

MENINGKATKAN PENGETAHUAN MASYARAKAT MENGENAI HIPERTENSI DENGAN METODE PENYULUHAN MENGGUNAKAN MEDIA *AUDIO VISUAL*

M. Arif Nurhidayat^{1*}, Ima Nuriatul Mualimah², Ajeng Salsabilah³, Suhariyati⁴

¹Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Muhammadiyah Lamongan

^{2,3,4}Program Studi Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Lamongan

email:marifnurhidayat36@gmail.com¹, riyariyaya12@gmail.com²

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang sering ditemui di seluruh lapisan masyarakat dengan faktor utama penyakit kardiovaskular. Penyebab utama penyakit ini yaitu faktor genetika, perubahan gaya hidup dan stres. Apabila hipertensi tidak segera ditangani tentunya akan menimbulkan komplikasi seperti gangguan pada ginjal, stroke hingga meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular. Klasifikasi hipertensi menurut WHO tekanan darah normal : 90-120 mmHg, pra-hipertensi : 120-139 mmHg, hipertensi tingkat 1 : 140-159 mmHg dan hipertensi tingkat 2: lebih dari 160 mmHg. Fenomena yang sering ditemui yaitu tingkat pengetahuan tentang penyakit hipertensi ini masih banyak masyarakat yang belum mengetahui tentang penyebab, tanda dan gejala maupun cara untuk mengatasi hipertensi. Kasus hipertensi semakin bertambah kian tahun, sehingga perlu adanya upaya kesehatan sebagai langkah preventif. Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Tunggungjagir yang merupakan salah satu desa terletak di Kecamatan Mantup, Kabupaten Lamongan. Tujuan pengabdian masyarakat berupa sosialisasi ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi Metode yang digunakan adalah metode ceramah yang dilanjutkan sesi tanya jawab dengan menggunakan media audiovisual serta leaflet. Hasil pengabdian Masyarakat ini menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata pengetahuan hipertensi dari 79,6 menjadi 86,9 setelah diberikan Pendidikan kesehatan. Kegiatan pengabdian berupa pendidikan kesehatan dapat meningkatkan kualitas hidup dengan pengenalan prinsip-prinsip pencegahan dan diharapkan dapat menurunkan prevalensi dari penyakit itu sendiri.

Kata Kunci: Hipertensi; Tekanan Darah; Suara Gambar

ABSTRACT

Hypertension is a chronic disease that is often found in all levels of society with the main factor being cardiovascular disease. The main causes of this disease are genetics, lifestyle changes and stress. If hypertension is not treated immediately, it will certainly cause complications such as kidney problems, stroke and increase the risk of cardiovascular disease. Classification of hypertension according to WHO: normal blood pressure: 90-120 mmHg, pre-hypertension: 120-139 mmHg, grade 1 hypertension: 140-159 mmHg and grade 2 hypertension: more than 160 mmHg. The phenomenon that is often encountered is the level of knowledge about hypertension. Many people still do not know about the causes, signs and symptoms or how to treat hypertension. Hypertension cases are increasing every year, so there is a need for health efforts as a preventive measure. This community service was carried out in Tunjungnjagir Village, which is one of the villages located in Mantup District, Lamongan Regency. The aim of this community service in the form of socialization is to increase public knowledge about hypertension. The method used is a lecture method followed by a question and answer session

using audiovisual media and leaflets. The results of this community service show an increase in the average value of hypertension knowledge from 79.6 to 86.9 after being given health education. Service activities in the form of health education can improve the quality of life by introducing the principles of prevention and are expected to reduce the prevalence of the disease itself.

Keywords: *Hypertension; Blood Pressure; AudioVisual*

PENDAHULUAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dengan sasarannya adalah ibu anggota PKK di Desa Tunggunjagir. Dimana mayoritas sudah memasuki usia 30 tahun dan lansia. Penyakit Hipertensi sering ditemukan tanpa dan dengan gejala sekalipun. Fenomena yang sering dijumpai ialah banyak dari lansia yang menderita hipertensi namun masih belum mengetahui penyakitnya juga cara untuk mengontrol tekanan darah (Marbun & Hutapea, 2022). Hal tersebut menyebabkan tekanan darah yang tidak terkendali. Usia juga merupakan salah satu factor tidak bisa dirubah yang dapat menimbulkan hipertensi. Hipertensi ialah kondisi gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi tersalur ke jaringan tubuh menjadi terhambat. Sering pula dikenal dengan *Silent killer* dikarenakan termasuk dalam penyakit mematikan tanpa disertai tanda dan gejalanya. (Adam et al., 2019; A. P. Hastuti & Kep, 2020; Tambunan et al., 2021).

