelayanan Kesehatan Primer Menuju Masyarakat Ekonomi ASEAN “ Semarang, 7 November 2015
- Kementerian Kesehatan RI (2013). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)* Jakarta: Balitbang Kemkes.

- Kementerian Kesehatan RI (2013). *Riskesdas dalam angka Provinsi Jawa Tengah 2013*. Jakarta : Balitbang Kemkes.
- Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Pusat Data dan Informasi: Situasi Kesehatan Jantung*. Jakarta: Balitbang Kemenkes
- Safitri & Astuti. (2017). Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Di Desa Blembem Wilayah Kerja Puskesmas Gondangrejo. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada - Juli 2017*
- Villanueva, P, D., & Alfonso, F. (2016). Heart Failure in The Elderly. *Journal of GeriatricCardiology*. Vol 13 (2) p 115-117
- WHO. 2016. *Global Leprocy Update 2015: Time for action, accountability and Inclusion* no. 35. Hal. 405–420. Apps. who.int/iris/bitstream/10665/249601/1/WER9135.pdf.
- Zaenurrohmah & Rachmayanti (2017). Hubungan Pengetahuan Dan Riwayat Hipertensi Dengan Tindakan Pengendalian Tekanan Darah Pada Lansia *Jurnal Berkala Epidemiologi*, Volume 5 Nomor 2, Mei 2017, Hlm. 174-184.