

## PENGUATAN PENGETAHUAN RISIKO KOMPLIKASI HIPERTENSI PADA LANSIA MELALUI KEGIATAN EDUKASI KESEHATAN

Beti Kristinawati<sup>1\*</sup>, Violeta Yuman Tanaya<sup>2</sup>, Navian Fauzi Arifudin<sup>3</sup>,  
Lilik Subagiyo Utomo<sup>4</sup>, Rafi Abrar Pratama<sup>5</sup>, Shafira Eka Damayanti<sup>6</sup>

<sup>1</sup>Department of Medical Surgical Nursing, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

<sup>2,3,4</sup>Department of Registered Nurse, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Sukoharjo, Indonesia

<sup>5,6</sup>School of Nursing, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

[bk115@ums.ac.id](mailto:bk115@ums.ac.id)

---

### ABSTRAK

---

**Abstrak:** Hipertensi adalah salah satu masalah kesehatan utama di kalangan lansia, terutama di Desa Nganjat, Polanharjo, Klaten, di mana terdapat risiko komplikasi hipertensi yang tinggi. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan lansia terkait risiko, gejala, dan pencegahan hipertensi. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE) dengan pendekatan ceramah dan diskusi interaktif. Kegiatan ini melibatkan 60 lansia sebagai peserta. Evaluasi dilakukan melalui angket sebelum dan sesudah kegiatan untuk mengukur tingkat pemahaman peserta. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan dari 40% sebelum edukasi menjadi 81,7% setelah edukasi. Evaluasi partisipasi aktif peserta juga menunjukkan antusiasme tinggi dalam memahami materi. Dengan peningkatan ini, diharapkan lansia mampu mengelola hipertensi secara lebih efektif, sehingga mengurangi risiko komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup mereka.

**Kata Kunci:** Edukasi Kesehatan; Komplikasi Hipertensi; Lansia; Penyakit Jantung Koroner.

***Abstract:** Hypertension presents a significant health challenge for the elderly, particularly in areas such as Nganjat Village, Polanharjo, and Klaten, where the risk of related complications is notable. This initiative aimed to empower older adults by enhancing their understanding of the risks, symptoms, and prevention strategies for hypertension. Utilizing a communication, information, and education (IEC) approach, we facilitated engaging lectures and interactive discussions that encouraged active participation. A total of 60 older adults took part in the program. To assess its effectiveness, we administered questionnaires before and after the sessions to measure changes in knowledge. The findings revealed a remarkable increase in understanding, with knowledge levels rising from 40% to 81.7% following the education. Furthermore, participants demonstrated a strong enthusiasm for the material, indicating their commitment to learning. With this newfound knowledge, we anticipate that the elderly will be better prepared to manage hypertension, ultimately reducing their risk of complications and enhancing their quality of life.*

**Keywords:** Coronary Heart Disease; Elderly; Health Education; Hypertension Complications.



#### Article History:

Received: 19-11-2024

Revised : 08-01-2025

Accepted: 13-01-2025

Online : 01-02-2025



This is an open access article under the  
**CC-BY-SA** license

## A. LATAR BELAKANG

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang umum terjadi di seluruh dunia (Lukitaningtyas & Cahyono, 2023). Hipertensi ditandai dengan tekanan darah sistolik sebesar  $\geq 140$  mmHg dan/atau tekanan darah diastolik sebesar  $\geq 90$  mmHg setelah dilakukan pengukuran berulang (Yulianti et al., 2023). Kondisi ini sering disebut sebagai "silent killer" karena sering kali tidak menunjukkan gejala, namun dapat menimbulkan komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal (Wijaya et al., 2024).

Penyebab hipertensi meliputi faktor genetik, pola makan tinggi garam, kurangnya aktivitas fisik, stres, konsumsi alkohol, dan merokok (Halim & Sutriyawan, 2022). Menurut *World Health Organization* (2023), sebanyak 1,28 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun di seluruh dunia mengalami hipertensi, dan 46% di antaranya tidak menyadari kondisi tersebut. Di Indonesia, jumlah penderita hipertensi mencapai 598.988 orang, dengan 88.180 kasus (6,9%) pada tahun 2023. Data menunjukkan bahwa hanya 54,6% penderita hipertensi yang telah mendapatkan edukasi mengenai pengobatan (Survei Kesehatan Indonesia, 2023). Fakta ini menunjukkan pentingnya upaya peningkatan pengetahuan masyarakat, terutama pada kelompok yang rentan.