Berdasarkan data WHO menyebutkan bahwasannya penderita hipertensi terus bertambah pada 2025 mendatang (La Ode Alifariki, 2020). Sementara hasil Riskesdas tahun 2018 sebanyak 34,1% pada penduduk berusia 18 tahun, 31,6% pada penduduk berusia 31-41 tahun, 45,3% pada penduduk berusia 45-54 tahun, sementara 55-64 tahun sebesar 55,2%. Berdasarkan studi pendahuluan pada 3 Agustus 2023 di Desa Tunggunjagir dengan metode wawancara didapatkan hasil sebanyak (58%) 7 dari 12 orang menunjukkan tanda dan gejala hipertensi (Lidiasari, 2019; Umah et al., 2023).

Masalah hipertensi menjadi masalah dengan penyebab multifactorial. Factor risiko yang tidak dapat diubah diantaranya keturunan dan usia, sementara factor yang dapat diubah seperti kebiasaan hidup dengan pola tidak sehat, konsumsi garam berlebih, kebiasaan minum beralkohol dan kurang aktifitas fisik (Andri et al., 2021). Dalam gaya hidup modern yang dianut masyarakat saat ini, masyarakat lebih menyukai hal-hal yang serba cepat. Oleh karena itu, mereka cenderung malas berolahraga dan lebih memilih mengonsumsi makanan olahan yang tinggi natrium (Putra, n.d.). Meski pola makan sehat tidak menjamin tidak akan sakit, setidaknya bisa meminimalkan risiko sakit dengan memperhatikan kebiasaan makan sehari-hari. Pola makan merupakan perilaku terpenting yang dapat mempengaruhi status gizi. Hal ini karena kuantitas dan kualitas makanan dan minuman yang dikonsumsi mempengaruhi asupan gizi dan pada waktunya mempengaruhi kesehatan individu dan masyarakat, meningkatnya jumlah penderita darah tinggi disebabkan oleh perubahan gaya hidup, termasuk merokok. Merokok dapat menyebabkan tekanan darah tinggi. Pasalnya, bahan kimia dalam rokok dapat merusak lapisan dinding arteri sehingga lebih rentan terhadap penumpukan plak (aterosklerosis) (Putra, n.d.). Penyumbang angka morbiditas dan mortalitas penderita hipertensi dapat disebabkan oleh kurangnya pengetahuan mengenai hipertensi (Ernawati et al., 2020).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Agustini (2019) sejalan dengan Anggreani (2020) yang menunjukkan adanya hubungan pengetahuan hipertensi yang baik dengan tekanan darah yang stabil. Sementara responden dengan tingkat pengetahuan rendah memiliki tekanan darah yang kurang stabil (Asri et al., 2022).

Penderita hipertensi beberapa tidak merasakan tanda dan gejala yang bisa disadari secara spesifik hal ini akibat kurangnya kesadaran untuk cek kesehatan rutin (Adrian, 2019). Lebih lanjut hipertensi dapat berpotensi menyebabkan penyakit kardiovaskular dan kerusakan organ (Iqbal et al., 2021; Suprayitno & Huzaimah, 2020). Salah satu upaya yang dapat dicanangkan yaitu dengan dilaksanakannya edukasi tentang hipertensi (Purba et al., 2023). Upaya preventif dengan dapat dilakukan dengan skrining kesehatan dan memberikan penjelasan terkait pengertian, tanda gejala, bahaya dan cara mencegah hipertensi (Djafar, 2021; Yanita, 2022). Mengenalkan manajemen hipertensi diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan terkait hipertensi yang diterapkan melalui tujuan mengurangi factor penyebab timbulnya hipertensi (Kurnia, 2021; Mufarokhah, 2020; Wade, 2023). Dalam Pendidikan kesehatan dapat pula digunakan media yang menarik dan mudah dipahami oleh peserta yang hadir salah satunya adalah penggunaan booklet atau juga dapat menggunakan leaflet (Siswoaribowo et al., 2023).

