

REVITALISASI POSYANDU LANSIA MENUJU MANDIRI MELALUI USAHA MIKRO MIE INSTAN ANTI-HIPERTENSI

REVITALIZATION OF POSYANDU FOR THE ELDERLY TOWARDS INDEPENDENCE THROUGH HEALTH STANDARDIZED ANTI-HYPERTENSION INSTANT NOODLE MICRO BUSINESS

Nursalam¹, Joni Haryanto¹, Elida Ulfiana¹, Candra Panji Asmoro*¹

¹Fakultas Keperawatan, Universitas Airlangga; Jl.Mulyorejo, Kampus C unair Surabaya

*Korespondensi Penulis : candra.panji.a@fkip.unair.ac.id

Abstrak

Kelurahan Manukan Kulon merupakan salah satu wilayah di Surabaya bagian timur tepatnya pada Kecamatan Tandes. Kelompok sasaran dalam program kemitraan masyarakat (PKM) ini adalah Posyandu lansia Wijaya Kusuma RW V dan Budi Luhur RW VI. Permasalahan yang terjadi di Posyandu lansia yakni ketidakstabilan tekanan darah lansia. Bila kondisi situasi ini terjadi secara berkelanjutan dan dibiarkan, maka dapat menyebabkan menurunnya status kesehatan dan kualitas hidup lansia. Solusi untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah memberikan penguatan kembali dengan metode edukasi tentang hipertensi dan cara mengontrol hipertensi pada lansia. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan skrining, edukasi pencegahan hipertensi tidak terkontrol, hingga terakhir memberikan kegiatan inovatif berupa pembuatan mie instan anti-hipertensi kepada kader. Hasil dari kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan manajemen diri lansia dalam mengelola hipertensi. Selain itu dapat meningkatkan nilai ekonomi Posyandu dengan membuat mie instan anti-hipertensi dan menjadi komoditi usaha skala kecil dan menengah.

Kata kunci: hipertensi, lansia, mie instan, Posyandu.

Abstract

Manukan Kulon Village is one of the areas in the eastern part of Surabaya, specifically in Tandes District. The target group in this community partnership program (PKM) is Posyandu for the elderly Wijaya Kusuma RW V and Budi Luhur RW VI. The problem that occurs in Posyandu for the elderly is the instability of the elderly's blood pressure. If this situation occurs continuously and is left untreated, it can cause a decline in the health status and quality of life of the elderly. The solution to overcome this problem is to provide reinforcement with educational methods about hypertension and how to control hypertension in the elderly. The implementation of the activities began with screening, education on preventing uncontrolled hypertension, and finally providing innovative activities in the form of making anti-hypertension instant noodles for the elderly and cadres. It is hoped that the results of this activity can improve the self-management of elderly people in managing hypertension. Apart from that, it can increase the economic value of Posyandu by making anti-hypertension instant noodles and becoming a commodity for small and medium scale businesses.

Keywords: *hypertension, elderly, instant noodles, Posyandu.*

Pendahuluan

Usaha Mikro Kecil dan Menengah (UMKM) merupakan salah satu bentuk usaha yang mampu memberikan kontribusi positif terhadap pertumbuhan perekonomian bangsa. Usaha Mikro juga menjadi roda penggerak

ekonomi masyarakat, terutama masyarakat ekonomi bawah dan termasuk diantaranya para kader (Mundiharno, 2010).

Dalam upaya mempertahankan bisnis yang dijalankan, usaha mikro dituntut untuk mulai menerapkan berbagai macam strategi

bisnis dalam rangka pengembangan usaha untuk mencapai pangsa pasar yang lebih luas dan mendapatkan lebih banyak konsumen. Setiap pengelola Usaha Mikro tidak hanya dituntut untuk bisa memasarkan produk, namun harus mampu menciptakan produk-produk yang unik dan dibutuhkan oleh masyarakat. Salah satu Produk Unik adalah Produk Mie Instant Anti-hipertensi.

