

PROGRAM SAPA LANSIA SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN KESEHATAN DAN KUALITAS HIDUP LANSIA DI KELURAHAN PURBAYAN TAHUN 2026

Antonius Yogi Pratama^{1*}, Doan Alun Nadias¹, Fince Jernita Daeli¹, Fiska Aisyatul M.¹, Meidina Nafasa S.¹, Novely Pinasthika Ayu H.¹, Ratnacika Anggela¹, Sindi Nila K.¹, Tanniya Selvi A.¹

¹Stikes Bethesda Yakkum Yogyakarta
email: yogi@stikesbethesda.ac.id

Sitasi : Pratama, Antonius Yogi, dkk. (2026). Program sapa lansia sebagai upaya peningkatan kesehatan dan kualitas hiduplansia di Kelurahan Purbayan tahun 2026. *Arreta: Community Health Service Journal*. Vol 2 (2).

Arreta: Community Health Service Journal
e-ISSN: 3110-8202

Informasi artikel
Diterima : 30 Juni 2026
Revisi : 20 Agustus 2026
Diterbitkan : 27 Agustus 2026

Korespondensi
Nama penulis: Antonius Yogi Pratama
Afiliasi: STIKES Bethesda YAKKUM Yogyakarta
Email: yogi@stikesbethesda.ac.id



Abstrak

Lanjut usia merupakan kelompok rentan yang mengalami berbagai perubahan fisik, psikologis, dan sosial sehingga memerlukan upaya pemeliharaan kesehatan secara berkelanjutan. Program SAPA Lansia dilaksanakan sebagai salah satu bentuk pendampingan keperawatan keluarga-gerontik dalam upaya meningkatkan kesehatan dan kualitas hidup lansia di Kelurahan Purbayan Tahun 2026. Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui gambaran status kesehatan lansia setelah pelaksanaan program. Metode yang digunakan berupa pengkajian dan skrining kesehatan terhadap delapan orang lansia melalui pemeriksaan karakteristik demografi, riwayat penyakit, kadar gula darah sewaktu, asam urat, kolesterol, aktivitas sehari-hari (ADL), kekuatan otot, fungsi kognitif menggunakan Short Portable Mental Status Questionnaire (SPMSQ), tingkat depresi menggunakan Inventori Depresi Beck (IDB), serta risiko jatuh menggunakan Time Up and Go Test (TUGT). Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar lansia berjenis kelamin perempuan (75%) dan termasuk kategori lansia paripurna (>80 tahun) sebesar 50%. Hipertensi merupakan penyakit yang paling banyak ditemukan (50%), sedangkan hasil pemeriksaan menunjukkan sebagian besar lansia memiliki kadar asam urat tinggi (75%). Setelah pelaksanaan Program SAPA Lansia, terjadi perbaikan pada fungsi kognitif, penurunan tingkat depresi, serta peningkatan kekuatan otot pada beberapa lansia. Program SAPA Lansia diharapkan dapat menjadi upaya berkelanjutan dalam meningkatkan status kesehatan dan kualitas hidup lansia di masyarakat.

Kata kunci: Program SAPA Lansia, lansia, kesehatan lansia, kualitas hidup, keperawatan keluarga-gerontik.

Abstract

The elderly are a vulnerable group experiencing various physical, psychological, and social changes, requiring ongoing health care efforts. The SAPA Lansia program was implemented as a form of family-gerontic nursing assistance to improve the health and quality of life of the elderly in Purbayan Village in 2026. This activity aimed to determine the health status of the elderly after the program's implementation. The method used was a health assessment and screening of eight elderly individuals through examination of demographic characteristics, medical history, random blood sugar levels, uric acid levels, cholesterol, activities of daily living (ADL), muscle strength, cognitive function using the Short Portable Mental Status Questionnaire (SPMSQ), depression levels using the Beck Depression Inventory (IDB), and fall risk using the Time Up and Go Test (TUGT). The results showed that the majority of the elderly were female (75%) and 50% were classified as elderly (>80 years old). Hypertension was the most common disease (50%), while the examination results showed that the majority of the elderly had high uric acid levels (75%). Following the implementation of the SAPA Lansia Program, improvements in cognitive function, decreased depression levels, and increased muscle strength were observed in some elderly individuals. The SAPA Lansia Program is expected to become a sustainable effort to improve the health status and quality of life of elderly individuals in the community.