Promosi kesehatan sering kali menjadi salah satu cara untuk memberikan edukasi kepada masyarakat terkait upaya peningkatan kesehatan masyarakat (Saraswati & Novianti, 2019). Petugas kesehatan perlu memperhatikan sasaran agar mencapai tujuan yang akan dilakukan. Petugas kesehatan dalam masalah hipertensi selain melakukan skrining kesehatan dapat membantu pasien dengan memantau kepatuhan dalam meminum obat hipertensi (Martiningsih, 2019). Pengetahuan yang didapat diharapkan memberi dampak positif sehubungan dengan perubahan perilaku masyarakat terhadap kesehatan, sehingga dapat menerapkan cara pencegahan dengan baik dan benar (M. Hastuti, 2022).

Promosi kesehatan dilakukan melalui metode edukasi tentang hipertensi dan faktor risikonya. Tujuan dari kegiatan sosialisasi ini adalah untuk memberikan pengetahuan kepada masyarakat tentang penyakit hipertensi dan upaya pencegahannya. (Hamzah et al., 2022) Semakin banyak masyarakat mengetahui tentang tekanan darah tinggi, semakin baik seseorang dalam mengendalikannya dan semakin mampu mereka mengendalikan tekanan darahnya. Pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi juga mempengaruhi kepatuhan masyarakat melakukan pengobatan. (Hamzah et al., 2022) Ketidaktahuan yang dialami banyak masyarakat yang menyadari bahwa dirinya mempunyai faktor risiko hipertensi tapi tidak peduli dengan tekanan darah tinggi yang diderita. Dalam hal ini muncul gejala yang menyebabkan masalah karena disebabkan oleh hipertensi Hal ini bisa diatasi dengan memberikan upaya menyebarkan ilmu pengetahuan pada komunitas hipertensi. Kesadaran dan kemauan masyarakat untuk mencegah dan mengobati tekanan darah Untuk memungkinkan kontrol yang tepat atau pemeliharaan preventif tekanan darah di rumah Mencegah komplikasi dari tekanan darah tinggi. Jadi mari kita lakukan itu Oleh karena itu, pelayanan kesehatan sebagai salah satu bentuk sosialisasi mengenai isu-isu terkait hipertensi sangat diperlukan. agar masyarakat menjadi lebih sadar Waspada bahaya darah tinggi dan cara mencegah berkembangnya penyakit tersebut . Kalaupun terjadi hipertensi, masyarakat dapat melakukan tindakan pencegahan untuk mencegah terjadinya hipertensi. (Kepada Masyarakat et al., n.d.)

Tujuan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat pendidikan kesehatan kepada ibu-ibu PKK di Desa Tunggungjagir adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang hipertensi. Selanjutnya melakukan skrining awal dengan cek tekanan darah untuk mengetahui tanda dan gejala hipertensi di Desa Tunggungjagir. Informasi selanjutnya akan digunakan sebagai data tentang kesehatan masyarakat di Desa Tunggungjagir.

MATERI DAN METODE

Metode Kegiatan

Pengabdian ini dilaksanakan di Balai Desa Tunggunjagir. Metode yang digunakan dalam pengabdian kali ini adalah metode ceramah sementara sesi tanya jawab sebagai langkah mencari solusi yang tepat untuk permasalahan yang dihadapi. Persiapan yang dilakukan meliputi koordinasi dengan pihak perangkat desa, kontrak waktu dan tempat, mempersiapkan media berupa power point dan leaflet serta materi yang akan disampaikan.

Tahapan dalam kegiatan pengabdian ini meliputi sambutan, pengisian *pre-test*, penyampaian materi, sesi tanya jawab, pengisian *post-test*, skrining dan penutup. Selanjutnya pada tahap evaluasi melalui pengisian *pre-test* dan *post-test* untuk mengetahui pengetahuan partisipan terkait hipertensi sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan. Peningkatan pengetahuan partisipan juga dapat dilihat dari hasil observasi sikap dan antusiasme partisipan selama program dilaksanakan.

