

PENINGKATAN PENGETAHUAN PENCEGAHAN HIPERTENSI MELALUI EDUKASI MEDIA LEAFLET PADA IBU PKK

Fitri Angraeni^{1*}, Lusya Puri Ardhiyanti²

^{1,2}Prodi Kesehatan Masyarakat, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, Indonesia

2410722001@mahasiswa.upnvj.ac.id

ABSTRAK

Abstrak: Salah satu PTM yang telah mendapatkan perhatian dalam perawatan kesehatan di Indonesia dan seluruh dunia adalah penyakit hipertensi. Hipertensi memiliki julukan penyakit "The Sillent Killer" karena sering terjadi tanpa adanya gejala. Kegiatan ini penting untuk dilakukan mengingat keterlibatan ibu PKK merupakan menjadi penggerak untuk menerapkan hidup sehat serta memberikan edukasi kesehatan kepada masyarakat sebagai upaya pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan terkait dengan pencegahan hipertensi dengan menggunakan media leaflet pada ibu PKK di Perumahan Lembah Griya Indah Citayam. Pengabdian masyarakat ini menggunakan metode ceramah dengan media leaflet yang dilakukan pada 10 orang ibu PKK. Dalam melihat efektivitas edukasi menggunakan leaflet ini menggunakan angket pre-test dan posttest dengan dilakukan analisis statistik uji *Wilcoxon*. Rata-rata skor pre-test adalah 64 dan setelah diberikannya edukasi dengan media leaflet meningkat menjadi 90, yang menunjukkan dengan adanya pengabdian masyarakat berupa edukasi dengan media leaflet ini efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu-ibu PKK terkait dengan pencegahan penyakit hipertensi sebesar 40,63%. Pengabdian masyarakat yang telah dilakukan dapat meningkatkan pengetahuan ibu PKK mengenai pencegahan terkait penyakit hipertensi. Dalam hal ini keterlibatan ibu PKK penting dalam menyebarkan informasi atau pengetahuan pencegahan hipertensi kepada masyarakat ataupun lingkungan sekitarnya.

Kata Kunci: Edukasi Kesehatan; Pencegahan Hipertensi; Pengetahuan; Media Leaflet; Ibu PKK.

Abstract: One of the NCDs that has received attention in health care in Indonesia and around the world is hypertension. Hypertension has the nickname "The Sillent Killer" disease because it often occurs without any symptoms. This activity is important to do considering that the involvement of PKK mothers is a driving force for implementing healthy living and providing health education to the community as an effort to prevent and control hypertension. The purpose of this community service is to increase knowledge related to the prevention of hypertension by using leaflet media for PKK mothers in Lembah Griya Indah Citayam Housing. This community service uses a lecture method with leaflet media conducted on 10 PKK mothers. In seeing the effectiveness of education using this leaflet using a pre-test and posttest questionnaire with Wilcoxon test statistical analysis. The average pre-test score was 64 and after education with leaflet media increased to 90, which shows that community service in the form of education with leaflet media is effective in increasing the knowledge of PKK mothers related to the prevention of hypertension by 40.63%. The community service that has been carried out can increase the knowledge of PKK mothers regarding prevention related to hypertension. In this case, the involvement of PKK mothers is important in disseminating information or knowledge of hypertension prevention to the community or the surrounding environment.

Keywords: Health Education; Hypertension Prevention; Knowledge; Leaflet Media; PKK Mothers.



Article History:

Received: 24-03-2025

Revised : 21-04-2025

Accepted: 24-04-2025

Online : 01-06-2025



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

A. LATAR BELAKANG

Salah satu masalah yang dihadapi dalam pengembangan kesehatan adalah transisi epidemiologi, atau perubahan pola penyakit dari penyakit menular menjadi penyakit tidak menular (PTM) (Chayati et al., 2023). PTM atau penyakit degeneratif ini diantaranya adalah penyakit diabetes, obesitas, stroke, jantung, dan hipertensi. Salah satu PTM yang telah mendapatkan perhatian dalam perawatan kesehatan di Indonesia dan seluruh dunia adalah penyakit hipertensi (Akbar & Santoso, 2020). Hipertensi merupakan keadaan ketika tekanan darah terlalu tinggi dengan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg (WHO, 2023). Hipertensi merupakan penyakit yang dapat menyerang seseorang selama bertahun-tahun tanpa adanya suatu gangguan ataupun gejala. (Widiyanto et al., 2020). Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO) pada tahun 2023, 1,28 miliar orang yang berusia antara 30 tahun sampai 79 tahun diperkirakan menderita hipertensi secara global (WHO, 2023).

