



Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat

Volume 7 Nomor 1, 2026, Halaman 57-66

e-ISSN: 2722-5798 & p-ISSN: 2722-5801

DOI: [10.33860/pjpm.v7i1.4335](https://doi.org/10.33860/pjpm.v7i1.4335)

Website: <http://ojs.polkespalupress.id/index.php/PJPM/>

Pengelolaan Hipertensi Lansia Melalui Penguatan Posyandu Lansia dan Pemberdayaan Masyarakat di Desa Kutampi, Nusa Penida

I Putu Suiraoaka*, I Made Bulda Mahayana, Listina Ade Widya Ningtyas, Ida Bagus Made Putra Mahendra

Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Denpasar, Bali, Indonesia

Email korespondensi: suiraoaka@gmail.com



History Artikel

Received: 14-12-2025

Accepted: 06-02-2026

Published: 01-04-2026

Kata kunci

Lansia;
Hipertensi;
Kader Posyandu;
Pemberdayaan;

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang banyak dialami oleh lanjut usia di Desa Kutampi, Kecamatan Nusa Penida, dengan tingkat partisipasi lansia dalam kegiatan Posyandu Lansia yang masih rendah. Kondisi tersebut mendorong pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang bertujuan meningkatkan kapasitas kader Posyandu Lansia, meningkatkan pengetahuan lansia mengenai pencegahan dan pengelolaan hipertensi, serta memperkuat pelayanan Posyandu Lansia melalui pemberdayaan masyarakat. Kegiatan dilaksanakan pada Juni–November 2025 dengan sasaran kader Posyandu, lansia, dan keluarga. Metode yang digunakan meliputi koordinasi lintas sektor, pelatihan kader, penyuluhan kesehatan menggunakan media booklet, pemeriksaan tekanan darah, edukasi pola makan sehat, edukasi lingkungan yang aman bagi lansia, demonstrasi akupresur mandiri, serta evaluasi melalui pre-test dan post-test. Sebanyak 27 kader mengikuti pelatihan dan 37 lansia berpartisipasi dalam kegiatan Posyandu Lansia. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan kader, ditandai dengan meningkatnya proporsi kader berpengetahuan baik dari 51,85% menjadi 96,30% setelah pelatihan. Edukasi kepada lansia juga meningkatkan pemahaman mengenai hipertensi, pengaturan makanan, lingkungan yang aman, dan teknik akupresur mandiri. Program memperoleh dukungan dari pemerintah desa dan puskesmas sehingga memperkuat keberlanjutan kegiatan Posyandu Lansia sebagai upaya pengendalian hipertensi berbasis masyarakat.

Keywords:

Elderly;
Hypertension;
Posyandu cadres;
Empowerment;

ABSTRACT

Hypertension is one of the major health problems affecting older adults in Kutampi Village, Nusa Penida District, while participation in community-based elderly health posts remains low. This community service program aimed to strengthen the capacity of elderly health post cadres, improve older adults' knowledge regarding hypertension prevention and management, and enhance elderly health services through community empowerment. The program was conducted from June to November 2025 and involved health post cadres, older adults, and their families. Activities included stakeholder coordination, cadre training, health education using educational booklets, blood pressure screening, nutrition education, education on creating a safe environment for older adults, self-acupressure demonstrations, and program evaluation using pre-test and post-test assessments. A total of 27 cadres participated in the training, while 37 older adults attended the community health post activities. The program resulted in a substantial improvement in cadre knowledge, with the proportion of cadres demonstrating good knowledge increasing from 51.85% before the intervention to 96.30% afterward. Educational sessions also improved older adults' understanding of hypertension, healthy dietary practices, safe home environments, and self-



acupressure techniques. Strong support from the village government and the local public health center contributed to strengthening the sustainability of community-based hypertension management through the Elderly Health Post program.

