Kebiasaan, Perilaku, dan Perspektif Lansia Suku Sunda Dalam Menghadapi Hipertensi

Donna Patricia Manullang[1], Idauli Simbolon[2]
[1, 2)] Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Advent Indonesia
e-mail: donnapatriciamanullang@gmail.com

Abstrak
Lansia merupakan kelompok yang rentan terhadap penyakit degeneratif, termasuk hipertensi, dan di Kabupaten Bandung mayoritas penduduknya adalah suku Sunda, di mana nilai-nilai budaya lokal sangat memengaruhi gaya hidup, kebiasaan makan, aktivitas sehari-hari, dan persepsi terhadap kesehatan. Kegiatan ini bertujuan untuk mengeksplorasi kebiasaan, perilaku, dan perspektif lansia suku Sunda dalam menjalani kehidupan dengan hipertensi serta memahami bagaimana nilai-nilai budaya membentuk strategi coping dan pengelolaan penyakit kronis. . Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan catatan lapangan, kemudian dianalisis secara tematik untuk mengidentifikasi pola perilaku, kebiasaan, dan makna subjektif pengalaman partisipan. Hasil menunjukkan bahwa lansia menjalani kehidupan yang sederhana dengan dukungan keluarga dan komunitas, memaknai hipertensi sebagai penyakit yang harus dijaga melalui pengendalian pola makan, aktivitas fisik ringan, serta rutinitas ibadah, dan menggabungkan pendekatan rasional serta spiritual dalam pengobatan. Nilai budaya Sunda seperti narima, sabar, dan ikhlas menjadi kekuatan psikososial yang menjaga keseimbangan hidup mereka. Pentingnya dukungan keluarga dan pendekatan kesehatan berbasis budaya untuk meningkatkan kepatuhan pengobatan dan pengelolaan hipertensi secara proaktif pada lansia.

Kata kunci: Lansia, Hipertensi, Budaya Sunda, Kebiasaan Hidup Sehat, Etnografi

Abstract
The elderly are a group vulnerable to degenerative diseases, including hypertension, and in Bandung Regency, the majority of the population is Sundanese, where local cultural values significantly influence lifestyle, eating habits, daily activities, and perceptions of health. This activity aims to explore the habits, behaviors, and perspectives of Sundanese elderly in living with hypertension and understand how cultural values shape coping strategies and management of chronic disease. Data were collected through in-depth interviews, participant observation, and field notes, then analyzed thematically to identify patterns of behavior, habits, and subjective meanings of participants' experiences. The results show that the elderly live simple lives with family and community support, interpreting hypertension as a disease that must be managed through dietary control, light physical activity, and routine worship, and combining rational and spiritual approaches in treatment. Sundanese cultural values such as narima, sabar, and ikhlas (forgiveness) are psychosocial strengths that maintain their life balance. The importance of family support and a culture-based health approach to improve medication adherence and proactive hypertension management in the elderly.
Keywords: Elderly, Hypertension, Sundanese Culture, Healthy Lifestyle, Ethnography

PENDAHULUAN

Lansia adalah individu yang telah mencapai usia 60 tahun atau lebih. Mereka termasuk dalam kelompok umur yang berada di fase akhir siklus kehidupan, yaitu tahap perkembangan normal yang akan dilalui oleh setiap orang yang mencapai usia lanjut (Raudhoh & Pramudiani, 2021). Menurut WHO, penuaan dalam kehidupan manusia adalah suatu hal yang alami dan pasti dialami oleh setiap individu yang hidup lama, meskipun kecepatan prosesnya dapat bervariasi tergantung pada masing-masing orang. Secara teori, perkembangan manusia dimulai dari masa bayi, kemudian anak-anak, remaja, dewasa, dan lanjut usia, yang biasanya dimulai pada usia 60 tahun. Seiring bertambahnya usia, kemampuan jaringan tubuh untuk memperbaiki diri, menggantikan sel yang rusak, dan mempertahankan fungsi normalnya akan menurun, sehingga

lansia menjadi lebih rentan terhadap infeksi dan kesulitan dalam memperbaiki kerusakan yang dialami (Afriani, 2023).