Lansia merupakan kelompok yang rentan mengalami hipertensi akibat penurunan elastisitas pembuluh darah seiring bertambahnya usia (Qasanah et al., 2024). Hipertensi yang tidak terkontrol pada lansia dapat memperburuk kondisi kesehatan dan menyebabkan komplikasi serius seperti penyakit jantung dan stroke (Asseggaf et al., 2024). Oleh karena itu, menjaga pola hidup sehat dan rutin memeriksa tekanan darah sangat penting untuk mencegah dampak buruk hipertensi. Pengetahuan yang baik tentang hipertensi sangat penting bagi lansia untuk mencegah komplikasi (Arifin et al., 2021). Penelitian menunjukkan bahwa edukasi memberikan pengaruh signifikan terhadap sikap dan upaya pencegahan komplikasi pada penderita hipertensi (Dinita & Maliya, 2024). Dengan pemahaman tentang faktor risiko dan cara pengendalian tekanan darah, lansia dapat lebih proaktif menjaga kesehatannya.

Edukasi yang tepat juga dapat meningkatkan kualitas hidup lansia dengan mengajarkan mereka mengenali risiko, gejala, dan pencegahan hipertensi (Noviani & Astari, 2023). Mahmuda et al. (2022) mengungkapkan bahwa edukasi yang terstruktur dan berkelanjutan dapat membantu peserta meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam mencegah komplikasi hipertensi. Hal ini diperkuat oleh Dafriani et al. (2023) yang menemukan bahwa edukasi dapat membantu lansia menerapkan pola hidup sehat dan memantau tekanan darah secara rutin. Peningkatan pengetahuan masyarakat, terutama pada kelompok lansia, memerlukan pendekatan edukasi yang efektif. Edukasi ini diharapkan mampu mengurangi angka

kejadian hipertensi yang tidak terdiagnosis dan meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pencegahan komplikasi.

Penduduk Desa Nganjat, Polanharjo, Klaten, terdapat 267 lansia, 15 di antaranya menderita hipertensi, dan sebanyak 70 orang lainnya memiliki risiko penyakit jantung koroner (PJK). Diantara kelompok lansia tersebut terdapat 2 orang yang sudah terdiagnosis PJK. Lansia di Desa Nganjat mayoritas merokok. Riwayat pekerjaan menunjukkan mayoritas bekerja sebagai peternak ikan dan petani, dengan tingkat pendidikan rata-rata setara Sekolah Menengah Pertama/SMP. Kondisi ini menunjukkan desa Nganjat, Polanharjo, Klaten, menghadapi masalah yang cukup serius terkait hipertensi pada lansia. Sebagian besar lansia belum memahami secara mendalam tentang faktor risiko, gejala, serta langkah-langkah pencegahan hipertensi. Akibatnya, banyak lansia yang tidak menyadari pentingnya kontrol tekanan darah secara rutin, menjalankan pola hidup sehat, atau mengonsumsi obat secara teratur. Selain itu, kurangnya akses terhadap informasi kesehatan juga menjadi tantangan, terutama bagi lansia yang tidak terbiasa menggunakan media digital (Herawati, 2021). Kader kesehatan setempat seringkali mengalami keterbatasan dalam menyampaikan informasi yang sistematis dan menarik, sehingga pesan kesehatan sulit dipahami oleh masyarakat (Suiraoaka et al., 2024). Masalah ini diperparah oleh kebiasaan makan dengan kandungan garam tinggi dan kurangnya aktivitas fisik, yang semakin meningkatkan risiko komplikasi hipertensi seperti stroke, gagal jantung, atau gangguan ginjal pada lansia (Hijriana et al., 2022).