©2026 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>)

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama di Indonesia dan menempati urutan ketiga sebagai penyebab kematian setelah stroke dan tuberkulosis, dengan proporsi sekitar 6,9% dari seluruh penyebab kematian pada semua kelompok umur (Iswahyuni, 2017)(Rustam et al., 2022). Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Bali tahun 2018, hipertensi juga tercatat sebagai penyakit peringkat ketiga dari sepuluh besar penyakit terbanyak di provinsi tersebut. Di antara kabupaten di Bali, Kabupaten Klungkung menempati posisi ketiga dengan prevalensi kasus hipertensi mencapai 65,8% (Dinkes Provinsi Bali, 2018). Bahkan, di tingkat kabupaten, hipertensi menjadi penyakit dengan kasus terbanyak yakni sebanyak 16.584 kasus (Dinas Kesehatan Kabupaten Klungkung, 2024). Kondisi ini menjadi perhatian serius karena hipertensi yang tidak tertangani dengan baik dapat menimbulkan komplikasi berat seperti stroke, gagal jantung, infark miokard, hingga koma, terutama pada kelompok lanjut usia (Aryatika et al., 2021).

Menurut *Profil Kesehatan Provinsi Bali* tahun 2022, estimasi penderita hipertensi usia ≥ 15 tahun menunjukkan proporsi perempuan (50,38%) sedikit lebih tinggi dibandingkan laki-laki (49,62%), berdasarkan hasil *Riskesdas* 2018 (Kemenkes RI, 2018). Sementara itu, di Kabupaten Klungkung, hipertensi menempati urutan kedua dari sepuluh penyakit terbanyak dengan 8.651 kasus (Dinas Kesehatan Kabupaten Klungkung, 2024). Meskipun demikian, angka cakupan pelayanan hipertensi di kabupaten ini telah mencapai 100%, yang menunjukkan bahwa seluruh penderita telah memperoleh pelayanan kesehatan.

Desa Kutampi merupakan salah satu wilayah administratif di Kecamatan Nusa Penida yang terdiri atas tiga desa adat, sebelas banjar adat, dan enam dusun: Bayuh, Gelagah, Jurangaya, Jurangpahit, Ponjok, dan Pulagan. Desa ini memiliki jumlah penduduk sebanyak 3.635 jiwa atau 1.848 kepala keluarga, dengan tingkat pendidikan mayoritas lulusan SMA/ sederajat (Desa Kutampi, 2018) .

Data hasil survei mahasiswa pada kegiatan KKN IPE tahun 2024 menunjukkan bahwa dari 200 keluarga yang diwawancarai di Desa Kutampi, sebanyak 14,5% memiliki anggota keluarga penderita hipertensi. Beberapa perilaku berisiko yang ditemukan meliputi kebiasaan merokok (43%), merokok di dalam rumah (42,5%), konsumsi minuman beralkohol (9,5%), jarang mengonsumsi sayur (7%), konsumsi tinggi lemak (16%), konsumsi tinggi gula (11%), serta obesitas (14%). Pada kelompok lanjut usia, dari 112 responden lansia, hampir separuhnya (45,5%) mengalami hipertensi, namun hanya 6,3% yang rutin datang ke Posyandu Lansia. Kegiatan yang tersedia di posyandu antara lain senam, penyuluhan, dan pemeriksaan kesehatan. Meskipun demikian, hanya 21,4% lansia yang menilai kegiatan posyandu menyenangkan, sementara sebagian besar lainnya merasa kurang puas.

Melihat kondisi tersebut, fokus utama kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diarahkan pada upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi pada kelompok lanjut usia. Pengabdian berupaya meningkatkan kualitas hidup masyarakat, khususnya lansia, melalui edukasi dan penyuluhan kesehatan yang melibatkan keluarga, kader, serta tenaga kesehatan di Puskesmas sebagai mitra utama. Pendekatan juga dilakukan melalui kolaborasi dengan tokoh masyarakat, perangkat desa, dan kader

kesehatan agar upaya pencegahan hipertensi dapat dilaksanakan secara partisipatif dan berkelanjutan. Diharapkan dengan meningkatnya pengetahuan masyarakat mengenai faktor risiko dan penatalaksanaan hipertensi, masyarakat Desa Kutampi dapat lebih aktif dalam melakukan deteksi dini serta pencegahan komplikasi akibat hipertensi.