Salah satu masalah kesehatan yang rentan dialami lansia adalah hipertensi. Menurut WHO, jumlah orang yang menderita hipertensi terus meningkat seiring pertambahan populasi hingga tahun 2025. Data menunjukkan bahwa 1,5 miliar orang menderita hipertensi, dan sekitar 9,4 juta orang meninggal akibat komplikasinya. Department of Health and Human Services (2017) melaporkan bahwa 60–70% orang di atas 65 tahun menderita hipertensi. Masalah hipertensi yang umum pada lansia adalah Isolated Systolic Hypertension (ISH), yaitu tekanan sistolik tinggi (>140 mmHg) dengan tekanan diastolik normal (<90 mmHg) (Kresti Sundari et al., 2024). WHO (2023) mencatat bahwa 54% orang dewasa berusia 30–79 tahun memiliki hipertensi, namun hanya 42% yang menjalani perawatan, dan 21% memiliki hipertensi yang terkontrol. Data global ini menunjukkan hipertensi sebagai masalah kesehatan utama pada lansia.

Di Amerika Serikat, hampir 30% orang dewasa menderita hipertensi, meningkat menjadi 63% pada usia di atas 60 tahun. Di negara berkembang seperti Iran, 61,7% orang dewasa berusia 50–74 tahun juga mengalami hipertensi (Wardanengsih et al., 2023). Di Indonesia, prevalensi hipertensi meningkat seiring bertambahnya usia, dari 45,9% pada usia 55–64 tahun hingga 63,8% pada usia di atas 75 tahun (Wardanengsih et al., 2023). Hasil Riskesdas 2019 di Jawa Barat menunjukkan prevalensi hipertensi pada orang tua 14,75% (45–54 tahun), 21,26% (55–64 tahun), 27,31% (65–74 tahun), dan 28,28% pada usia di atas 75 tahun (Fazriana et al., 2023). Di Kabupaten Bandung Barat, sebanyak 423.891 orang mengalami hipertensi, tetapi hanya 17% yang melakukan pemeriksaan sesuai standar (Dinkes KBB, 2021; Syifa et al., 2025). Kabupaten Bandung yang didominasi suku Sunda memiliki budaya yang memengaruhi gaya hidup dan persepsi kesehatan masyarakat.

Tingkah laku manusia sangat dipengaruhi lingkungan budaya, termasuk dalam membentuk perilaku hidup sehat, pola makan, istirahat, dan aktivitas fisik. Pemahaman masyarakat tentang perilaku hidup sehat dan manfaatnya sangat menentukan praktik kesehatan sehari-hari (Ermayanti, 2020). Oleh karena itu, penting untuk mengetahui bagaimana kebiasaan, perilaku, perspektif, dan keyakinan budaya suku Sunda terkait masalah kesehatan, khususnya hipertensi, mengingat belum ada penelitian ilmiah yang membahas secara mendalam perspektif budaya ini.

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan ini bertujuan mengeksplorasi kebiasaan, perilaku, dan perspektif lansia suku Sunda yang menderita hipertensi. Penelitian ini juga ingin mengidentifikasi karakteristik lansia, keyakinan mereka tentang penyebab hipertensi, kebiasaan sehari-hari, pola makan, minum, tidur, olahraga, pengalaman setelah diagnosis, serta perspektif pengobatan dan penyembuhan. Diharapkan memberikan pemahaman teoritis mengenai interaksi budaya dan kesehatan kronis pada lansia, sekaligus manfaat praktis bagi tenaga kesehatan, keluarga, dan komunitas dalam mendampingi lansia secara sensitif budaya. Penelitian ini dilaksanakan di Klinik Universitas Advent Indonesia (UNAI), dengan pendekatan kualitatif menggunakan wawancara semi-terstruktur dan observasi lapangan pada lansia suku Sunda yang telah mengalami hipertensi lebih dari satu tahun.