Berbagai penelitian telah menunjukkan pentingnya pengetahuan dan edukasi dalam pengelolaan hipertensi, khususnya pada pasien lansia. Oktaria et al. (2023) menemukan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan sikap diet pada pasien hipertensi, di mana pengetahuan yang lebih baik mendorong sikap positif terhadap diet yang dianjurkan. Fitriyaningsih et al. (2021) menegaskan bahwa penyuluhan kesehatan dapat meningkatkan pemahaman lansia tentang hipertensi, sehingga mereka lebih sadar akan pentingnya pengelolaan penyakit ini. Hal ini sejalan dengan temuan Devi & Putri (2021), yang mengungkapkan bahwa pendidikan kesehatan berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan kepatuhan lansia dalam menjalani diet hipertensi. Studi tersebut dilakukan di Posyandu Lansia Kelurahan Tlogosuryo, Malang, dan menekankan bahwa program pendidikan kesehatan dapat menjadi intervensi yang efektif untuk mendukung kepatuhan dan kesadaran lansia terhadap pola makan yang sehat, sebagai bagian dari upaya pengelolaan hipertensi secara berkelanjutan.

Tujuan utama dari kegiatan ini adalah memberikan edukasi tentang risiko, gejala, dan pencegahan hipertensi pada kelompok lansia (Noviani & Astari, 2023). Program ini dirancang untuk membantu peserta memahami pentingnya pengendalian tekanan darah melalui pola hidup sehat,

penggunaan obat secara tepat, dan pemeriksaan tekanan darah secara rutin (Jihad & Murdani, 2024). Dengan demikian, diharapkan dapat tercipta kualitas hidup yang lebih baik bagi lansia.

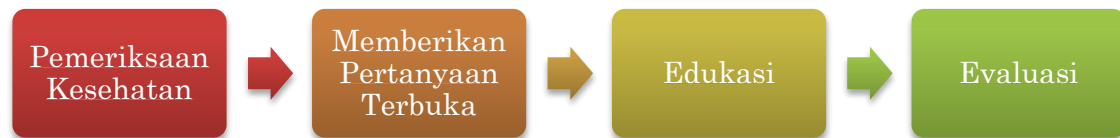
## **B. METODE PELAKSANAAN**

Penduduk Desa Nganjat, Polanharjo, Klaten, terdapat 267 lansia, 15 di antaranya menderita hipertensi, dan sebanyak 70 orang lainnya memiliki risiko penyakit jantung koroner (PJK). Diantara kelompok lansia tersebut terdapat 2 orang yang sudah terdiagnosis PJK. Lansia di Desa Nganjat mayoritas merokok. Riwayat pekerjaan menunjukkan mayoritas bekerja sebagai peternak ikan dan petani, dengan tingkat pendidikan rata-rata setara Sekolah Menengah Pertama/ SMP. Kondisi ini menunjukkan perlunya peningkatan dan penguatan pengetahuan untuk meningkatkan kesadaran akan risiko komplikasi dari penyakit Hipertensi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini melibatkan mitra berupa kelompok lansia Desa Nganjat, Polanharjo, Klaten, dengan jumlah peserta sebanyak 60 orang. Mitra ini merupakan komunitas yang memiliki kebutuhan edukasi kesehatan terkait pengelolaan risiko komplikasi hipertensi, terutama di usia lanjut.

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE) dengan pendekatan ceramah dan diskusi interaktif. Materi disampaikan menggunakan media edukasi seperti lembar balik, disertai sesi pertanyaan terbuka untuk menggali tingkat pemahaman peserta sebelum dan sesudah kegiatan. Materi disampaikan menggunakan media lembar balik yang mencakup pengertian, faktor risiko, dampak, dan cara manajemen hipertensi. Pengumpulan data dilakukan melalui lima pertanyaan terbuka sebelum dan sesudah penyampaian materi untuk mengukur pengetahuan peserta.