Keywords: SAPA Lansia Program, elderly, elderly health, quality of life, family-gerontic nursing.

Pendahuluan

Peningkatan angka harapan hidup menyebabkan jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia terus meningkat. Kondisi ini berdampak pada meningkatnya berbagai masalah kesehatan yang berkaitan dengan proses penuaan, seperti penyakit degeneratif, penurunan fungsi fisik, gangguan kognitif, depresi, dan ketergantungan dalam aktivitas sehari-hari. Lansia memerlukan perhatian khusus agar tetap mampu mempertahankan kualitas hidup dan kemandiriannya.

Kelurahan Purbayan merupakan salah satu wilayah yang menjadi lokasi praktik keperawatan keluarga-gerontik mahasiswa Program Studi Diploma III Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta. Hasil pengkajian terhadap delapan lansia menunjukkan bahwa sebagian besar lansia berjenis kelamin perempuan (75%) dan termasuk kategori lansia paripurna usia di atas 80 tahun (50%). Permasalahan kesehatan yang ditemukan meliputi hipertensi sebanyak empat orang (50%), stroke dua orang (25%), diabetes melitus satu orang (12,5%), serta sindrom geriatri tanpa diagnosis medis sebanyak tiga orang (37,5%). Selain itu, hasil pemeriksaan kesehatan menunjukkan sebagian besar lansia mengalami peningkatan kadar asam urat (75%) dan sebagian memiliki kadar kolesterol tinggi. Pada aspek fungsional ditemukan beberapa lansia masih mengalami ketergantungan dalam aktivitas sehari-hari. Gangguan kognitif, depresi, serta risiko jatuh juga ditemukan pada sebagian besar lansia.

Berdasarkan permasalahan tersebut, dilaksanakan Program SAPA Lansia sebagai bentuk pengabdian dan pemberdayaan masyarakat yang bertujuan meningkatkan status kesehatan, kemampuan fungsional, dan kualitas hidup lansia melalui pendekatan keluarga dan komunitas.

Metode

Program SAPA Lansia dilaksanakan di Kelurahan Purbayan Kota Yogyakarta oleh mahasiswa Program Studi Diploma III Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta bekerja sama dengan Dinas Sosial Kota Yogyakarta.

Metode pelaksanaan kegiatan meliputi:

1. Skrining kesehatan awal
 - a. Pemeriksaan kondisi fisik.
 - b. Pemeriksaan kadar gula darah sewaktu, asam urat, dan kolesterol.
 - c. Pengkajian ADL.
 - d. Pengkajian kekuatan otot.
 - e. Pengkajian kognitif menggunakan SPSMQ.
 - f. Pengkajian depresi menggunakan IDB.
 - g. Pengkajian risiko jatuh menggunakan TUGT.
2. Edukasi kesehatan
 - a. Penyakit degeneratif pada lansia.
 - b. Pencegahan komplikasi hipertensi dan diabetes.
 - c. Aktivitas fisik dan latihan rentang gerak.
 - d. Pencegahan risiko jatuh.
3. Pendampingan keluarga
 - a. Edukasi caregiver.
 - b. Monitoring kondisi lansia.
 - c. Dukungan psikososial.
4. Evaluasi
 - a. Dilakukan skrining ulang untuk melihat perubahan kondisi kesehatan lansia setelah intervensi.