METODE

Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan catatan lapangan, dengan instrumen utama, sebagaimana dijelaskan Alhamid dan Anufia (2019). Wawancara direkam dengan persetujuan partisipan untuk memastikan akurasi transkripsi, sementara catatan lapangan mendokumentasikan aspek non-verbal, konteks sosial, dan suasana emosional. Variabel yang dianalisis meliputi karakteristik demografis dan medis lansia, keyakinan mengenai penyebab hipertensi, kebiasaan sehari-hari, perilaku hidup sehat, pengalaman pasca-diagnosis, serta perspektif pengobatan dan penyembuhan. Setiap variabel diukur melalui observasi dan wawancara semi-terstruktur dengan panduan pertanyaan yang sistematis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Diperoleh dari delapan informan lansia suku Sunda penderita hipertensi yang menjadi partisipan dalam studi ini. Seluruh data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan observasi lapangan, kemudian dianalisis menggunakan pendekatan etnografi sesuai dengan langkah-langkah analisis menurut Fielding (1993). Analisis dilakukan untuk menggali kebiasaan, perilaku, serta

perspektif lansia suku Sunda dalam menjalani kehidupan dengan masalah kesehatan hipertensi. Bab ini juga memaparkan temuan utama penelitian dalam bentuk tema-tema yang mencerminkan cara pandang budaya terhadap penyakit, pola hidup, dan pengelolaan kesehatan pada lansia.

Gambaran Umum Informan

Partisipan ini adalah delapan lansia suku Sunda (usia 60–89 tahun) penderita hipertensi yang berdomisili di wilayah klinik UNAI. Secara demografis, mayoritas partisipan adalah perempuan (enam orang) dengan tingkat pendidikan Sekolah Dasar (SD) dan berasal dari latar belakang sosial ekonomi menengah ke bawah. Sebagian besar informan bekerja di sektor informal atau telah pensiun karena faktor kesehatan dan usia. Meskipun kisah individu bervariasi, pola nilai budaya Sunda seperti sikap menerima (narima), kesabaran (sabar), dan keramahtamahan (someah) tampak menonjol dalam cara mereka menjalani kehidupan dengan penyakit kronis.

Konteks Budaya dan Latar Etnografi

Budaya Sunda dikenal sebagai budaya yang menekankan kesantunan, ketenangan, dan keseimbangan dalam hidup. Ungkapan seperti "cageur, bageur, bener, pinter" menjadi pedoman moral yang kuat dalam masyarakat Sunda, termasuk dalam menghadapi penyakit kronis seperti hipertensi. Lansia Sunda umumnya melihat penyakit bukan semata-mata sebagai gangguan biologis, tetapi sebagai bagian dari perjalanan hidup yang harus diterima dengan ikhlas dan dihadapi dengan sabar.

Konsep narima ing pandum (menerima takdir) dan teuneung (tabah) tercermin dalam cara mereka beradaptasi terhadap hipertensi. Dalam konteks ini, etnografi berusaha memahami bukan hanya perilaku fisik, tetapi juga makna sosial dan spiritual di balik kebiasaan serta cara pandang lansia dalam menjalani kehidupan dengan hipertensi.

HASIL

Bagian ini menyajikan temuan utama yang diperoleh melalui analisis data etnografi. Informasi digali dari wawancara mendalam, observasi, dan pencatatan konteks sosial-budaya lansia Suku Sunda penderita hipertensi. Proses analisis meliputi reduksi data dan interpretasi makna pengalaman partisipan. Temuan yang disajikan tidak hanya memaparkan pola perilaku kesehatan, tetapi juga menyoroti nilai, keyakinan, dan konstruksi makna yang mendasari adaptasi mereka terhadap hipertensi.