Untuk menunjang pelaksanaan program pengabdian, tahap persiapan yang dilakukan meliputi:

1. Persiapan media yang digunakan dalam upaya promosi kesehatan pencegahan hipertensi adalah materi presentasi terkait hipertensi dan faktor risikonya terdiri dari file power point tentang hipertensi, leaflet, LCD dan layar proyektor. Metode yang digunakan dalam promosi kesehatan ini adalah metode ceramah disertai pemeriksaan tekanan darah dan dilanjutkan dengan tanya jawab serta diskusi. Sasaran promosi kesehatan ini adalah masyarakat Desa Tunggunjagir merupakan salah satu desa di Kecamatan Mantup Kabupaten Lamongan.
2. Setelah mendapat persetujuan selanjutnya melakukan implementasi promosi kesehatan kepada masyarakat desa Tunggunjagir meliputi pencegahan dan bahaya dari hipertensi. Promosi kesehatan dilakukan dengan bertempat di Balai Desa Tunggunjagir. Promosi kesehatan dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi serta menggunakan media edukasi berupa leaflet dan power point.
3. Pada tahap evaluasi dilakukan monitoring dan pendampingan program untuk mengawasi keberhasilan program dilaksanakan. Pada tahap ini bertujuan untuk mengetahui pengetahuan masyarakat desa Tunggunjagir mengenai Hipertensi. Adapun monitoring dilaksanakan dengan dua cara yaitu kuisioner *pre-test* dan *post-test*. Selanjutnya dilakukan skrining cek tekanan darah dan diakhiri dengan penutup.

Lokasi Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan topik Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat Mengenai Hipertensi Dengan Metode Penyuluhan Menggunakan Media Audio Visual di laksanakan di balai desa Tunggunjagir Kecamatan Mantup Kabupaten Lamongan

Peserta

Kegiatan sosialisasi dihadiri oleh para warga masyarakat desa Tunggunjagir Kecamatan Mantup Kabupaten Lamongan. Kegiatan Penyuluhan ini di hadiri oleh warga sekitar yang berjumlah 58 orang yang merupakan ibu ibu paguyuban PKK desa serta ada 19 mahasiswa yang hadir untuk melakukan sosialisasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari kegiatan promosi kesehatan terkait dengan hipertensi, sebagai berikut.

1. Perizinan dan Pertemuan Dengan Perwakilan

Tim melaksanakan perizinan ke pihak Desa Tunggunjagir Kecamatan Mantup Kabupaten Lamongan. Dalam proses perizinan tim dating menemui pihak pemerintah desa terutama kepala desa untuk meminta izin mengenai pelaksanaan agenda pengabdian masyarakat ini, setelah itu tim menemui ketua PKK untuk meminta izin sekaligus membicarakan mengenai agenda pengabdian masyarakat yang akan dilakukan sosialisasi mengenai hipertensi kepada masyarakat desa Tunggunjagir dengan melalui perwakilan dari tim yang sudah meminta izin ke beberapa pihak maka menghasilkan informasi berupa akan adanya 58 orang partisipan yang mayoritas merupakan perempuan. Setelah mendapat perizinan dilanjutkan dengan persiapan materi hipertensi serta sarana dan prasana yang sekiranya dibutuhkan untuk Pendidikan kesehatan.

2. Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

Pengabdian Masyarakat dilakukan di Balai Desa Tunggunjagir Kecamatan Mantup Kabupaten Lamongan. Dihadiri oleh peserta sebanyak 58 ibu-ibu. Pelaksanaan pengabdian Masyarakat ini menggunakan pre-test dan post-test pada ibu-ibu untuk mengetahui keberhasilan program. Pada kegiatan awal pelaksanaan pengabdian masyarakat ini, kami mengarahkan ibu ibu untuk mengisi pre test untuk melihat pengetahuan awal mengenai hipertensi, setelah selesai mengisi lembar pre-test, kami memberikan sosialisasi berupa paparan materi mengenai hipertensi yang berisi pengertian hipertensi, penyebab hipertensi serta cara mengatasi terjadinya hipertensi melalui media po power point dan leaflet, ketika pemaparan materi selesai, kami mengarah kembali ibu ibu untuk mengisi lembar post test untuk melihat tingkat pengetahuan ibu ibu mengenai hipertensi.