Kegiatan ini dibagi menjadi tiga tahapan. Pada tahap pra-kegiatan, dilakukan koordinasi antara tim dosen, mahasiswa, dan kader kesehatan setempat untuk persiapan media edukasi, pembagian tugas, dan penjadwalan kegiatan. Tahap pelaksanaan meliputi pemeriksaan tekanan darah untuk mendeteksi kondisi awal peserta, pemberian pertanyaan terbuka terkait pengetahuan hipertensi, serta penyampaian materi yang mencakup pengertian, faktor risiko, dampak, dan pengelolaan hipertensi. Tahap evaluasi dilakukan dengan memberikan kembali pertanyaan yang sama seperti yang diajukan sebelum edukasi untuk mengukur tingkat pemahaman peserta. Angket ini mencakup lima pertanyaan terbuka terkait hipertensi, seperti pengertian, faktor risiko, dan langkah pencegahan. Hasil jawaban dari angket sebelum dan sesudah edukasi dibandingkan untuk melihat peningkatan pengetahuan. Selain itu, evaluasi juga dilakukan melalui observasi terhadap partisipasi aktif peserta selama sesi diskusi dan tanya jawab. Pengamatan ini mencakup keaktifan peserta dalam menjawab pertanyaan, antusiasme mereka terhadap materi yang disampaikan, dan kemampuannya mengulang kembali informasi yang telah diberikan selama

sesi edukasi berlangsung. Dengan pendekatan ini, keberhasilan kegiatan diukur melalui peningkatan pemahaman peserta dan kesesuaian pelaksanaan kegiatan dengan rencana yang telah disusun, seperti terlihat pada Gambar 1.



**Gambar 1.** Tambah Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

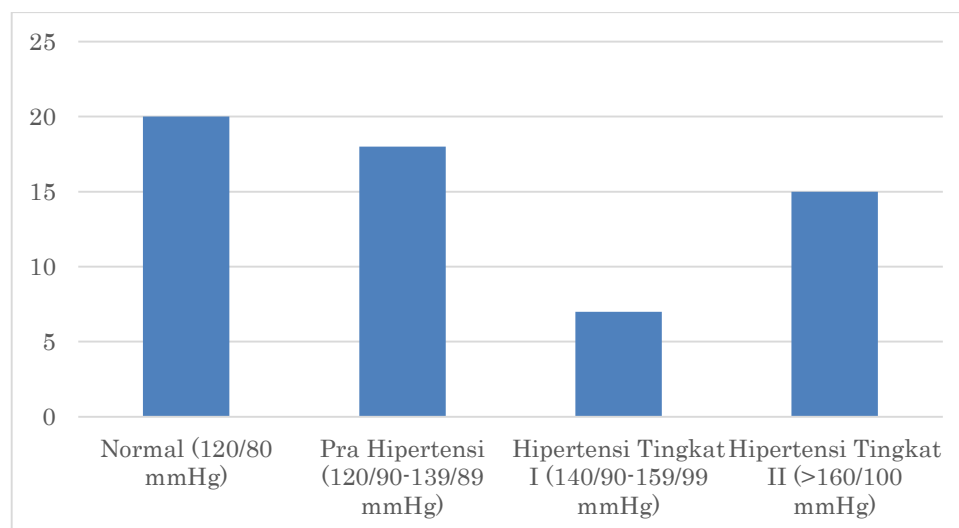
Kegiatan pemeriksaan tekanan darah dan edukasi kesehatan yang dilakukan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan pencegahan risiko komplikasi hipertensi pada lansia. Pendidikan kesehatan kepada lansia telah terlaksana dengan baik dan lancar. Adapun hasil dan pembahasannya adalah sebagai berikut:

#### 1. Tahap Pra-Pelaksanaan

Kegiatan dimulai dengan identifikasi kebutuhan lansia terkait risiko komplikasi hipertensi. Tim melakukan persiapan berupa penyusunan materi edukasi, pengadaan alat pemeriksaan tekanan darah (sphygmomanometer dan alat digital), serta penyediaan sarana pendukung seperti banner dan perangkat presentasi. Langkah awal ini bertujuan memastikan kelancaran kegiatan dan mempersiapkan tim untuk pelaksanaan.