Karakteristik Lansia Suku Sunda Penderita Hipertensi

Lansia Sunda yang menjadi informan umumnya berusia antara 60–89 tahun. Mereka hidup sederhana dan memiliki pola aktivitas yang tidak jauh dari lingkungan rumah. Sebagian besar tinggal bersama pasangan atau anak, sementara beberapa hidup mandiri namun masih mendapat dukungan keluarga terdekat.

Informan Ibu A (61 tahun) menyampaikan bahwa ia masih sering bekerja di kebun milik orang lain, namun kini lebih sering beristirahat karena tekanan darahnya sering naik. Sedangkan

Bapak I (89 tahun) menyatakan,

"Sekarang mah di rumah aja, pensiun, cuma jalan pagi aja biar gak pusing."

Karakteristik umum mereka adalah keterbatasan fisik akibat usia lanjut, rendahnya tingkat pendidikan, dan ketergantungan pada keluarga. Namun demikian, nilai-nilai gotong royong dan silaturahmi masih kuat menjadi penopang keseharian mereka.

Keyakinan tentang Penyebab Hipertensi

Pandangan lansia Sunda mengenai penyebab hipertensi sebagian besar berakar pada pengalaman pribadi dan pengetahuan turun-temurun. Sebagian besar informan mengaitkan hipertensi dengan pola makan yang "asin" atau "gurih" berlebihan.

Seperti yang diungkapkan oleh Ibu M (75 tahun):

"Kalau makan asin-asin, gurih-gurih, teh pasti darah naik. Kadang karena banyak pikiran juga."

Beberapa informan juga percaya bahwa stres atau "banyak pikiran" dapat menyebabkan tekanan darah tinggi. Dalam konteks budaya Sunda, tekanan emosional dianggap sebagai beban batin (kacapeun pikiran) yang dapat mengganggu keseimbangan tubuh.

Namun, sebagian kecil informan seperti Bapak S (63 tahun) mengaitkan penyebab hipertensi dengan faktor keturunan:

"Ayah sama ade juga darah tinggi, jadi mungkin nurun ke saya."

Keyakinan mistis jarang muncul, walaupun ada informan yang sempat menyebut kemungkinan "gangguan di kebun" sebagai penyebab pusingnya. Mayoritas lebih rasional, menganggap hipertensi sebagai penyakit medis yang perlu diobati dengan teratur.

Keyakinan tentang Penyebab Hipertensi

Sebagian besar lansia masih melakukan aktivitas fisik ringan seperti berjalan kaki ke warung, berkunjung ke tetangga, atau berkebun kecil di sekitar rumah. Pola tidur mereka umumnya teratur, tidur lebih awal (sekitar pukul 8 malam) dan bangun dini hari untuk beribadah.

"Tidur jam delapan, bangun setengah tiga, langsung sholat malam. Sudah kebiasaan orang Sunda teh begitu." (Ibu E)

"Bangun jam 2, sudah biasa." (Bapak S)

Makanan harian para lansia umumnya sederhana, seperti nasi dengan tahu, tempe, atau sayur rebus. Namun beberapa masih mengonsumsi makanan asin dan gorengan karena alasan kebiasaan atau keterbatasan ekonomi. Hubungan sosial sangat penting; mereka sering bersosialisasi dengan tetangga atau keluarga dekat. Nilai silih asah, silih asih, silih asuh masih menjadi dasar hubungan sosial mereka sehari-hari.

Perilaku Hidup Sehat

Perilaku hidup sehat lansia Sunda tercermin dalam rutinitas ibadah, konsumsi obat secara teratur, dan pengendalian pola makan. Sebagian besar mengaku sudah mengurangi makanan asin, santan, dan gorengan.

Ibu R (71 tahun) menuturkan:

"Sekarang mah ikan asin udah enggak, gorengan juga jarang. Tapi kadang kangen juga, jadi seminggu sekali."