3. Monitoring dan Pendampingan

Monitoring dan pendampingan dilakukan setelah pemberian edukasi hipertensi pada ibu-ibu. Tujuan dalam tahap ini ialah untuk mengetahui pemahaman ibu-ibu tentang pencegahan dan bahaya dari hipertensi . monitoring dan pendampingan dilakukan di awal pengisian lembar pre test sampai tahap tanya jawab. Ibu ibu masyarakat desa tunggunjagir sangat antusias dalam kegiatan sosialisasi hipertensi ini, banyak sekali pertanyaan yang di ajukan setelah pengisian lembar post test dan kami juga memberikan pengecekan tekanan darah secara gratis kepada ibu ibu masyarakat desa tunggunjagir untuk mengecek kondisi kesehatan serta kondisi tekanan darah ibu ibu masyarakat desa tunggunjagir. Ibu-ibu juga melakukan konsultasi mengenai hipertensi dengan berbicara santai dengan mahasiswa secara ramah dan terbuka.

Tabel 1. Hasil Pretest dan Postest Responden Desa Tunggunjagir Tentang Hipertensi

Pengetahuan	Tingkat Pemahaman	Pretest	Postets
Mengenai Hipertensi	Baik	(1) 2%	(10) 36%

Cukup	(54) 96%	(52) 64%
Kurang	(1) 2%	(0) 0%

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa hasil pre-test pengetahuan responden menunjukan sebagian besar responden memiliki pengetahuan cukup tentang hipertensi sebanyak 2% baik, 96% cukup dan pengetahuan partisipan yang kurang (2%). Sementara, hasil post test setelah dilakukan Pendidikan ksesehatan menunjukan tingkat pengetahuan responden yang baik (36%) dan cukup (64%). Pada tabel terlihat adanya peningkatan tingkat pemahaman yang diperoleh masyarakat ketika sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan sosialisasi mengenai hipertensi ini, terutama pada tingkat pemahaman secara baik, terlihat sebelum dilakukannya sosialisasi hanya ada 1 masyarakat yang tingkat pemahamannya baik namun setelah dilakukan kegiatan sosialisasi terjadi peningkatan yaitu ada 10 masyarakat yang tingkat pemahamannya secara baik mengenai hipertensi, maka dari itu dengan adanya sosialisasi ini dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi.

Tabel 2. Hasil Rata-Rata Pengetahuan Responden Terkait Hipertensi Di Desa Tunggunagir

Pengetahuan	Pretest	Postets
Mengenai Hipertensi	79,6	86,9

Terjadi peningkatan pengetahuan setelah dilaksanakan penyuluhan kesehatan (lihat Tabel 2). Rata-rata nilai pengetahuan partisipan tentang hipertensi dengan nilai pre-test 79,6 meningkat menjadi 86,6 dari program promosi kesehatan. Pelaksanaan program promosi kesehatan ini dapat memberikan manfaat yang berkaitan dengan peningkatan pengetahuan partisipan tentang hipertensi. Peningkatan ini menunjukkan adanya perkembangan pesat dari pemberian sosialisasi mengenai pengetahuan hipertensi pada masyarakat sehingga dari pemberian sosialiasi tersebut pengetahuan masyarakat akan hipertensi mengalami peningkatan sehingga masyarakat akan lebih mengetahui akan bahaya hipertensi.