#### 2. Tahap Pelaksanaan

Tahapan pelaksanaan melibatkan pemeriksaan tekanan darah sebagai langkah awal deteksi hipertensi, seperti terlihat pada Gambar 2.



**Gambar 2.** Grafik Pemeriksaan Tekanan Darah

Gambar 2 yang disajikan dalam laporan menggambarkan peserta yang sedang menjalani pemeriksaan tekanan darah. Dari hasil pemeriksaan tekanan darah menunjukkan bahwa sebanyak 20 orang memiliki tekanan darah dalam kategori normal (120/80 mmHg), sementara 18 orang berada dalam kategori pra-hipertensi (120/90–139/89 mmHg). Selain itu, terdapat 7 orang yang masuk dalam kategori hipertensi tingkat I (140/90–159/99 mmHg) dan 15 orang yang termasuk dalam kategori hipertensi tingkat II (lebih dari 160/100 mmHg). Data ini menekankan perlunya intervensi edukasi kesehatan yang berfokus pada pengelolaan tekanan darah untuk mencegah komplikasi pada lansia.

Selanjutnya diberikan pertanyaan terbuka kepada peserta. Tahapan ini dilakukan untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan peserta tentang penyakit hipertensi dengan memberikan pertanyaan secara terbuka di dalam forum. Pertanyaan terbuka tersebut antara lain: (1) Apa saja langkah pencegahan yang paling efektif dalam mengurangi risiko komplikasi hipertensi pada lansia, berdasarkan faktor risiko yang dapat di modifikasi?; (2) Bagaimana peran konsumsi obat hipertensi dan pengobatan tradisional dalam mengendalikan tekanan darah secara berkelanjutan?; (3) Mengapa hipertensi lebih sering menyebabkan komplikasi seperti gagal jantung atau stroke pada lansia dibandingkan pada kelompok usia muda?; (4) Apa peran pemeriksaan tekanan darah rutin dalam deteksi dini komplikasi jangka panjang akibat hipertensi?; dan (5) Bagaimana cara meningkatkan kesadaran lansia tentang pengelolaan stres sebagai salah satu metode pengendalian tekanan darah?. Peserta tampak antusias dan aktif bertanya mengenai pencegahan hipertensi dan komplikasinya. Tim pengabdian memastikan setiap peserta mendapatkan kesempatan berpartisipasi secara aktif.

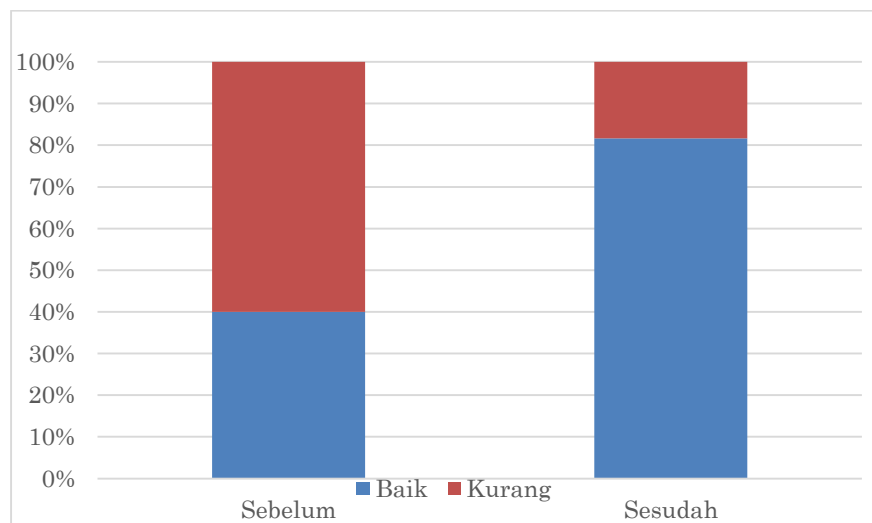
Tahapan terakhir adalah melakukan edukasi kesehatan dengan tema “Mengenal dan Mencegah Risiko Komplikasi Hipertensi pada Lansia”. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada lansia dan keluarga mengenai pengertian, faktor risiko, dampak, dan manajemen. Dengan edukasi ini, diharapkan lansia dapat lebih sadar akan pentingnya pencegahan dan pengendalian hipertensi untuk meningkatkan kualitas hidup mereka.