METODE

Metode pelaksanaan pengabdian ini menggunakan pendekatan pemberdayaan kader Posyandu melalui penguatan fungsi dan kegiatan Posyandu Lansia. Fokus kegiatan diarahkan agar Posyandu menjadi tempat yang menyenangkan, interaktif, dan bermanfaat bagi para lansia. Bentuk kegiatan utama meliputi:

1. Penguatan fungsi Posyandu Lansia;
2. Pengenalan teknik relaksasi melalui akupresur mandiri;
3. Edukasi kepada keluarga mengenai pengenalan dan pencegahan perilaku berisiko hipertensi.

Untuk menilai efektivitas kegiatan, dilakukan pengukuran hasil melalui pre-test dan post-test terhadap kelompok sasaran guna mengetahui perubahan pengetahuan dan sikap peserta terhadap hipertensi serta pencegahannya.

Sasaran program *Pengabdian kepada Masyarakat Program Pengembangan Desa Mitra (PkM-PPDM)* ini meliputi kader Posyandu Lansia, kelompok lansia, serta keluarga atau anggota masyarakat yang memiliki anggota keluarga lansia penderita hipertensi di wilayah Desa Kutampi, Kecamatan Nusa Penida, Kabupaten Klungkung. Prosedur pelaksanaan pengabdian disusun secara sistematis melalui beberapa tahapan berikut:

1. Penyusunan panduan Posyandu Lansia yang disesuaikan dengan kondisi lokal, mencakup kegiatan pemeriksaan kesehatan, senam lansia, pengenalan akupresur mandiri, dan edukasi diet hipertensi.
2. Pembuatan booklet edukasi berjudul *Mengenal dan Mencegah Hipertensi pada Lansia* sebagai media penyuluhan.
3. Penjajagan lokasi pelaksanaan kegiatan di Desa Kutampi.
4. Perizinan kegiatan di tingkat Kabupaten Klungkung dan Desa Kutampi.
5. Advokasi dan koordinasi dengan Kepala Desa Kutampi untuk pemberdayaan kader dan keluarga dalam pencegahan hipertensi melalui media booklet.
6. Koordinasi pelaksanaan bersama penanggung jawab program lansia di Puskesmas setempat untuk sinkronisasi jadwal kegiatan.
7. Pelaksanaan pre-test dilakukan pada hari yang sama dengan kegiatan edukasi.
8. Implementasi kegiatan pengabdian, dilaksanakan terpusat bagi kader dan di masing-masing Posyandu bagi keluarga.
 - a. Tahap pembukaan: menyiapkan peserta dan membangun suasana kegiatan.
 - b. Tahap inti: penyampaian materi, diskusi, dan klarifikasi hal-hal yang belum dipahami.
 - c. Tahap penutup: sesi tanya jawab, penguatan materi, dan penutupan kegiatan.
9. Pelaksanaan post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan dan sikap peserta setelah kegiatan edukasi.

Rencana Pelaksanaan Kegiatan

1. Tahap Perencanaan

Tahap ini meliputi identifikasi kebutuhan dan potensi masyarakat, analisis permasalahan, serta perumusan kegiatan dan strategi pelaksanaan. Tim pengabdi

menyusun *buku saku edukasi* mengenai pencegahan hipertensi pada lansia. Konten disusun oleh pengabdian, sementara desain dan penyuntingan dilakukan secara profesional agar media lebih menarik dan mudah dipahami.

2. Tahap Pelaksanaan

Tahap ini melibatkan kolaborasi antara tim pengabdian, masyarakat sasaran, dan pemerintah Desa Kutampi. Kegiatan utama meliputi:

