

## Gerakan lansia sadari hipertensi dengan manajemen diri gesit mandiri di kelurahan Srengseng Sawah, kecamatan Jagakarsa, kota Jakarta Selatan = Gesit mandiri a self management of older with hypertension in Srengseng Sawah, Jagakarsa, South Jakarta

Sukmah Fitriani, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20435220&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Penyakit hipertensi merupakan silent killer sebagian yang meningkat pada usia 60 tahun ke atas. Peningkatan prevalensi hipertensi memerlukan perawatan jangka panjang berupa manajemen diri yang mengacu pada kemampuan lansia untuk mempertahankan perilaku positif secara efektif dan mandiri. Intervensi keperawatan Gerakan Lansia Sadari Hipertensi dengan Manajemen Diri (GESIT MANDIRI) diberikan pada 57 lansia dengan hipertensi. Intervensi meliputi pendidikan kesehatan, aktifitas fisik, diet, interaksi dengan tenaga kesehatan, monitoring tekanan darah dan kepatuhan terhadap regimen pengobatan. Hasil pre dan post menunjukkan terjadinya peningkatan rata-rata nilai pengetahuan 3.84, sikap 7.78, keterampilan 9.86 (terjadinya peningkatan 2SD), manajemen diri terjadinya peningkatan 5.54 dan terjadinya penurunan tekanan darah sistolik 13 mmHg dan diastolik 8,6 mmHg. Manajemen diri disarankan untuk dilakukan karena memberikan dampak pada peningkatan kesadaran status kesehatan dalam menjalani gaya hidup sehat.

.....

Hypertension as a silent killer has increased on incidence at 60 years old. Hypertension requires a long term treatment by having self management. It refers to the older ability to maintain daily positive behavior effectively and independently. GESIT MANDIRI a provided to 57 olders with hypertension. As a nursing intervention includes health education, physical activity, diet, interactions with health professionals, blood pressure monitoring and adherence to treatment regimen. The results showed that there was an increased of knowledge, attitude and skill. Scores before and after intervention 3,84; 7,78 and 9,86. Self managements score also increased 5,54. Systolics and diastolics pressures mean decreased 13 mmHg;8,6 mmHg. Therefore, self management is suggested to be done because its impact to awareness of applying healthy life style.