### **3. Tahap Evaluasi**

Pada tahap evaluasi keberhasilan, dilakukan 2 kali pertemuan dengan rincian, sebagai berikut:

- a. Tahap pertama adalah evaluasi untuk mengetahui sejauh mana peserta telah memahami materi yang disampaikan. Evaluasi dilakukan dengan berbagai cara, seperti sesi tanya jawab, untuk mengukur tingkat pemahaman peserta terkait topik “Mengenal dan Mencegah Risiko Komplikasi Hipertensi pada Lansia”. Melalui proses evaluasi ini, fasilitator dapat menilai efektivitas metode penyampaian

materi sekaligus memberikan klarifikasi jika terdapat konsep yang belum dipahami peserta. Hasil evaluasi ini juga dapat menjadi dasar untuk perbaikan pada kegiatan edukasi selanjutnya, seperti terlihat pada Gambar 3 dan Tabel 1.



**Gambar 3.** Grafik Peningkatan Pengetahuan Peserta

**Tabel 1.** Hasil Evaluasi Pengetahuan

Kondisi	Jumlah Peserta	Persentase (%)
Sebelum Edukasi	24	40.0
Setelah Edukasi	49	81.7

Edukasi kesehatan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat agar mampu menjaga dan meningkatkan kesehatannya secara mandiri. Hal ini membutuhkan langkah-langkah untuk menyampaikan informasi kesehatan guna mendorong perubahan atau pengembangan perilaku positif. Pemahaman peserta diukur dari kemampuan mereka menjawab pertanyaan terbuka terkait hipertensi yang diberikan sebelum dan sesudah edukasi. Sebelum edukasi, dari 60 peserta, hanya 24 orang (40%) yang dapat menjawab dengan benar. Setelah edukasi dilakukan, jumlah peserta yang mampu menjawab meningkat menjadi 49 orang (81,7%). Jawaban yang umum diberikan oleh peserta mencakup anggapan bahwa hipertensi disebabkan oleh konsumsi makanan asin, hipertensi dapat disembuhkan menggunakan obat herbal, serta cara penggunaan obat captopril yang seharusnya diletakkan di bawah lidah tetapi diminum seperti biasa.

- b. Pada tahap kedua, dilakukan penilaian terhadap sarana dan prasarana yang digunakan selama kegiatan pengabdian. Evaluasi ini mencakup aspek ketersediaan dan kualitas alat serta bahan yang digunakan, seperti banner, lembar balik, alat pemeriksaan kesehatan, dan perangkat presentasi. Selain itu, evaluasi proses meliputi

beberapa aspek, seperti proses penyampaian materi oleh tim pengabdian, keadaan saat kegiatan berlangsung, respon peserta terhadap materi yang disampaikan, keaktifan peserta saat demonstrasi, serta partisipasi peserta selama sesi diskusi atau tanya jawab. Hasil evaluasi ini digunakan untuk memperbaiki kekurangan dan meningkatkan kualitas pelaksanaan kegiatan di masa mendatang.

#### **4. Kendala yang Dihadapi atau Masalah Lain yang Terekam**

Pada kegiatan ini tidak ada kendala yang berarti, justru peserta yang datang sangat antusias mengikuti kegiatan dari awal sampai akhir.

### **D. SIMPULAN DAN SARAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan pengetahuan peserta mengenai pengelolaan hipertensi, yang ditunjukkan melalui peningkatan kemampuan menjawab pertanyaan dengan benar dari 40% sebelum edukasi menjadi 81,7% setelah edukasi. Selain itu, hasil pemeriksaan tekanan darah menunjukkan bahwa 40 lansia mengalami hipertensi pada berbagai tingkat, menandakan perlunya pengendalian tekanan darah secara serius untuk mencegah komplikasi seperti stroke, penyakit jantung, dan gangguan ginjal. Keberhasilan ini menggarisbawahi pentingnya edukasi kesehatan yang konsisten dan berbasis bukti.