Aktivitas fisik dilakukan secara alami, seperti berjalan kaki ke kebun atau warung. Selain itu, ibadah rutin seperti shalat lima waktu dan dzikir dianggap bagian dari cara menjaga ketenangan batin. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa ketenangan psikologis berpengaruh terhadap kestabilan tekanan darah (Utami et al., 2021). Kesadaran akan pentingnya kontrol tekanan darah mulai meningkat, walau sebagian besar masih mengandalkan pemeriksaan di puskesmas atau saat merasa pusing saja.

Pengalaman Pasca Didiagnosis Hipertensi

Respon emosional awal saat mengetahui diagnosis hipertensi bervariasi. Sebagian merasa cemas dan takut, namun sebagian lain menerima dengan tenang. Ibu A menyatakan:

"Pas tau darah tinggi teh, pusing sama takut, tapi udah pasrah, obatnya juga diminum aja."

Perubahan yang terjadi setelah diagnosis meliputi pengaturan makan, tidur lebih teratur, serta penggunaan obat antihipertensi seperti amlodipin. Dukungan keluarga sangat berperan dalam menjaga kepatuhan minum obat dan kontrol kesehatan.

Keluarga sering berperan sebagai pengingat dan pendamping dalam berobat ke klinik. Hal ini sesuai dengan temuan Puspitasari & Rahmawati (2022), bahwa dukungan keluarga merupakan faktor utama kepatuhan pengobatan pada lansia penderita hipertensi.

Perspektif Pengobatan dan Penyembuhan

Sebagian besar informan percaya bahwa hipertensi dapat dikendalikan tetapi tidak sepenuhnya sembuh. Mereka meyakini bahwa kesembuhan bergantung pada kedisiplinan dan ketenangan hati.

Bapak I menyampaikan:

"Kalau mau sembuh teh, jangan banyak marah, makan dijaga, obat diminum, InsyaAllah sembuh."

Meskipun masih ada yang mencoba pengobatan tradisional seperti rebusan daun antanan atau jamu, sebagian besar memilih pengobatan medis dari puskesmas atau klinik. Kombinasi antara keyakinan spiritual dan rasionalitas medis menjadi ciri khas perspektif penyembuhan pada masyarakat Sunda. Penelitian oleh Astuti et al. (2023) menunjukkan bahwa kepercayaan spiritual berperan penting dalam proses penerimaan penyakit kronis pada lansia, terutama di masyarakat agraris seperti Sunda.

Tabel 1 Coding Tematik

Sub-theme	Focus Code	Initial Code	Supporting Quote	Source
Karakteristik Lansia	Aktivitas & Sosial	Hidup sederhana, masih bekerja ringan	"Sekarang mah di rumah aja, kadang ke kebun."	Ibu A
Keyakinan	Makanan	Asin, gurih, dan stres	"Kalau makan asin-asin teh	Ibu M

Penyebab			pasti darah naik."	
Kebiasaan Harian	Pola tidur & ibadah	Tidur cepat, bangun dini hari	"Jam delapan tidur, jam tiga sholat malam."	Ibu E
Perilaku Sehat	Pola makan & olahraga	Mengurangi asin, gorengan, jalan kaki	"Sekarang ikan asin udah enggak, gorengan juga jarang."	Ibu R
Pengalaman Pasca Diagnosis	Respon emosional	Takut tapi pasrah	"Pusing sama takut, tapi pasrah."	Ibu A
Perspektif Penyembuhan	Kombinasi medis dan spiritual	Obat + doa	"Jangan marah, obat diminum, InsyaAllah sembuh."	Bapak I

PEMBAHASAN

Temuan ini menegaskan bahwa lansia Suku Sunda yang hidup dengan hipertensi menjalankan rutinitas harian yang berakar kuat pada struktur sosial, nilai budaya, serta pengalaman hidup mereka. Pola bangun pagi, aktivitas fisik ringan seperti berkebun atau menyapu halaman, dan kecenderungan untuk menjaga ketenangan pikiran merupakan bentuk embodied cultural practices yang mencerminkan filosofi hidup Sunda: "someah, sederhana, sarat ketenangan batin". Pola ini sejalan dengan pemahaman bahwa masyarakat Sunda cenderung mengutamakan harmoni, ketenangan, dan keseimbangan dalam kehidupan sehari-hari.