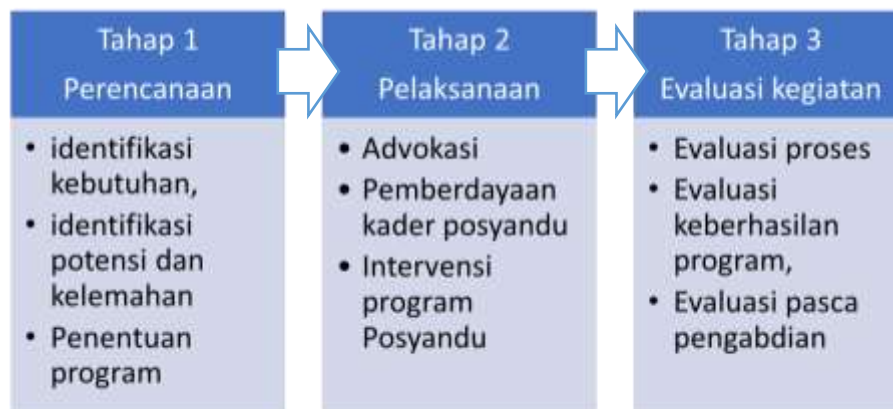
- Advokasi dan koordinasi dengan Kepala Desa Kutampi terkait pelaksanaan program edukasi;
- Pemberdayaan kader Posyandu melalui pelatihan dan pendampingan;
- Implementasi intervensi Posyandu Lansia

3. Tahap Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dilakukan melalui dokumentasi kegiatan berupa foto dan video, serta melibatkan reviewer internal dari Poltekkes Kemenkes Denpasar untuk memastikan mutu pelaksanaan. Evaluasi dilakukan melalui kuesioner *pre-test* dan *post-test* guna mengukur perubahan pengetahuan dan sikap lansia terhadap pencegahan hipertensi menggunakan media booklet.

Evaluasi dilakukan secara komprehensif yang meliputi:

- Evaluasi proses, mencakup seluruh tahapan kegiatan yang dilaksanakan;
- Evaluasi hasil, dengan membandingkan nilai *pre-test* dan *post-test*;
- Evaluasi pasca-kegiatan, untuk menilai keberlanjutan program melalui aktivitas kader dan tingkat partisipasi masyarakat dalam Posyandu Lansia.



Gambar 1 Bagan Alir kegiatan PKM

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian masyarakat ini telah dilaksanakan dengan beberapa rangkaian kegiatan yaitu:

1. Pengkondisian Kegiatan

Pengurusan perijinan kegiatan pengabmas dilaksanakan pada tanggal 26 Agustus 2025 di Kantor Mal Pelayanan Publik (MPP) Kabupaten Klungkung. Rekomendasi Ijin pelaksanaan kegiatan pengabmas dari Dinas Penanaman Modal Terpadu Satu Pintu Kabupaten Klungkung terbit pada tanggal 27 Agustus 2025 dengan No Surat Keputusan no. 500.16.7.4/117/RP/DPMPTSP/2025. Selanjutnya dilakukan peninjauan kegiatan setelah terbitnya ijin pelaksanaan kegiatan Pengabmas ke Pihak Puskesmas Nusa Penida I dan ke Kantor Kepala Desa Kutampi. Pada prinsipnya pihak desa dan Puskesmas Menyambut baik kegiatan yang akan dilaksanakan,

2. Koordinasi Pelaksanaan

Koordinasi rencana pelaksanaan kegiatan dilaksanakan pada tanggal 27 Agustus 2025 dan tanggal 10 September 2025. Pada kegiatan ini dilaksanakan pertemuan dengan perangkat desa, ketua kelompok lansia serta pihak-pihak yang terkait. Dari pertemuan ini diperoleh dukungan secara administratif, tempat dan peralatan pelaksanaan kegiatan dan juga komitmen untuk kelancaran pelaksanaan kegiatan.

3. Temu Kader untuk Peningkatan Kapasitas

Kegiatan Temu kader untuk peningkatan kapasitas dalam upaya pencegahan dan pengelolaan Hipertensi dilaksanakan di ruang rapat kantor Desa Kutampi 12 September 2025. Kegiatan ini dihadiri oleh 27 orang kader se desa Kutampi, PLKB Desa Kutampi, Bidan Desa. Kegiatan ini juga dihadiri dan mendapat dukungan dari perbekel Desa Kutampi. Materi yang disampaikan dalam temu kader ini antara lain: Pengantar kegiatan Posyandu, Posyandu Lansia sebagai bagian kegiatan dalam Pengelolaan Posyandu Siklus Hidup ILP, Upaya Pencegahan dan Pengelolaan Penyakit Tidak Menular pada Lansia.