Hasil

Program SAPA Lansia dilaksanakan pada 8 lansia di Kelurahan Purbayan Kota Yogyakarta. Kegiatan meliputi skrining kesehatan, pemeriksaan kesehatan dasar, edukasi kesehatan, pendampingan keluarga, dan evaluasi kesehatan lansia. Hasil kegiatan menunjukkan adanya berbagai permasalahan kesehatan fisik, psikologis, dan fungsional yang dialami lansia serta perubahan kondisi setelah dilakukan intervensi.

A. Karakteristik Lansia

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar peserta SAPA Lansia berjenis kelamin perempuan sebanyak 6 orang (75%), sedangkan laki-laki sebanyak 2 orang (25%). Berdasarkan kelompok usia, sebagian besar termasuk kategori lansia

paripurna (>80 tahun) sebanyak 4 orang (50%). Kondisi ini menunjukkan bahwa sasaran kegiatan didominasi oleh lansia dengan usia lanjut yang memiliki risiko lebih tinggi mengalami masalah kesehatan dan penurunan fungsi tubuh.

Tabel 1. Karakteristik Lansia Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	2	25
Perempuan	6	75
Usia		
60–69 tahun	3	37,5
70–79 tahun	1	12,5
>80 tahun	4	50

B. Gambaran Penyakit dan Kondisi Kesehatan Lansia

Hasil skrining menunjukkan hipertensi merupakan penyakit yang paling banyak ditemukan pada lansia yaitu sebanyak 4 orang (50%). Selain itu ditemukan stroke pada 2 orang (25%), diabetes melitus pada 1 orang (12,5%), serta sindrom geriatri tanpa diagnosis medis pada 3 orang (37,5%). Temuan ini menunjukkan bahwa penyakit degeneratif masih menjadi masalah utama pada kelompok lansia di Kelurahan Purbayan.

Tabel 2. Distribusi Penyakit Lansia

Penyakit	Frekuensi
Hipertensi	4
Stroke	2
Diabetes Militus	1
Sindrom Geriatri	3

C. Hasil Pemeriksaan Kesehatan

Pemeriksaan kesehatan menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki kadar asam urat tinggi sebanyak 6 orang (75%). Kadar kolesterol tinggi ditemukan pada 3 orang (37,5%), sedangkan pemeriksaan gula darah sewaktu sebagian besar berada pada rentang normal sebanyak 6 orang (75%). Hasil ini menunjukkan perlunya edukasi mengenai pola makan sehat dan aktivitas fisik untuk mencegah komplikasi penyakit degeneratif pada lansia.

Tabel 3. Hasil Pemeriksaan Kesehatan Lansia

Pemeriksaan	Tinggi	Normal
GDS	2	6
Asam Urat	6	2
Kolestrol	3	5

D. Perubahan Kemandirian Lansia (ADL)

Hasil skrining awal menunjukkan masih terdapat lansia dengan ketergantungan tinggi dalam aktivitas sehari-hari. Setelah dilakukan edukasi dan pendampingan keluarga, tidak ditemukan lagi lansia pada kategori ketergantungan total (kategori G). Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan kemampuan lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri.

Tabel 4. Perbandingan ADL Lansia Sebelum dan Sesudah Program

Kategori ADL	Awal	Akhir
A	3	3
E	1	1
F	1	4
G	2	0
Lain-lain	1	0

E. Perubahan Fungsi Kognitif

Hasil pengukuran menggunakan SPSMQ menunjukkan adanya perbaikan fungsi kognitif setelah pelaksanaan program. Pada skrining awal terdapat 2 lansia dengan kerusakan intelektual berat, sedangkan pada skrining akhir tidak ditemukan lagi

lansia dalam kategori tersebut. Temuan ini menunjukkan bahwa pendampingan dan stimulasi yang diberikan selama program mampu membantu mempertahankan fungsi kognitif lansia.