Namun, dari perspektif kesehatan kronis dan manajemen hipertensi, praktik tersebut cenderung bersifat adaptif namun belum preventif secara optimal. Aktivitas fisik memang dilakukan, tetapi sering tidak mencapai intensitas atau frekuensi yang direkomendasikan dalam standar klinis. Fenomena serupa ditemukan dalam penelitian Khasanah et al. (2024) yang menjelaskan bahwa lansia Indonesia umumnya melakukan penyesuaian perilaku setelah mengalami gejala bukan sebagai upaya pengendalian berkelanjutan. Studi tersebut menunjukkan bahwa keyakinan budaya, persepsi penyakit, dan pengalaman hidup merupakan determinan utama perilaku kesehatan lansia. Temuan penelitian ini konsisten dengan kesimpulan tersebut, terutama pada pola "minum obat jika merasa pusing" atau melakukan pengukuran tekanan darah hanya saat kondisi dirasakan mengganggu. Hal ini juga sejalan dengan temuan Trisna et al. (2024) yang menunjukkan bahwa lansia memaknai hipertensi sebagai kondisi yang perlu dikelola ketika timbul gejala, bukan secara preventif.

Perilaku diet para informan juga menunjukkan pola ganda: di satu sisi terdapat usaha mengurangi konsumsi asin dan gorengan, namun di sisi lain terdapat praktik "kebiasaan makanan turun-temurun" yang sulit sepenuhnya ditinggalkan. Pola ini selaras dengan identifikasi faktor budaya yang mempengaruhi self-care pada lansia Indonesia, di mana preferensi rasa dan kebiasaan sosial makan menjadi hambatan kontrol hipertensi (Khasanah et al., 2024). Dalam konteks budaya Sunda, makanan tidak hanya fungsi nutrisi, tetapi juga simbol kebersamaan dan penghormatan keluarga sehingga modifikasi diet sering dilakukan secara gradual, bukan drastis.

Dukungan keluarga menjadi elemen penting dalam pengalaman lansia di penelitian ini. Keluarga berfungsi sebagai penjaga ritme aktivitas harian, pengingat obat, hingga penyedia bantuan fisik dan emosional. Ini konsisten dengan temuan Silvanasari et al. (2025) bahwa fungsi keluarga memiliki hubungan yang signifikan dengan efektivitas self-care pada lansia hipertensi di Indonesia. Dukungan tersebut juga diperkuat oleh temuan Nurannisa et al. (2022) bahwa dukungan keluarga secara signifikan meningkatkan kepatuhan pengobatan pada lansia hipertensi mencerminkan bahwa bagi lansia, keluarga merupakan sistem regulasi kesehatan yang paling dekat dan efektif. Dalam konteks budaya Sunda yang memegang prinsip "silih asih, silih asah, silih asuh", dukungan keluarga bukan hanya bentuk tanggung jawab sosial, tetapi juga ekspresi moral-kultural untuk memastikan lansia tetap bermartabat dan terjaga.

Perspektif lansia mengenai hipertensi yang digambarkan dalam penelitian ini yakni "penyakit yang harus dijaga, bukan disembuhkan" mencerminkan model illness narrative berbasis penerimaan ("narima") dan kesabaran ("sabar"). Makna ini memberikan efek protektif terhadap stres, yang secara fisiologis dapat membantu menjaga kestabilan tekanan darah. Tetapi sisi lain dari pendekatan pasrah-adaptif ini adalah potensi rendahnya sense of urgency terhadap pemeriksaan rutin dan kepatuhan jangka panjang terhadap pengobatan. Khasanah et al. (2024) menyoroti bahwa lansia Indonesia membutuhkan dukungan sistematis untuk meningkatkan

kesadaran preventif bukan hanya intervensi saat gejala muncul. Pola persepsi serupa juga ditemukan oleh Trisna et al. (2024), yang menekankan bahwa lansia melihat hipertensi sebagai kondisi kronis yang harus "dikawal pelan-pelan" daripada ditangani secara ketat sejak awal.