Sebagai tindak lanjut, mitra disarankan untuk rutin melaksanakan pemeriksaan tekanan darah sebagai langkah deteksi dini dan mengadakan edukasi kesehatan berkala yang melibatkan lansia beserta keluarganya. Tim Abdimas selanjutnya diharapkan memanfaatkan media visual yang lebih beragam untuk mendukung pemahaman peserta, melakukan monitoring jangka panjang guna mengevaluasi dampak edukasi terhadap perubahan perilaku, serta menyusun modul pelatihan berkelanjutan bagi mitra. Edukasi yang konsisten diharapkan mampu mengurangi risiko komplikasi hipertensi pada lansia, sekaligus meningkatkan kualitas hidup mereka.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Kami sebagai Tim Pengabdian Masyarakat sekaligus penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Pengabdian Masyarakat dan Pengembangan Persyarikatan (LPMP) Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah mendanai kegiatan pengabdian ini sehingga terlaksana dengan sukses. Kami juga mengucapkan terimakasih banyak kepada mitra dan peserta yang telah datang. Semoga hasil PengMas bermanfaat bagi masyarakat dan menjadi ladang pahala bagi kita semua. Aamiin Ya Robbal'amin.



## DAFTAR RUJUKAN

- Assegaf, S. N. Y. R. S., Zakiah, M., Ulfah, R., & Putri, T. H. (2024). Program Edukasi Kontrol Tekanan Darah, Cara Penggunaan Obat Anti Hipertensi yang Benar dan Self Management untuk Peserta Prolanis dengan Ceramah Interaktif di Puskesmas Kampung Dalam. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(8), 3641–3652.
- Dafriani, P., Sartiwati, W., & Dewi, R. I. S. (2023). Edukasi Hipertensi pada Lansia di Lubuk Buaya Kota Padang. *Abdimas Galuh*, 5(1), 90–93. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.25157/ag.v5i1.8901>
- Devi, H. M., & Putri, R. S. M. (2021). Peningkatan Pengetahuan dan Kepatuhan Diet Hipertensi melalui Pendidikan Kesehatan di Posyandu Lansia Tlogosuryo Kota Malang. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi (JABJ)*, 10(2), 432–438. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i2.399>
- Dinita, F. A., & Maliya, A. (2024). Edukasi terhadap Sikap Upaya Pencegahan Komplikasi pada Penderita Hipertensi. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 6(1), 192–199. <https://doi.org/https://doi.org/10.31539/joting.v6i1.8435>
- Fitriyaningsih, E., Ichsan, Andriani, & Mulyani, N. S. (2021). Peningkatan Pengetahuan Lansia dengan Edukasi Gizi Penyakit Hipertensi. *Jurnal PADE: Pengabmas Dan Edukasi*, 1(2), 47–51. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30867/pade.v1i2.705>
- Halim, R., & Sutriyawan, A. (2022). Studi Retrospektif Gaya Hidup dan Kejadian Hipertensi pada Usia Produktif. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, 10(1), 121–128. <https://doi.org/https://doi.org/10.37676/jnph.v10i1.2376>
- Herawati, A. (2021). Tantangan Pembinaan Keagamaan melalui Media Sosial pada Masyarakat Lereng Merapi di Masa Pandemi COVID 19. *Fikrah: Jurnal Ilmu Aqidah Dan Studi Keagamaan*, 9(2), 323–340. <https://doi.org/10.21043/fikrah.v8i1>
- Hijriana, I., Syafira, N., & Bahri, S. (2022). Hubungan Perilaku Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia Journal of Pharmaceutical and Health Research. *Journal of Pharmaceutical and Health Research*, 3(3), 112–117. <https://doi.org/10.47065/jharma.v3i3.2865>
- Jihad, F. F., & Murdani, I. (2024). Peran Senam Sehat Berkala dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Kelompok Usia: Studi di Posbindu. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia The Indonesian Journal of Health Promotion*, 7(5), 1192–1199. <https://doi.org/https://doi.org/10.56338/mppki.v7i5.5016>
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023). Hipertensi: Artikel Review. *Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 2(2), 100–117. <https://doi.org/https://doi.org/10.56586/pipk.v2i2.272>
- Mahmuda, I. N. N., Maslahah, S. F. N., Putriyantiwi, I., Putriyantiwi, I., Oktafiani, N. S., Yamsun, R. D., ... Rajendra, H. H. (2022). Kolaborasi Webinar: Kenali Risiko, Gejala, dan Pencegahan Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Medika*, 2(2), 53–58. <https://doi.org/10.23917/jpmmedika.v2i2.482>
- Noviani, D., & Astari, R. W. (2023). Penyuluhan dan Edukasi Penyakit Hipertensi pada Posyandu Lansia Semi Wreda, Yogyakarta. *J-ABDI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(12), 7129–7140. <https://doi.org/https://doi.org/10.53625/jabdi.v2i12.5545>
- Oktaria, M., Hardono, H., Wijayanto, W. P., & Amiruddin, I. (2023). Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Diet Hipertensi pada Lansia ( Correlation Between Knowledge with Attitude towards Hypertension Dietary on The Elderly ). *Jurnal Ilmu Medis Indonesia (JIMI)*, 2(2), 69–75. <https://doi.org/https://doi.org/10.35912/jimi.v2i2.1512>
- Qasanah, S. N., Mustain, & Sani, F. N. (2024). Pengaruh mengkonsumsi minuman rebusan jahe, kayu manis, serai dan madu terhadap tekanan darah pada