Tabel 5. Perbandingan Fungsi Kognitif Lansia

Kategori SPSMQ	Awal	Akhir
Fungsi intelektual utuh	2	2
Kerusakan ringan	2	3
Kerusakan sedang	2	3
Kerusakan berat	2	0

F. Perubahan Tingkat Depresi dan Risiko Jatuh

Hasil evaluasi menunjukkan adanya penurunan jumlah lansia yang mengalami depresi sedang dari 4 orang menjadi 3 orang. Selain itu jumlah lansia dengan risiko tinggi jatuh juga menurun dari 4 orang menjadi 3 orang setelah pelaksanaan Program SAPA Lansia. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan, pendampingan keluarga, dan latihan fisik yang diberikan mampu memberikan dampak positif terhadap kondisi psikologis dan keselamatan lansia.

Tabel 6. Perbandingan Depresi dan Risiko Jatuh

Kategori	Awal	Akhir
Tidak depresi	2	3
Depresi ringan	2	2
Depresi sedang	4	3
Depresi berat	0	0
Resiko tinggi jatuh	2	3

Pembahasan

Program SAPA Lansia yang dilaksanakan di Kelurahan Purbayan bertujuan untuk meningkatkan status kesehatan, kemandirian, dan kualitas hidup lansia melalui kegiatan skrining kesehatan, edukasi kesehatan, pendampingan keluarga, serta evaluasi kondisi lansia. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta merupakan perempuan (75%) dan berada pada kategori lansia paripurna atau berusia lebih dari 80 tahun (50%). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar sasaran kegiatan termasuk kelompok usia yang rentan mengalami penurunan fungsi fisik maupun psikologis akibat proses penuaan.

Hasil skrining kesehatan menunjukkan bahwa hipertensi merupakan penyakit yang paling banyak ditemukan pada lansia, yaitu sebanyak 50%. Selain itu ditemukan stroke, diabetes melitus, dan sindrom geriatri pada beberapa peserta. Temuan ini sejalan dengan teori gerontologi yang menyatakan bahwa penyakit degeneratif merupakan masalah kesehatan utama pada kelompok lanjut usia. Bertambahnya usia menyebabkan perubahan fisiologis pada sistem kardiovaskular, metabolisme, dan muskuloskeletal yang meningkatkan risiko terjadinya hipertensi, diabetes melitus, serta gangguan neurologis seperti stroke. Penelitian Patongloan dkk. (2021) menegaskan bahwa usia, jenis kelamin, riwayat keluarga, serta gaya hidup merupakan determinan utama terjadinya hipertensi pada kelompok lanjut usia, sejalan dengan hasil penelitian Amlan dkk. (2023) yang menunjukkan adanya hubungan antara gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada lansia. Hal ini diperkuat oleh studi kasus Putra dkk. (2022) yang menemukan bahwa hipertensi pada lansia sering disertai keterbatasan aktivitas akibat keluhan pusing dan kelemahan fisik, sehingga diperlukan asuhan keperawatan gerontik yang komprehensif. Sebagai salah satu intervensi non-farmakologis, Pratama dan Listyaningsih (2020) membuktikan bahwa latihan brain gym berpengaruh signifikan terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi, sehingga dapat menjadi alternatif edukasi yang relevan untuk dikembangkan dalam Program SAPA Lansia ke depannya.

Pemeriksaan kesehatan juga menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki kadar asam urat yang tinggi dan beberapa lansia mengalami peningkatan kadar kolesterol. Kondisi tersebut dapat disebabkan oleh pola makan yang kurang sehat, aktivitas fisik yang terbatas, serta perubahan metabolisme akibat proses penuaan. Oleh karena itu, edukasi kesehatan yang diberikan dalam Program SAPA Lansia berfokus pada pentingnya pengaturan pola makan, peningkatan aktivitas fisik,

serta pemeriksaan kesehatan secara berkala untuk mencegah komplikasi penyakit degeneratif. Hal ini sejalan dengan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Pratama (2025) melalui pemberdayaan kader dalam Program Pos Pembinaan Terpadu (POSBINDU) di Mergangsan Kidul, yang menunjukkan bahwa deteksi dini dan pemantauan rutin kadar gula darah, asam urat, dan kolesterol oleh kader kesehatan mampu meningkatkan kewaspadaan masyarakat, termasuk lansia, terhadap risiko penyakit tidak menular.