Program posyandu adalah program sepanjang masa dan membutuhkan dana operasional yang harus tersedia setiap saat, sedangkan anggaran program Gerakan Pembangunan Ekonomi Masyarakat (Gerbang Mas) ada batasnya. Gerbang Mas adalah suatu program yang dijalankan oleh pemerintah daerah setempat berupa bantuan uang atau modal untuk penguatan ekonomi masyarakat sehingga lahir usaha ekonomi produktif di masyarakat desa (Menkokesra RI, 2010). Walaupun Pemerintah Kota Surabaya telah mengalokasikan dana kesehatan sebesar Rp 21.353.895.744, khusus melayani 57.698 penduduk lanjut usia (lansia), melalui Dinas Kesehatan Kota, masih dibutuhkan dana yang cukup untuk meningkatkan Posyandu Lansia pada Tingkat Pratama menjadi Tingkat Mandiri (Widodo, 2001).

Salah satu cara yang dapat diterapkan untuk mendukung terciptanya Posyandu Lansia Mandiri dengan pengelolaan bisnis Usaha Mikro yaitu Produk Mie Instant Anti-hipertensi. Usaha ini dapat diterapkan dalam setiap bisnis unit yang ada dalam Usaha Mikro. Kemudahan dalam penerapan dan memperoleh bahan baku, sarana dan prasarana, untuk membuat pengelola semakin berlomba untuk memaksimalkan keuntungan dan mencapai efektivitas kinerja yang dilakukan (Menkokesra RI, 2010).

Penerapan Produk Mie Instant Anti-hipertensi dalam bisnis yang dijalankan Usaha Mikro memegang peranan penting untuk mencapai pengelolaan yang lebih efektif dan efisien. Dalam proses produksi, Mie Instant Anti Hipertensi dapat berperan sebagai usaha yang sesuai kebutuhan pasar, sehingga tidak terjadi produksi berlebih dan penumpukan produk yang akan dijual, sebab hasil produk tanpa bahan pengawet maka hanya menjual atas pesanan, yang dalam jangka waktu tertentu telah dikonsumsi.

Pengelolaan keuangan juga dapat didukung dengan penerapan manual yang sederhana, dalam penghitungan biaya

produksi hingga pendapatan dan keuntungan yang akan didapatkan. Produk yang akan dipasarkan juga dapat dikelola melalui penerapan Produk Mie Instant Anti Hipertensi dengan memasarkan secara *online*, sehingga cakupan ruang lingkup pemasaran memungkinkan konsumen untuk mengetahui produk yang akan dijual.

Pengelolaan penerapan Produk Mie Instant Anti Hipertensi dalam suatu bisnis tidak terbatas pada ketersediaan bahan baku, tetapi memerlukan sumber daya manusia (SDM) yang berkompeten dalam penguasaan Produk Mie Instant Anti-hipertensi. Namun, sayangnya belum semua usaha mikro di posyandu lansia memiliki SDM yang mendukung untuk pengelolaan Produk Mie Instant Anti-hipertensi.

Keterbatasan SDM yang dimiliki usaha mikro di Posyandu Lansia bisa disebabkan karena ketidakmampuan mengelola usaha mikro dalam memanfaatkan peluang bisnis, atau keterbatasan modal yang dimiliki sehingga belum mampu untuk merekrut pegawai yang kompeten dalam bidang Produk Mie Instant Anti-hipertensi, sehingga, SDM merupakan faktor yang penting dalam mempersiapkan pengelolaan Produk Mie Instant Anti-hipertensi dalam setiap bisnis dan usaha yang dijalankan, serta kemampuan untuk bersaing dan bertahan dalam pasar.

Kader merupakan salah satu sumber potensi SDM yang berkompeten untuk mendirikan dan mengelola suatu usaha baru. Jiwa berwirausaha harus ditumbuhkan sedini mungkin agar setiap kader mampu menciptakan peluang usaha dan bisnis baru sehingga mampu menyerap tenaga kerja, sehingga tingkat produktivitas masyarakat meningkat dan dapat mengurangi pengangguran. Berwirausaha juga dapat menurunkan tingkat konsumtif masyarakat, karena pelaku dan pengelola usaha selalu berfikir kreatif untuk menghasilkan produk sesuai kebutuhan masyarakat, sehingga masyarakat lebih selektif dalam menentukan pilihan produk yang akan dibeli.

Sebagai pelaku baru dalam bisnis, kader perlu mempunyai tingkat kepercayaan diri yang tinggi sehingga bisa bertahan dalam menjalankan usahanya. Pola pikir (*mindset*) dan jiwa kewirausahaan perlu dikembangkan bagi kader Posyandu Lansia, sehingga akan terbentuk pengelola usaha yang produktif dan mampu bertahan dalam persaingan pasar.