- lansia dengan hipertensi. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(3), 6857–6864. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jkt.v5i3.30757>
- Suiraoaka, I. P., Ekawati, C. J. K., Putra, E. S., Lundy, F., Gejir, I. N., Saimi, ... Arjani, I. A. M. S. (2024). *Promosi Kesehatan*. Batam: BKG Palapa. Retrieved from [https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=LpMREQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=Kader+kesehatan+setempat+seringkali+mengalami+keterbatasan+dalam+menyampaikan+informasi+yang+sistematis+dan+menarik,+se+ hingga+pesan+kesehatan+sulit+dipahami+oleh+masyarakat.+&ots=n\\_UL5URpwM&sig=gcwvVB4Y0-Nw0dF85fRj2T3N7Js&redir\\_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=LpMREQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=Kader+kesehatan+setempat+seringkali+mengalami+keterbatasan+dalam+menyampaikan+informasi+yang+sistematis+dan+menarik,+se+ hingga+pesan+kesehatan+sulit+dipahami+oleh+masyarakat.+&ots=n_UL5URpwM&sig=gcwvVB4Y0-Nw0dF85fRj2T3N7Js&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)
- Survei Kesehatan Indonesia. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Retrieved from <https://www.kemkes.go.id/id/survei-kesehatan-indonesia-ski-2023>
- Wijaya, C., Firmansyah, Y., Syarifah, A. G., Alifia, T. P., Kurniawan, J., & Gunaidi, F. C. (2024). Peningkatan Kewaspadaan Hipertensi Melalui Pemeriksaan Tekanan Darah sebagai Deteksi Dini pada Populasi Lanjut Usia di Panti Werda. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 3(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.56910/sewagati.v3i2.1438>
- World Health Organization. (2023). Hypertension. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Yulianti, Y., Tresnawan, T., Asmarawanti, Susilawati, & Mustaqimah, Y. K. (2023). Foot Massage terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Journal of Telenursing*, 5(2), 3348–3357. <https://doi.org/https://doi.org/10.31539/joting.v5i2.7596>
- Zaenal Arifin, Istianah, Hapipah, Ilham, Supriyadi, & Ariyanti, M. (2021). Edukasi tentang Hipertensi pada Lansia di Masa Pandemi Covid-19 di Desa Ubung Lombok Tengah. *Journal Abdimas Madani*, 3(1). Retrieved from <https://www.abdimasmadani.ac.id/index.php/abdimas/article/view/43>