Pada aspek kemampuan fungsional, hasil skrining awal menunjukkan masih terdapat lansia yang mengalami ketergantungan dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Setelah dilakukan pendampingan dan edukasi kepada lansia maupun keluarga, terjadi perubahan tingkat kemandirian yang ditunjukkan dengan tidak ditemukannya lagi lansia pada kategori ketergantungan total (kategori G). Perubahan ini menunjukkan bahwa keterlibatan keluarga dan pemberian dukungan dalam aktivitas sehari-hari mampu membantu lansia mempertahankan fungsi dan kemandiriannya. Temuan ini sejalan dengan hasil pengabdian masyarakat Indrayanti dkk. (2025) yang melaksanakan pemberdayaan kader dalam meningkatkan kemandirian keluarga pada dimensi fisik lansia di Kelurahan Giwangan, yang membuktikan bahwa pendampingan keluarga dan keterlibatan kader kesehatan secara konsisten dapat meningkatkan kemampuan lansia dalam melakukan aktivitas dasar sehari-hari secara mandiri.

Hasil evaluasi kekuatan otot menunjukkan adanya peningkatan pada beberapa lansia yang sebelumnya berada pada kategori kekuatan otot lebih rendah menjadi kategori yang lebih baik setelah dilakukan pendampingan dan latihan fisik sederhana. Aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur dapat membantu meningkatkan kekuatan otot, keseimbangan tubuh, serta kemampuan mobilitas lansia. Kondisi ini penting karena penurunan kekuatan otot merupakan salah satu faktor yang dapat meningkatkan risiko jatuh dan ketergantungan pada lansia. Riyanto dkk. (2021) dalam penelitiannya membuktikan bahwa latihan keseimbangan secara teratur berpengaruh signifikan dalam menurunkan risiko jatuh pada lansia, sehingga penguatan otot dan latihan keseimbangan perlu terus diintegrasikan dalam program pendampingan lansia berbasis komunitas seperti Program SAPA Lansia.

Pada aspek fungsi kognitif, hasil skrining akhir menunjukkan tidak ditemukan lagi lansia dengan kerusakan intelektual berat. Sebagian besar lansia berada pada kategori kerusakan intelektual ringan dan sedang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa

stimulasi kognitif, interaksi sosial, dan pendampingan yang diberikan selama kegiatan dapat membantu mempertahankan fungsi kognitif lansia. Aktivitas komunikasi yang baik dan keterlibatan lansia dalam kegiatan sosial diketahui dapat memperlambat penurunan fungsi intelektual akibat proses penuaan. Hal ini sejalan dengan hasil kegiatan pengabdian Istianti (2025) yang melakukan pendampingan dan pembinaan kesejahteraan lansia dengan masalah kognitif melalui kader kesehatan, di mana keterlibatan kader secara berkelanjutan terbukti membantu mempertahankan dan memperbaiki fungsi kognitif lansia di tingkat komunitas.