Pendekatan etnografi dalam penelitian ini memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai kompleksitas interaksi antara budaya, kebiasaan hidup, dan pengalaman subjektif sakit pada lansia Sunda. Melalui observasi dan wawancara mendalam, penelitian ini mengungkap bukan hanya apa yang dilakukan lansia, tetapi mengapa mereka melakukannya, dan bagaimana mereka memaknai penyakitnya dalam konteks kehidupan sosial-budaya. Pendekatan ini menguatkan argumentasi bahwa intervensi kesehatan pada lansia tidak dapat bersifat generik, melainkan harus kontekstual, berorientasi budaya, dan melibatkan keluarga sebagaimana direkomendasikan dalam literatur nasional dan internasional mengenai manajemen penyakit kronis pada lansia.

Ini memperluas pemahaman mengenai peran nilai budaya Sunda dalam membentuk strategi coping dan perilaku kesehatan lansia hipertensi. Pola adaptasi terlihat kuat, tetapi diperlukan pendampingan edukasi berkelanjutan untuk mendorong transisi dari respon reaktif menjadi pengelolaan proaktif, terstruktur, dan berbasis bukti.

SIMPULAN

Hasil menunjukkan bahwa lansia suku Sunda memaknai hipertensi tidak hanya sebagai gangguan fisik, tetapi juga sebagai bagian dari takdir yang harus diterima dengan sikap sabar dan ikhlas. Kehidupan sehari-hari mereka dipengaruhi oleh nilai budaya dan dukungan keluarga, di mana kebiasaan sederhana, pola aktivitas yang seimbang antara ibadah, istirahat, dan aktivitas ringan, serta perhatian terhadap pola makan membentuk strategi adaptasi yang khas. Lansia menunjukkan perspektif pengobatan yang menggabungkan pendekatan rasional dan spiritual, sementara pengalaman pasca-diagnosis mendorong mereka untuk menyesuaikan gaya hidup secara bertahap. Temuan ini menegaskan pentingnya intervensi kesehatan yang sensitif terhadap konteks budaya, dengan keterlibatan keluarga dan komunitas, untuk mendukung pengelolaan hipertensi secara efektif. Nilai-nilai budaya Sunda seperti narima, sabar, dan ikhlas berperan sebagai kekuatan psikososial yang membantu lansia mempertahankan keseimbangan hidup meski menghadapi penyakit kronis, sehingga pemahaman kontekstual ini menjadi dasar bagi praktik keperawatan dan program kesehatan berbasis budaya yang lebih efektif.

SARAN

Saran untuk selanjutnya ditekankan pada pengembangan ilmu keperawatan berbasis budaya. Diperlukan studi replikasi atau komparasi etnografi pada suku bangsa lain di Indonesia untuk memperkaya pemahaman peran budaya dalam manajemen hipertensi. Selain itu, disarankan melakukan penelitian mixed-method atau kuantitatif untuk menguji secara statistik hubungan antara nilai spiritual lokal dengan tingkat kepatuhan pengobatan. Akhirnya, penelitian di masa depan dapat berfokus pada pengembangan dan pengujian efektivitas model intervensi keperawatan berbasis kearifan lokal melalui penelitian aksi, serta mengeksplorasi dinamika peran gender dalam dukungan keluarga terhadap lansia penderita hipertensi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing atas bimbingan dan masukan yang konstruktif selama proses penelitian dan penulisan naskah ini. Penghargaan setinggi-tingginya juga disampaikan kepada seluruh partisipan lansia suku Sunda atas kesediaan mereka berbagi data dan pengalaman. Kami mengapresiasi semua pihak yang telah memberikan dukungan moral dan teknis yang penting bagi penyelesaian artikel ilmiah ini.