Kader sebagai masyarakat yang produktif harus mampu membaca dan memberikan solusi dalam penyelesaian permasalahan ekonomi keluarga, lansia dalam Posyandu dan kesehatan masyarakat pada umumnya, serta mampu menciptakan lapangan kerja dan meningkatkan produktivitas masyarakat Maryam, Mia, & Ekasari (2008).

Metode

Tahapan yang akan dilaksanakan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini sebagai berikut:

A. Persiapan

1. Koordinasi tim pengabdian masyarakat
2. Menyusun pengorganisasian pelaksanaan & pembagian tugas tim
3. Menyiapkan materi edukasi dan tutorial pembuatan mie instan anti-hipertensi
4. Mengurus perijinan pelaksanaan kegiatan Posyandu Lansia Wijaya Kusuma RW V dan Kader Posyandu Lansia Budi Luhur RW VI Manukan Kulon Kecamatan Tandes Kota Surabaya
5. Koordinasi dengan kader Posyandu
6. Mempersiapkan media edukasi dan pembuatan mie instan anti-hipertensi
7. Mempersiapkan peralatan dan perlengkapan kegiatan

B. Pelaksanaan

Adapun pelaksanaan kegiatan secara rinci sebagai berikut:

1. Melakukan organisasi kader dan revitalisasi posyandu dengan memberikan ceramah tentang materi berwirausaha, juga materi revitalisasi posyandu dilakukan pada saat kegiatan Posyandu Lansia bulan September 2016 di RW V. Materi yang disampaikan adalah kewirausahaan yang menjelaskan tentang merintis usaha baru, tahapan memulai usaha, serta peluang usaha. Pada saat menjelaskan tentang peluang usaha dijelaskan juga tentang peluang banyaknya lansia yang menderita hipertensi harus melakukan diet dengan mengkonsumsi jenis-jenis makanan yang rendah garam serta dibutuhkan jenis-jenis makanan yang bisa memberikan manfaat untuk menurunkan tensi. Kegiatan

- selanjutnya adalah penyegaran ketrampilan kader dalam melakukan pengukuran tekanan darah.
2. Melakukan penyuluhan tentang hipertensi dilaksanakan pada saat kegiatan Posyandu Lansia pada hari kamis minggu ke-2 Oktober di RW V. Materi yang disampaikan adalah “Hipertensi” yang menjelaskan tentang pengertian, penyebab, tanda gejala dan komplikasi hipertensi. Kemudian pola hidup mencegah hipertensi serta diet rendah garam yang diberikan contoh menu sehari-hari untuk penderita hipertensi. Pada saat menjelaskan tentang menu sehat hipertensi maka sambil dijelaskan tentang mie anti-hipertensi dengan penggunaan herbal daun Mahkota dewa. Setelah itu dijelaskan tentang ide berwirausaha dengan mie anti-hipertensi sebagai unit usaha di posyandu lansia selain sebagai upaya mengatasi hipertensi pada lansia, usaha ini dapat sebagai bentuk produktifitas lansia sehingga lansia dapat melalui masa tua dengan tetap mandiri dan produktif menuju lansia bahagia. Peserta posyandu antusias mengikuti kegiatan penyuluhan.
 3. Memberikan pelatihan dengan demonstrasi pembuatan Mie Instant Anti-hipertensi. Kegiatan ini dilakukan pula saat Posyandu lansia. Peralatan dan bahan disiapkan untuk dilakukan demonstrasi pembuatan mie. Kegiatan ini diikuti sekitar 60 lansia dan kader posyandu lansia serta pengurus RW. Proses demonstrasi ini membutuhkan waktu lama sehingga pelaksanaan demonstrasi sampai pada terbentuknya mie basah. Kegiatan latihan dilakukan pada pertemuan berikutnya dengan para kader posyandu untuk membuat mie anti-hipertensi.
 4. Penyerahan peralatan dan bahan membuat mie dilaksanakan setelah kegiatan demonstrasi pembuatan mie. Tim pengabdian masyarakat UNAIR menyerahkan secara simbolis kepada ketua Posyandu Lansia yang juga menjabat sebagai ketua RW.
 5. Posyandu lansia Budi Luhur telah memiliki kemampuan dalam

pengelolaan keuangan. Hal ini karena ada pengalaman dalam usaha kue yang dijalankan oleh pengurus Posyandu tersebut. Oleh karena itu tim pengabdian masyarakat memberikan penguatan dalam proses administrasi.