Tabel 1. Sebaran Kader berdasarkan asal Posyandu di Desa Kutampi

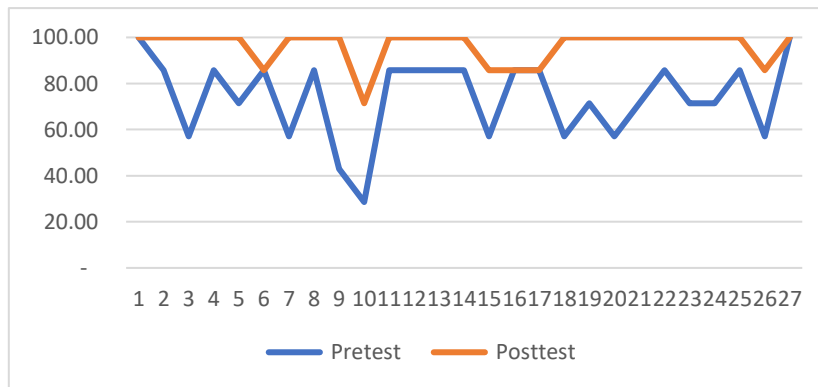
Posyandu	Kader yang Hadir	
	n	%
Br. Bayuh	5	18.52
Br. Ponjok	4	14.81
Br. Jurangaya	5	18.52
Br. Gelagah	4	14.81
Br. Jurangpahit	5	18.52
Pulagan	4	14.81
Total	27	100.00

Berdasarkan Tabel 1, seluruh Posyandu di Desa Kutampi berpartisipasi dalam kegiatan penguatan kapasitas kader dengan mengirimkan perwakilan kader. Jumlah kader yang hadir relatif merata, yaitu sebanyak empat hingga lima orang dari masing-masing Posyandu. Variasi jumlah kehadiran tersebut tidak memengaruhi keterwakilan setiap Posyandu dalam pelaksanaan kegiatan.

Tabel 2. Sebaran Pengetahuan Kader di Desa Kutampi

	Kategori Pengetahuan							
	Baik		Cukup		Kurang		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Pretest	14	51.85	5	18.52	8	29.63	27	100
Posttest	26	96.30	1	3.70	-	-	27	100

Berdasarkan Tabel 2, terjadi peningkatan pengetahuan kader setelah mengikuti kegiatan edukasi. Proporsi kader dengan kategori pengetahuan baik meningkat dari 51,85% pada saat *pre-test* menjadi 96,30% pada *post-test*. Sebaliknya, proporsi kader dengan pengetahuan cukup menurun dari 18,52% menjadi 3,70%, sedangkan kader dengan pengetahuan kurang yang semula sebesar 29,63% tidak lagi ditemukan setelah pelaksanaan edukasi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa intervensi edukasi yang diberikan efektif dalam meningkatkan pengetahuan kader mengenai pengelolaan hipertensi pada lansia. Perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test* disajikan lebih rinci pada Gambar 2.



Gambar 2 Grafik Peningkatan Pengetahuan hasil pelatihan

4. Posyandu lansia 13 September 2025

Kegiatan Posyandu Lansia dilaksanakan pada hari Sabtu, 13 September 2025 bertempat di Balai Banjar Pulagan, Desa Kutampi, Kec Nusa Penida. Kegiatan ini dihadiri oleh sekitar 37 orang lansia. Pengabdian kepada Masyarakat Pembinaan Wilayah Berkelanjutan (PkM PWB) Dosen Poltekkes Kemenkes Denpasar dilaksanakan dalam konsep *Interprofesional Collaboration* (IPC) dan *Interprofesional Education* (IPE) yang melibatkan Dosen dan Mahasiswa dari Jurusan Gizi, Kebidanan, dan Kesehatan Lingkungan (WHO, 2010).

Pembukaan kegiatan ini dihadiri oleh Perbekel Desa Kutampi, Kepala Puskesmas Nusa Penida I, PLKB Desa Kutampi, Penanggung jawab Program Lansia Puskesmas Nusa Penida I, Bidan Desa, dan Kepala Dusun di Lingkungan Desa Kutampi.