Gambar 1. Sosialisasi mengenai Hipertensi



Gambar 2. Pendampingan Pengisian Lembar Pretest dan Posttest



Gambar 3. Skrinning kesehatan Terhadap Responden

KESIMPULAN

Kesimpulan

Desa Tunggunjagir berjalan dengan lancar. Tingkat pengetahuan responden meningkat secara signifikan setelah dilakukan promosi kesehatan tentang hipertensi dengan media power point dan leaflet. Dengan nilai rata-rata pengetahuan ibu tentang hipertensi pre-test sebanyak 79,6 dan hasil post test 86,6 Program promosi kesehatan ini mampu meningkatkan pengetahuan ibu-ibu. Implementasi Pendidikan kesehatan yang dilaksanakan kepada masyarakat dapat membantu meningkatkan motivasi masyarakat untuk hidup sehat dan menurunkan morbiditas serta mortalitas akibat hipertensi. Pendidikan kesehatan ini dapat dilakukan sebagai bentuk upaya kesehatan peningkatan kesejahteraan masyarakat serta sebagai sarana untuk mengetahui pola hidup masyarakat yang ada di daerah tersebut. Adanya pengabdian masyarakat ini mampu membuat masyarakat tersadar akan pentingnya menjaga kesehatan serta memberikan klarifikasi pemahaman mengenai isu-isu mengenai seputar kesehatan yang tersebar luas di kalangan masyarakat.

Saran kegiatan Lanjutan

Saran kegiatan selanjutnya diperoleh dari hasil evaluasi maupun temuan dilapangan (misalnya permintaan dari mitra PKM)

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih terutama ditujukan kepada Universitas Muhammadiyah Lamongan melalui pihak LPPM UMLA yang telah memberikan dana sehingga kami bisa melaksanakan kegiatan penelitian sekaligus pengabdian masyarakat secara lancar dan ucapan terima kasih juga di sampaikan kepada pemerintah desa Tunggunjagir yang telah menerima kami sekaligus memberikan kami kesempatan untuk melakukan pengabdian masyarakat serta melakukan penelitian serta sosialisasi mengenai hipertensi di desa Tunggunjagir. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pihak-pihak yang membantu pelaksanaan kegiatan Pengabdian masyarakat ini terutama kepada dosen pembimbing lapangan yang selalu memberikan bimbingan beserta arahan untuk kami agar kegiatan yang kami lakukan berjalan dengan baik serta ucapan terima kasih kepada teman teman atau tim pengabdian masyarakat yang sudah bekerja keras agar kegiatan maupun program pengabdian masyarakat ini berjalan dengan lancar.

REFERENSI

- Adam, L., Poltekkes, K., & Gorontalo, K. (2019). DETERMINAN HIPERTENSI PADA LANJUT USIA DETERMINANTS OF HYPERTENSION IN ELDERLY. *Jambura Health and Sport Journal*, 1(2).
- Adrian, S. J. (2019). Hipertensi esensial: diagnosis dan tatalaksana terbaru pada dewasa. *Cermin Dunia Kedokteran*, 46(3), 172–178.
- Agustini, A. (2019). Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Dukungan Keluarga dengan Pencegahan Hipertensi pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan MEDISINA AKPER YPIB MAjalengka*, V, 1–17.
- Andri, J., Permata, F., Padila, P., Sartika, A., & Andrianto, M. B. (2021). Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Menggunakan Intervensi Slow Deep Breathing Exercise. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(1), 255–262.
- Anggreani, N. (2020). *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Lansia Dengan Riwayat Hipertensi Dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Lansia Di Puskesmas Sibolangit Kabupaten Deli Serdang Tahun 2019*.
- Asri, I. P., Salamah, N. P., Putri, A. M., Khairunnisa, A., Afifah, F., & Kusumastuti, I. (2022). Analisis Faktor Risiko Kejadian Hipertensi di Wilayah Kota Depok: Analysis of Risk Factors for Hypertension in the Kota Depok. *Journal of Public Health Education*, 1(3), 170–184.
- Djafar, T. (2021). *Promosi Kesehatan: Penyebab Terjadinya Hipertensi*.
- Ernawati, I., Fandinata, S. S., & Permatasari, S. N. (2020). *Buku referensi: kepatuhan konsumsi obat pasien hipertensi: pengukuran dan cara meningkatkan kepatuhan*. Penerbit Graniti.
- Hamzah, S., Hikma Saleh, S. N., & B, H. (2022). Upaya Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi Melalui Metode Penyuluhan. *Jurnal Pengabdiaan Masyarakat Kasih (JPMK)*, 3(2), 7–13. <https://doi.org/10.52841/jpmk.v3i2.234>