DAFTAR PUSTAKA

Afriani, B., Camelia, R., & Astriana, W. (2023). Analisis kejadian hipertensi pada lansia. Jurnal Gawat Darurat, 5(1), 1–8. https://doi.org/10.32583/jgd.v5i1.912

Alhamid, T. & Anufia, B. (2019). Instrumen Pengumpulan Data.

Ermayanti. (2020). Penelitian Sosial Budaya (PSB): Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku kesehatan masyarakat Sumatera Barat dalam mematuhi protokol kesehatan. Laporan penelitian. Universitas Andalas.

Fazriana, E., Rahayu, F. P., & Supriadi. (2023). Hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah pada lansia risiko di Puskesmas Linggar Kabupaten Bandung. Health Information : Jurnal Penelitian, 15(1), 1–10. Retrieved from https://myjurnal.poltekkes-kdi.ac.id/index.php/hijp/article/view/930

Fielding, N. (1993). Ethnography. In N. Gilbert (Ed.), Researching social life (pp. 154–171). Sage Publications.

Khasanah, U., Kelliat, B. A., Afiyanti, Y., Besral, B., & Sari, D. W. (2024). The Problems and Needs of Self-Management Among Indonesian Older Adults With Hypertension: A Qualitative Study. *SAGE Open Nursing*, *10*. https://doi.org/10.1177/23779608241282915

Kresti Sundari, R., Tasalim Program Studi Profesi Ners, R., Kesehatan, F., Sari Mulia, U., Pramuka No, J., & Selatan, K. (2024). KEPATUHAN MINUM OBAT ANTIHIPERTENSI PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI. http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM

Mahendra, A., Wahyu Ilhami, M., Nurfajriani, W. V., Sirodj, R. A., Afgani, M. W., Negeri, I., Fatah, R., & Abstract, P. (2024). Metode Etnografi Dalam Penelitian Kualitatif. Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, 10(17), 159–170. https://doi.org/10.5281/zenodo.13853562

Nurannisa, D., Febtrina, R., 'Irfan, M. Z., & Kharisna, D. (2022). Family support increases the hypertension medication adherence in the elderly at Public Health Center of Simpang Tiga Pekanbaru. Science Midwifery, 10(5), 4246–4253. https://doi.org/10.35335/midwifery.v10i5.1010

Raudhoh, S., & Pramudiani, D. (2021). Lansia asik, lansia aktif, lansia poduktif. MEDIC: Medical Dedication: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat FKIK UNJA, 4(1), 126-130. https://doi.org/10.22437/medicaldedication.v4i1.13458

Silvanasari, I. A., Maurida, N., Vitaliati, T., & Basri, A. A. (2025). Family Health Care Function is Related to Self-Care Management in Elderly with Hypertension. Jurnal EduHealth, 16(01), 688–693. Retrieved from https://ejournal.seaninstitute.or.id/index.php/healt/article/view/5692

Sofatur Rizky, M., & Aguspriyani, Y. (2023). Teknik pengambilan sampel purposive dalam mengatasi kepercayaan masyarakat pada Bank Syariah Indonesia. Neraca Manajemen Ekonomi, 3. https://doi.org/10.8734/mnmae.v1i2.359

Syifa, P., & MS, H. (2025). Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Rw 003 Wilayah Kerja Puskesmas Pataruman Kabupaten Bandung Barat Tahun 2025. SINERGI : Jurnal Riset Ilmiah, 2(3), 1594-1604. https://doi.org/10.62335/sinergi.v2i3.1069

Trisna, I. A. R., Duarsa, D. P., & Ani, L. S. (2024). Elderly perception of hypertension and its treatment in Gianyar District, Bali. Public Health and Preventive Medicine Archive, 12(1), 27–40. https://doi.org/10.53638/phpma.2024.v12.i1.p03

Wardanengsih, E., Darwis, N., Surianti, T., Ba, A., & Mus, I. (2023). Status tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. Hospital Majapahit, 15(2).