Kegiatan selanjutnya adalah penyerahan alat dan bahan kontak untuk pengelola Posyandu dari pengabdi. Tujuannya adalah untuk dapat dimanfaatkan mendukung kegiatan Posyandu lansia sehingga kegiatan diharapkan dapat terlaksana secara berkelanjutan. Setelah kegiatan pembukaan acara dilanjutkan dengan pelayanan bagi Lansia, meliputi: a) Pemeriksaan Tekanan Darah, Gula darah, Kolesterol dan Asam Urat b) Edukasi lingkungan yang aman bagi Lansia, c) Edukasi gizi bagi lansia, d) Edukasi akupresur mandiri dan disertai dengan demonstrasi dan e) Layanan akupresur oleh tim pengabdi dan mahasiswa.

Perilaku makan lansia di desa Kutampi sebagaimana hasil wawancara seperti pada tabel berikut :

Tabel 3. Perilaku Makan Lansia di Desa Kutampi

NO	Pernyataan	Ya		Tidak	
		n	%	n	%
1	Lansia mengkonsumsi sayuran ≥ 3 kali dalam seminggu	22	59.46	15	40.54
2	Lansia mengkonsumsi buah-buahan ≥ 3 kali dalam seminggu	10	27.03	27	72.97
3	Lansia mengkonsumsi makanan yang diasinkan (ikan asin, udang kering) < 3 kali dalam seminggu	29	78.38	8	21.62
4	Lansia mengkonsumsi minuman yang berkafein < 3 kali dalam seminggu	25	67.57	12	32.43
5	Lansia mengkonsumsi makanan di luar rumah (cepat saji) < 3 kali dalam seminggu	27	72.97	10	27.03
6	Lansia mengkonsumsi gorengan < 3 kali dalam seminggu	30	81.08	7	18.92
7	Lansia mengkonsumsi daging < 3 kali dalam seminggu	28	75.68	9	24.32
8	Lansia mengkonsumsi makanan berlemak tinggi (misalnya: bersantan, jeroan) < 3 kali dalam seminggu.	32	86.49	5	13.51

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa dari segi perilaku makan lansia masih cukup banyak yang berisiko, diantaranya kurangnya konsumsi sayur dan buah sesuai anjuran, masih mengonsumsi makanan diasinkan, minuman berkafein, gorengan dan makanan berlemak tinggi.

Edukasi bagi lansia yang sudah dilaksanakan, secara umum memberikan hasil sebagai berikut:

Tabel 4. Perbandingan pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi bagi lansia di Desa Kutampi, Kecamatan Nusa Penida

Sebelum edukasi	Setelah edukasi
Pengetahuan lansia mengenai hipertensi masih rendah	Ada peningkatan pengetahuan lansia di desa kutampi tentang hipertensi
Pemahaman tentang risiko lingkungan bagi lansia hipertensi	Lansia mengetahui risiko lingkungan yang membahayakan lansia hipertensi (lantai kamar mandi licin, ruangan kurang pencahayaan, tangga yang tidak terlihat, dll)
Pengetahuan tentang pengaturan makanan	Lansia mengetahui tentang makanan yang sebaiknya dikonsumsi untuk mencegah dan mengendalikan hipertensi
Pengetahuan tentang akupresur mandiri	Lansia mengetahui manfaat akupresur pada pasien hipertensi dan dapat mencoba melakukan secara mandiri



Gambar 3 Pembukaan Penguatan kader Posyandu untuk Pemberdayaan Program Kesehatan Desa



Gambar 4 Penyampaian Materi oleh Pengabdian



Gambar 5 Pemeriksaan Kesehatan Kader Posyandu



Gambar 6 Kegiatan Pembukaan Posyandu Lansia



Gambar 7 Penyampaian Edukasi bagi Lansia



Gambar 8 Wawancara Lansia

Pembahasan

Jumlah lansia yang mengalami hipertensi di Desa Kutampi cukup tinggi, hal ini tidak terlepas dari adanya faktor risiko pada kelompok tersebut. Risiko prehipertensi maupun hipertensi pada mereka yang berusia 55 tahun keatas adalah 4,11 kali lebih tinggi dibandingkan mereka yang berusia 23 hingga 44 tahun (WHO, 2025; Ansar et al., 2019; Loniza et al., 2022).