- Hastuti, A. P., & Kep, M. (2020). *Hipertensi*. Penerbit Lakeisha.
- Hastuti, M. (2022). HUBUNGAN PERAN PERAWAT DENGAN PELAKSANAAN PROMOSI KESEHATAN PADA PENDERITA HIPERTENSI. *Jurnal Keperawatan Priority*, 5(1), 73–79.
- Iqbal, M., Triyandi, R., Sukohar, A., Ramdini, D. A., WS, M. F., Safitri, N., Zeta, N. K., LP, E. A., & Elisa, S. (2021). Bahaya Hipertensi dan Komplikasinya: Sebuah Penyakit Pemutus Kebahagiaan dan Harapan Hidup. *JPM (Jurnal Pengabdian Masyarakat) Ruwa Jurai*, 6(1), 126–134.
- Kepada Masyarakat, P., Amelia, S., Kristianus, W., & Olivia Lontoh, S. (n.d.). *Seminar Nasional Hasil Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat 2021 Pengembangan Ekonomi Bangsa Melalui Inovasi Digital Hasil Penelitian dan*.
- Kurnia, A. (2021). *Self-management hipertensi*. Jakad Media Publishing.
- La Ode Alifariki, S. K. (2020). *Epidemiologi Hipertensi: Sebuah Tinjauan Berbasis Riset*. Penerbit LeutikaPrio.
- Lidiasari, B. M. (2019). Hubungan tingkat pengetahuan mengenai hipertensi dengan kepatuhan minum obat antihipertensi pada penderita hipertensi di Poliklinik Penyakit Dalam Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang. *Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang*, 1–24.
- Marbun, W. S., & Hutapea, L. M. N. (2022). Penyuluhan Kesehatan pada Penderita Hipertensi Dewasa terhadap Tingkat Pengetahuan Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(1), 89–99. <https://doi.org/10.31539/jks.v6i1.4170>
- Martiningsih, U. (2019). Hubungan peran petugas kesehatan terhadap kepatuhan minum obat antihipertensi pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Parit H. Husin II Kota Pontianak. *ProNers*, 3(1).
- Mufarokhah, H. (2020). *Hipertensi dan Intervensi Keperawatan*. Penerbit Lakeisha.
- Purba, S. D., Sipayung, A. D., & Sembiring, T. U. J. (2023). Peningkatan Pengetahuan Lansia Dengan Edukasi Hipertensi Di Yayasan Guna Budi Bakti Tahun 2023. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 4(1), 117–120.
- Putra, S. (n.d.). *Pengaruh Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi di Indonesia (A: Systematic Review)*.
- Saraswati, D., & Novianti, S. (2019). Bina masyarakat dalam pengendalian hipertensi. *Jurnal Pengabdian Siliwangi*, 5(1).
- Siswoaribowo, A., Hayati, F., & Nurhanisa, A. (2023). EFEKTIVITAS HYPERTENSION SELF-MANAGEMENT EDUCATION (HESME) DENGAN BOOKLET TERHADAP PERAWATAN MANDIRI KELUARGA PASIEN HIPERTENSI. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 34–38.
- Suprayitno, E., & Huzaimah, N. (2020). Pendampingan lansia dalam pencegahan komplikasi hipertensi. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(1), 518–521.
- Tambunan, F. F., Nurmayni, N., Rahayu, P. R., Sari, P., & Sari, S. I. (2021). *Hipertensi (Si Pembunuh Senyap)*.
- Umah, K., Zahroh, R., Kinarti, Y. M., Program,), Ners, S., Kesehatan, I., Gresik, U., & Keperawatan, S. I. (2023). PENYULUHAN HIPERTENSI PADA LANSIA SEBAGAI UPAYA MENCEGAH DAN PENGENDALIAN HIPERTENSI DI POSYANDU LANSIA DI DESA SUCI KECAMATAN MANYAR KABUPATEN GRESIK. In *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Nusantara* (Vol. 1, Issue 2). <https://nafatimahpustaka.org/pengmas/>
- Wade, C. (2023). *Mengatasi Hipertensi*. Nuansa Cendekia.
- Yanita, N. I. S. (2022). *Berdamai dengan hipertensi*. Bumi Medika.