Selain kondisi fisik dan kognitif, Program SAPA Lansia juga memberikan dampak positif terhadap kondisi psikologis lansia. Hasil skrining menunjukkan bahwa jumlah lansia yang mengalami depresi sedang mengalami penurunan dari empat orang menjadi tiga orang, sedangkan jumlah lansia yang tidak mengalami depresi meningkat. Kondisi ini menunjukkan bahwa perhatian, dukungan sosial, dan pendampingan yang diberikan selama kegiatan mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia. Interaksi yang terjalin antara mahasiswa, keluarga, dan lansia memberikan kesempatan bagi lansia untuk berbagi pengalaman dan mengurangi perasaan kesepian yang sering dialami pada usia lanjut. Hasil ini sejalan dengan penelitian Sastika dan Sinaga (2025) mengenai terapi hope dalam menurunkan tingkat depresi pada lansia, yang menunjukkan bahwa intervensi psikososial berbasis harapan dan dukungan emosional efektif memperbaiki kondisi psikologis lansia. Selain itu, kegiatan senam aerobik yang dilaksanakan Kurniawan dkk. (2025) sebagai upaya preventif masalah kecemasan pada lansia juga memperkuat bukti bahwa aktivitas fisik dan sosial secara bersamaan dapat menurunkan gejala kecemasan dan depresi pada kelompok lanjut usia.

Risiko jatuh juga mengalami penurunan setelah pelaksanaan program. Jumlah lansia dengan risiko tinggi jatuh berkurang dari empat orang menjadi tiga orang. Penurunan tersebut dapat dikaitkan dengan peningkatan kekuatan otot, edukasi mengenai keselamatan di rumah, serta peningkatan kesadaran keluarga dalam menciptakan lingkungan yang aman bagi lansia. Pencegahan risiko jatuh merupakan salah satu aspek penting dalam pelayanan gerontik karena jatuh dapat menyebabkan cedera serius, penurunan mobilitas, hingga peningkatan ketergantungan pada lansia. Secara keseluruhan, Program SAPA Lansia memberikan manfaat dalam meningkatkan kesehatan fisik, fungsi kognitif, kondisi psikologis, serta kemandirian lansia di

Kelurahan Purbayan. Keberhasilan program ini tidak terlepas dari kerja sama antara mahasiswa, keluarga, kader kesehatan, pemerintah kelurahan, dan Dinas Sosial Kota Yogyakarta. Pendekatan berbasis keluarga dan komunitas menjadi strategi yang efektif dalam mendukung tercapainya lansia yang sehat, mandiri, aktif, dan produktif. Konsistensi temuan ini dengan berbagai hasil penelitian dan kegiatan pengabdian kepada masyarakat terkini (Indrayanti dkk., 2025; Istianti, 2025; Pratama, 2025; Sastika & Sinaga, 2025) semakin memperkuat bukti bahwa pendekatan multidimensi yang melibatkan pemberdayaan kader, keluarga, dan lansia secara aktif merupakan strategi yang efektif dan berkelanjutan dalam upaya promotif-preventif kesehatan lansia di tingkat komunitas.

Kesimpulan

Program SAPA Lansia (Sahabat lansia) di kelurahan Purbayan pada tahun 2026 adalah salah satu inisiatif promotif dan preventif yang efektif untuk meningkatkan kesehatan dan kualitas hidup lansia. Melalui berbagai aktivitas seperti penyuluhan kesehatan, pemeriksaan kesehatan secara rutin, latihan rentang gerak (ROM), senam yang membantu mengatasi hipertensi, serta dukungan kesehatan, para lansia mendapatkan informasi, keterampilan, serta dorongan untuk menjaga kesehatan mereka secara mandiri.

Pelaksanaan program ini mengindikasikan bahwa partisipasi aktif lansia dalam kegiatan kesehatan dapat memperbaiki kemampuan fisik, menjaga mobilitas tubuh, mengendalikan faktor risiko dari penyakit kronis, serta meningkatkan hubungan sosial dan kesejahteraan mental. Selain itu, dukungan dari keluarga, kader kesehatan, mahasiswa, dan tenaga medis sangat berkontribusi pada kesuksesan program.

Oleh karena itu, program SAPA Lansia di kelurahan Purbayan Tahun 2026 dapat berfungsi sebagai model pemberdayaan masyarakat yang berkelanjutan untuk mendukung proses penuaan yang sehat, sehingga lansia dapat tetap produktif, mandiri, dan menikmati mutu hidup yang lebih baik. Maka dari itu perlu dijaga dan terus dikembangkan secara konsisten dengan melibatkan berbagai pihak demi mencapai kesejahteraan lansia yang optimal.