Salah satu faktor resiko hipertensi yang dapat dirubah (*modifiabel*) adalah inaktivitas fisik seperti kurang olahraga (Agustina et al., 2020) selain pengetahuan, pola makan dan gaya hidup (Namen et al., 2019). Secara umum, kebanyakan orang tidak menyadari keberadaan hipertensi karena tidak menunjukkan gejala yang spesifik (Akbarpour et al., 2019). Oleh karena itu, pengukuran rutin tekanan darah sistolik dan diastolik secara berkala dapat menjadi langkah deteksi dini terhadap potensi bahaya yang ditimbulkan oleh hipertensi (Yani & Patricia, 2022).

Hipertensi pada dasarnya dapat diatasi melalui gaya hidup sehat. Karena itu edukasi yang tepat perlu dilakukan. Sehingga seseorang dapat mencegah penyakit ini dengan mengelola pola makan, istirahat, dan aktivitas secara optimal, serta menghindari kebiasaan yang merugikan kesehatan seperti merokok, kurang tidur, dan mengonsumsi makanan yang dapat memicu hipertensi (Herlina Eka Hapsari, 2023; Adam, 2019). Pola hidup sehat dapat menurunkan darah tinggi (Imelda et al., 2019).

Hipertensi merupakan penyakit yang dapat berakibat fatal tanpa memberikan gejala awal sebagai peringatan, sehingga sering kali disebut sebagai "*Silent Killer*" (Akbar et al., 2020). Oleh karena itu, sangat penting bagi para lansia untuk menjalani pemeriksaan tekanan darah secara teratur dan mengikuti program edukasi untuk meningkatkan pemahaman mereka tentang gejala hipertensi yang mungkin tidak disadari (Asda & Syarifah, 2023; Sidarta et al., 2024).

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan peningkatan kapasitas kader yang direncanakan berjalan dengan baik dan dihadiri oleh 27 kader dari masing-masing banjar di Desa Kutampi. Terdapat peningkatan pengetahuan kader tentang Kesehatan, penguatan posyandu lansia dan pencegahan penyakit tidak menular. Kegiatan posyandu lansia juga berjalan dengan baik dan mendapat respon positif dari para lansia maupun perangkat Desa. Kegiatan yang dilakukan sesuai rencana yaitu edukasi dengan berbagai materi: pengenalan hipertensi, lingkungan yang aman, Kesehatan gigi pada lansia, makanan yang baik untuk lansia dan akupresur mandiri serta layanan berupa pemeriksaan tekanan darah

dan akupresur oleh tim pengabdian.