Adapun bahan pembuatan mie ini antara lain: 250 gram tepung terigu protein tinggi; 2 sendok makan tepung tapioca; 110 ml air; 1 butir telur; ½ sendok teh garam; 2 sendok makan minyak goreng; 110 ml air rebusan daun mahkota dewa. Peralatan yang dibutuhkan dalam pembuatan mie antara lain: mesin pengaduk bahan, mesin pencetak mie, kompor, alat pengukus mie, alat penggoreng mie, alat peniris minyak, alat *seal*, serta peralatan pelengkap. Secara ringkas, proses pembuatan mie adalah sebagai berikut:

1. Campur tepung terigu dan tepung tapioka, aduk rata. Akan lebih baik jika pencampuran dilakukan sambil diayak, sehingga kedua jenis tepung bisa tercampur merata.
2. Masukkan telur dan garam. Aduk rata kemudian uleni adonan hingga menggumpal dan setengah kalis, cirinya yaitu adonan tidak lengket di tangan. Tidak perlu sampai kalis ya, karena nanti juga adonannya akan kita giling.
3. Giling adonan di gilingan mie berulang kali hingga adonan halus dan kalis. Giling mulai dari ketebalan paling tebal hingga ketebalan kurang lebih 2mm.
4. Setelah adonan halus, potong menggunakan gilingan pemotong mie dengan ukuran standar. Agar lembaran mie tidak saling menyatu satu sama lain, taburi mie menggunakan tepung tapioka atau tepung terigu.
5. Siapkan panci, didihkan air bersama dengan 2 sendok makan minyak goreng. Setelah mendidih, masukkan mie dan rebus mie hingga matang atau selama kurang lebih 3 menit.
6. Setelah 3 menit, angkat mie segera agar tidak melar, tiriskan segera.
7. Beri 1-2 sendok makan minyak goreng untuk menjaga mie tetap lembab.
8. Tiriskan mie.
9. Goreng mie pada penggorengan.
10. Tiriskan mie dari minyak goreng menggunakan alat spinner (peniris).

11. Mie siap dikemas.

Hasil

Peserta mampu menjawab pertanyaan evaluasi dari fasilitator. Evaluasi pengetahuan tidak dilakukan melalui kuesioner karena adanya keterbatasan peserta lansia menjawab secara tertulis seiring dengan proses menua sehingga pertanyaan dibacakan dan peserta menjawab secara lisan.

No	Pertanyaan evaluasi	Jawaban peserta
1	Tekanan darah tinggi diketahui bila hasil tensinya berapa?	Seluruh peserta (100%) menjawab \geq 140/90 mmHg
2	Sebutkan faktor risiko terkena hipertensi	Peserta mampu menjawab 8 dari 10 faktor risiko: Usia, obesitas, riwayat keluarga, penyakit DM, merokok, <i>alcohol</i> , pola makan tidak sehat, stres
3	Sebutkan tanda gejala hipertensi	Pusing, leher kaku, mudah lelah, cepat marah, telinga berdenging, dll
4	Bagaimana penatalaksanaan hipertensi	Minum obat anti-hipertensi, diet, olahraga, mengelola stres
5	Sebutkan jenis makanan yang dianjurkan	Hindari makanan yang asin, perbanyak makan buah dan sayur,

Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan pendekatan *Community as Partner* . kelompok lansia yang

tergabung dalam posyandu merupakan kelompok khusus di komunitas yang dapat dijadikan sebagai klien dan dilaksanakan metode *partnership* (Nugroho, 2008). Adapun tujuan akhir dari *community as partner* adalah memandirikan komunitas untuk mencapai kesehatannya melalui berbagai bidang O'Neill, (2002). Kemandirian pada kelompok lansia disini merupakan kemampuan untuk melakukan penatalaksanaan lansia dengan hipertensi melalui kewirausahaan mie anti-hipertensi.