Saran

Diharapkan kegiatan SAPA Lansia dapat terus dilaksanakan secara berkesinambungan dan menjangkau wilayah yang lebih luas, sehingga manfaat yang diberikan dapat dirasakan oleh lebih banyak lansia. Selain itu, diperlukan dukungan dan kerja sama dari berbagai pihak agar program ini dapat berjalan secara optimal dan berkelanjutan.

Ucapan Terima kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan, bimbingan, serta bantuan dalam pelaksanaan Program SAPA Lansia di Kelurahan Purbayan ini. Ucapan terima kasih secara khusus disampaikan kepada para lansia yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan, pembimbing, tenaga kesehatan, kader, serta seluruh pihak yang turut berkontribusi sehingga program ini dapat terlaksana dengan baik. Semoga kegiatan yang telah dilaksanakan dapat memberikan manfaat bagi peningkatan kesehatan dan kesejahteraan lansia.

Daftar Pustaka

- Amlan, Darwis, D., & Asdar, F. (2023). Hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada lansia. *JIMPK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 3(4), 90–99. <https://doi.org/10.35892/jimpk.v3i4.945>
- Indrayanti, I., Istianti, D. W., Listyaningsih, E., & Pratama, A. Y. (2025). Pemberdayaan kader dalam meningkatkan kemandirian keluarga pada dimensi fisik lansia di Kelurahan Giwangan. *Arreta: Community Health Service Journal*, 1(1).
- Istianti, D. W. (2025). Pendampingan dan pembinaan kesejahteraan lansia dengan masalah kognitif melalui kader kesehatan. *Arreta: Community Health Service Journal*, 1(2).
- Kurniawan, E. A. P. B., Ngapiyem, R., dkk. (2025). Senam aerobik lansia sebagai upaya preventif masalah kecemasan pada lansia di Dusun Kayen Wedomartani. *Arreta: Community Health Service Journal*, 1(3).

- Nadiaz, D. A., Daeli, F. J., Mukaromah, F. A., Stanle, M. N., Hasmoro, N. P. A., Anggela, R., Kurniawati, S. N., & Astuti, T. S. (2026). *Laporan Praktik Keperawatan Keluarga-Gerontik di Kelurahan Purbayan Prodi Diploma III Keperawatan STIKES Bethesda YAKKUM Yogyakarta (Program Kerjasama dengan Dinas Sosial Kota Yogyakarta)*. Yogyakarta: Program Studi Diploma III Keperawatan, STIKES Bethesda YAKKUM Yogyakarta.
- Patongloan, N., Darmawan, S., & Dewi, I. (2021). Determinan faktor risiko terjadinya hipertensi. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 1(4), 475–482.
- Pratama, A. Y. (2025). Pemberdayaan kader dalam menghadapi masalah kesehatan di masyarakat dengan program Pos Pembinaan Terpadu (POSBINDU) di Mergangsan Kidul. *Arreta: Community Health Service Journal*, 1(1).
- Pratama, A. Y., & Listyaningsih, E. (2020). Pengaruh brain gym terhadap tekanan darah pada orang dengan hipertensi di Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan*, 8(1).
- Putra, R. R., Khairani, & Yanti, S. V. (2022). Asuhan keperawatan pada lansia dengan hipertensi: Suatu studi kasus. *JIM FKep*, 1, 175–183.
- Riyanto, Virgiani, B. N., & Maulana, R. I. (2021). Pengaruh latihan keseimbangan terhadap risiko jatuh pada lansia. *Jurnal Kesehatan Indra Husada*, 9(2), 104–114.
- Sastika, C. S., & Sinaga, M. R. E. (2025). Terapi hope untuk menurunkan depresi pada lansia. *Jurnal Kesehatan*, 13.