Berdasarkan simpulan kegiatan pengabdian ini dapat disarankan agar tetap melakukan pendampingan dari Puskesmas, institusi Pendidikan maupun dari pihak Pemerintahan desa sehingga kegiatan Posyandu lansia mendapat dukungan dan terjaga keberlanjutannya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Kepala Desa Kutampi beserta perangkat Desa Kutampi, Kepala Puskesmas I Nusa Penida beserta Bidan Desa Kutampi atas dukungan dan Kerjasama dalam kegiatan Pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, L. (2019). *Determinan hipertensi pada lanjut usia*. 1(2), 82–89.
- Agustina, S., Sari, S. M., Savita, R., Studi, P., Keperawatan, I., Hang, S., & Pekanbaru, T. (2020). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Hipertensi Pada Lansia di Atas Umur 65 Tahun Factors Related with Hypertension on The Elderly over 65 Years*. 2(01).
- Akbar, F., Nur, H., & Humaerah, U. I. (2020). Karakteristik Hipertensi Pada Lanjut Usia Di Desa Buku (Characteristics of Hypertension In The Elderly). *Jurnal Wawasan Kesehatan*, 5(2), 35–42.
- Akbarpour, S., Khalili, D., Zeraati, H., & Mansournia, M. A. (2019). Relationship between lifestyle pattern and blood pressure - Iranian national survey. *Scientific Reports*, 1–8. <https://doi.org/10.1038/s41598-019-51309-3>
- Ansar, J., Dwinata, I., & M, A. (2019). Determinan Kejadian Hipertensi Pada Pengunjung Posbindu Di Wilayah Kerja Puskesmas Ballaparang Kota Makassar. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK)*, 1(3), 28–35.
- Aryatika, K., Antika, R. B., & Cahyaningrat, D. B. C. (2021). *Efektivitas Metode Edukasi Tricky Card Game Dalam Meningkatkan Pengetahuan Lansia Terhadap Pencegahan Hipertensi Di Sekolah Eyang-Eyang Kabupaten Jember*. 17(1), 33–38. <https://doi.org/10.19184/ikesma.v17i1.22425>
- Asda, P., & Syarifah, N. Y. (2023). *Penyuluhan kesehatan tentang hipertensi dan pemeriksaan tekanan darah pada lansia*. 1(10), 1218–1223.
- Desa Kutampi. (2018). *Profil Wilayah Desa Kutampi*. 2018. <https://kutampi.desa.id/artikel/2018/8/7/profil-wilayah-desa>
- Dinas Kesehatan Kabupaten Klungkung. (2024). *Profil kesehatan kabupaten klungkung tahun 2024*.
- Dinkes Provinsi Bali. (2018). *Profil Kesehatan Provinsi Bali 2018*. In *Profil Kesehatan Provinsi Bali*. <https://www.diskes.baliprov.go.id/profil-kesehatan-provinsi-bali/>
- Herlina Eka Hapsari, S. (2023). Gambaran Tingkat Stres Pada Lansia Yang Menderita Hipertensi Di Desa Luwang Wilayah Kerja Puskesmas Gatak. *MANUJU: Malahayati Nursing Journal*, 5(11), 3835–3847. <https://doi.org/https://doi.org/10.33024/mnj.v5i11.10049>
- Imelda, Sjaaf, F., & PAF, P. (2019). *Faktor- Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Air Dingin Lubuk Minturun*. November, 68–77.
- Iswahyuni, S. (2017). Hubungan Antara Aktifitas Fisik Dan Hipertensi Pada Lansia. *PROFESI*, 14(2), 1–4.
- Kemendes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*, Loniza, E., Chairunnisa, K., & Ardiyanto, Y. (2022). *Poltekita : Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 3, 698–706. <https://doi.org/10.33860/pjpm.v3i4.1128>
- Namen, M. Van, Prendergast, L., & Peiris, C. (2019). Supervised lifestyle intervention for people with metabolic syndrome improves outcomes and reduces individual risk factors of metabolic syndrome: A systematic review and meta-analysis. *Metabolism*, 101, 153988. <https://doi.org/10.1016/j.metabol.2019.153988>

- Rustam, M. Z. A., Susanti, A., Amalia, N., & Maya Ayu Riestyowati. (2022). *Profil Kesehatan Dasar Lansia Melalui Pemeriksaan Tekanan Darah Dalam Rangka Peringatan Hari Lanjut Usia Nasional DI BKKKS JATIM*. 01(01), 44–50.
- Sidarta, E., Wijaya, B. A., Setiawan, F. V., & Destra, E. (2024). *Kegiatan Pengukuran Tekanan Darah dan Penyakit Darah Tinggi pada Populasi Usia Produktif Activities for Measuring Blood Pressure and High Blood Disease in the Productive Age Population*. 6(2), 70–75.
- WHO. (2010). *Framework for Action on Interprofessional Education & Collaborative Practice Health Professions Networks Nursing & Midwifery Human Resources for Health*. http://www.who.int/hrh/nursing_midwifery/en/
- WHO. (2025). *Noncommunicable diseases*.
- Yani, A., & Patricia, V. (2022). Studi Literatur: Potensi Tanaman Belimbing Wuluh Dalam Menurunkan Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 8(1), 17–25. <https://doi.org/10.33490/jkm.v8i1.481>