Gambar 1 Proses edukasi pencegahan hipertensi



Gambar 2 Proses pengukuran hipertensi

Langkah langkah untuk kemandirian posyandu lansia ini diawali dengan proses mengidentifikasi permasalahan bersama dengan para pengurus posyandu melalui sebuah diskusi, sehingga teridentifikasi permasalahan penyakit terbanyak lansia adalah hipertensi, serta keinginan posyandu untuk meningkatkan pengelolaan program posyandu (Stanley, 2007). Hal ini sesuai dengan konsep Keperawatan komunitas bahwa proses dalam asuhan di komunitas diawali dengan pengkajian masalah serta potensi yang dimiliki oleh komunitas (Miller C. A., 2006). Kader merupakan salah satu sumber potensi SDM di Posyandu yang berkompeten untuk mendirikan dan mengelola suatu usaha baru. Langkah berikutnya adalah perencanaan usaha mikro mie anti-hipertensi. Proses perencanaan pun melibatkan pihak posyandu sebagai mitra (Rahajeng & Tuminah, 2009).

Mie merupakan bentuk makanan yang lunak, kenyal, dan mudah di kunyah, yang cocok untuk lansia, sedangkan herbal mahkota dewa telah dipercaya dan sering dilakukan oleh masyarakat untuk menurunkan tekanan darah dan tidak menimbulkan komplikasi (Puspitorini, 2008).

Usaha mikro ini dimulai dengan melatih pembuatan mie anti-hipertensi. Mie tersebut mengandung rebusan daun mahkota dewa. Khasiat dari daun tumbuhan mahkota dewa dapat mengobati penyakit seperti : kanker, tumor, diabetes (kencing manis), pembengkakan prostat, asam urat, darah tinggi (hipertensi), reumatik, batu ginjal. hepatitis, dan penyakit jantung (Harmanto, 2001). Secara teori daun mahkota dewa mengandung alkaloid, saponin, dan polyfenol. Flavonoid memiliki bermacam-macam efek, antar lain mereduksi Fe menjadi Fe²⁺ yang dapat menurunkan ateroslerotik, meningkatkan elastisitas pembuluh darah sehingga terjadi penurunan tekanan darah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 16 responden yang mengkonsumsi mie herbal mahkota dewa selama 30 hari, terdapat pengaruh yang signifikan antara tekanan darah sebelum dan sesudah mengkonsumsi mie herbal mahkota dewa dengan p value 0.000, terdapat pengaruh juga yang signifikan antara *ankle brachial index* sebelum dan

sesudah mengkonsumsi mie herbal mahkota dewa (Devin, 2016).

Kemudahan dalam penerapan dan memperoleh bahan baku mahkota dewa, sarana dan prasarana, membuat pengelolaan usaha mikro ini semakin membuka kesempatan untuk memaksimalkan keuntungan dan mencapai efektivitas. Bentuk kemitraan ini selain merevitalisasi posyandu dan melatih pembuatan mie, tim pengabdian masyarakat menyediakan peralatan dan bahan awal usaha. Sedangkan pihak mitra posyandu lansia menyediakan SDM pengelola, tempat, sumber daya listrik serta akan melakukan proses produksi dan pemasarannya. Hal ini sesuai dengan langkah kemitraan yaitu pengaturan peran (Versayanti, 2008).

Peralatan yang digunakan untuk membuat mie adalah mesin pengaduk bahan, mesin pencetak mie, kompor, alat pengukus mie, alat penggoreng mie, alat peniris minyak, alat seal, serta peralatan pelengkap. Bahan yang dibutuhkan adalah tepung terigu, tepung tapioka/kanji, garam, telur, minyak goreng, daun mahkota dewa.



Gambar 2 Bahan pembuatan mie instan anti-hipertensi



Gambar 3 Proses pembuatan mie instan anti-hipertensi

Proses pelaksanaan untuk membuka usaha mie anti-hipertensi ini didahului dengan kegiatan revitalisasi posyandu yaitu melalui pendidikan kesehatan tentang Hipertensi pada lansia untuk sasaran seluruh anggota Posyandu dan kader. Hal ini dilakukan supaya kesadaran lansia akan pentingnya kesehatan serta penatalaksanaan hipertensi terutama melalui menu diet anti-hipertensi semakin meningkat (Parissopoulos & Kotzabassaki, 2004). Pendidikan kesehatan merupakan pendekatan pendidikan yang partisipatif, yang ditujukan untuk mencegah penyakit, mempromosikan kesehatan, dan memadukan aspek fisik, mental, serta sosial ke dalam kebutuhan pembelajaran (Meleis, 2008). Dalam keperawatan, pendidikan kesehatan merupakan satu bentuk intervensi keperawatan yang mandiri untuk membantu klien baik individu, kelompok, maupun masyarakat dalam mengatasi masalah kesehatannya melalui kegiatan pembelajaran, yang didalamnya perawat berperan sebagai perawat pendidik (Bastable, 2002).

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat berjudul upaya pencegahan hipertensi yang tidak terkontrol melalui kegiatan inovatif pada kelompok lansia di Posyandu Lansia RW V dan RW VI Manukan Kulon Kec. Tandes Kota Surabaya telah terlaksana dengan kegiatan edukasi dan pembuatan mie instan

anti-hipertensi. Edukasi tentang pencegahan hipertensi yang tidak terkontrol meningkatkan pengetahuan lansia dan kader tentang hal tersebut dan memotivasi lansia untuk melakukan pencegahan. Kegiatan pembuatan mie anti-hipertensi memberikan pengalaman yang menyenangkan bagi lansia dan kader. Selain itu, dapat meningkatkan nilai tambah bagi Posyandu sebagai sumber ekonomi tambahan.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Posyandu Lansia RW V dan RW VI Manukan Kulon Kec. Tandes Kota Surabaya dan Universitas Airlangga.

Daftar Pustaka

- Bastable, & Susan, B. (2002). Perawat sebagai pendidik: prinsip pengajaran. Jakarta: EGC.
- Handayani, I. A., Eliyanoor, B., & Ulva, D. D. (2016). Perbandingan Kadar Flavonoid Ekstrak Buah Mahkota Dewa (Phaleria Macrocarpa [Scheff] Boerl) Secara Remaserasi Dan Perkolasi Comparision Flavonoid Level In Mahkota Dewa Fruit Extract In Remaseration And Percolation. In Ilmiah Ibnu Sina, Vol. 1, Issue 1.
- Harmanto, N, (2001). Mahkota Dewa Obat Pusaka Para Dewa, Jakarta: Agro Media Pustaka.
- Maryam, R. S., Mia, R., & Ekasari, F. (2008). Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya. Jakarta: Salemba Medika. 2008.
- Meleis, A. I. (2008). Theoretical Nursing: Development And Progress.(3rded) Philadhelpia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Menkokesra RI (2010) Lansia Masa Kini dan Mendatang, Kementerian Koordinator Bidang Kesejahteraan Rakyat, Kedeputian I Bidang Kesejahteraan Sosial, Jakarta.
- Miller C. A., (2006). Nursing Care of Older Adults: Theory and Practice. Universitas Michigan: Lippincott.
- Mundiharno (2010) Penduduk Lansia: Perlunya perhatian terhadap kondisi lokal dan peran keluarga, Majalah Intern Departemen Sosial, Jakarta.
- Nugroho, W.,. (2008). Keperawatan Gerontik dan Geriatrik Ed 3. Jakarta: EGC. Hal: 159-182.
- O'Neill, P. A., (2002). Caring For The Older Adult: A Health Promotion Perspective. Philadelphia: Lippincot
- Parissopoulos, S., & Kotzabassaki, S. (2004). Self-Care Theory, Transactional Analysis and the Management of Elderly Rehabilitation, Icus Nurs Web J, issue 17.
- Puspitorini, M (2008). Hipertensi Cara Mudah Mengatasi Tekanan Darah Tinggi. Jogjakarta : Image Press. Jogjakarta.
- Rahajeng, E dan Tuminah, S. (2009). Prevalensi Hipertensi dan Determinannya di Indonesia. Maj Kedokt Indon, Volume: 59, Nomor: 12
- Stanley, M. (2007). Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Edisi 2. Alih Bahasa Nety Juniarti, Sari Kurnianingsih. Jakarta: EGC.
- Versayanti, S. (2008). Merawat Lansia: Di Rumah Sendiri Atau Rumah Jompo. Diambil pada tanggal 12 Maret 2010 pada: <http://www.tanyadokteranda.com/artikel/2008/06/merawat-Lansia-di-rumah-sendiri-atau-rumah-jompo>
- Widodo, J. (2001). Good Governance: Telaah dari dimensi akuntabilitas dan kontrol birokrasi dalam era desentralisasi dan otonomi daerah. Surabaya: Insan Cendekia.