Di Indonesia sendiri, berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) pada tahun 2023, menunjukkan adanya penurunan prevalensi hipertensi jika dibandingkan dengan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018. Penurunan prevalensi kejadian hipertensi tersebut berdasarkan dengan hasil pengukuran pada masyarakat yang berusia ≥ 18 tahun, menurun dari presentase 34,1% pada tahun 2018 menjadi 30,8% pada tahun 2023. Namun, meskipun adanya penurunan pada prevalensi hipertensi ini, diperkirakan masih adanya celah pada masyarakat yang tidak mengetahui status hipertensinya (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Sejumlah faktor risiko, termasuk dengan faktor risiko yang dapat diubah dan yang tidak dapat diubah, dapat meningkatkan kejadian hipertensi (Kementerian Kesehatan RI, 2024b). Faktor risiko yang dapat diubah dan dimodifikasi ini dapat dipengaruhi oleh pengetahuan masyarakat mengenai penyakit hipertensi khususnya pada bidang pencegahan (Kementerian Kesehatan RI, 2024a). Pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan juga dapat berhubungan dengan adanya kejadian hipertensi (Widiyanto et al., 2020).

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan pada beberapa masyarakat di Perumahan Lembah Griya Indah Citayam menunjukkan bahwa masih banyaknya masyarakat yang kurang mengetahui terkait dengan pencegahan hipertensi. Hal ini menjadi sesuatu yang perlu untuk diatasi. Salah satu proses dalam meningkatkan pengetahuan pada masyarakat terkait dengan kesehatan adalah dengan melakukan edukasi atau promosi kesehatan (Lubis et al., 2023). Studi Mayasari et al. (2019), terdapat hubungan ($p\text{-value}=0,001$) antara pengetahuan dengan kejadian hipertensi di Desa Sambung Macan Stargen. Pengetahuan adalah komponen internal yang mempengaruhi bagaimana perilaku terbentuk, yang pada akhirnya akan menentukan kesehatan seseorang (Mayasari et al., 2019). Menurut Notoatmodjo (2014) pengetahuan merupakan hasil dari proses

penginderaan yang dilakukan oleh manusia atau dapat dikatakan sebagai pemahaman seseorang terhadap suatu objek yang diperoleh melalui pancaindera (Notoatmodjo, 2014). Hal ini menjelaskan bahwa semakin tingginya pengetahuan masyarakat mengenai dengan penyakit hipertensi akan membuat masyarakat memiliki perilaku yang baik dalam mengontrol tekanan darahnya sehingga akan menurunkan risiko menderita hipertensi pada masyarakat tersebut (Mayasari et al., 2019). Seseorang dengan pengetahuan yang baik, maka akan lebih proaktif dalam menjaga kesehatan, melakukan gaya hidup yang sehat, mengurangi konsumsi garam, dan menghindari makanan berlemak (Irianti et al., 2021; Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Salah satu proses dalam meningkatkan pengetahuan pada masyarakat terkait dengan kesehatan adalah dengan melakukan edukasi atau promosi kesehatan (Lubis et al., 2023). WHO menyatakan bahwa promosi kesehatan merupakan "*The process of motivating people and groups to become more dependent on health variables in order to improve their overall health* (proses memotivasi individu dan kelompok untuk menjadi lebih bergantung pada faktor kesehatan guna meningkatkan kesehatan mereka secara keseluruhan) (Ira, 2018). Edukasi atau penyuluhan kesehatan akan mempengaruhi sikap serta pengetahuan yang dimiliki oleh masyarakat dalam melakukan suatu pencegahan penyakit. Ketika berbicara mengenai pendidikan kesehatan, masyarakat akan lebih menerima informasi jika disajikan menggunakan alat peraga atau media promosi kesehatan. *Leaflet* adalah salah satu media yang sering digunakan oleh pendidik untuk mempromosikan kesehatan. Menggunakan *Leaflet* sebagai alat promosi kesehatan memiliki keuntungan menarik perhatian audiens, yang memudahkan penerimaan informasi yang disampaikan. (Sari & Omega, 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Sofaria dan Musniati (2023) menyatakan adanya perbedaan pengetahuan mengenai penyakit hipertensi pada masyarakat wilayah puskesmas kecamatan Cilodong Depok setelah diberikannya penyuluhan dengan media leaflet (Sofaria & Musniati, 2023). Hal ini didukung oleh penelitian Damayanti dan Mulyanto (2022) yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan mengenai hipertensi pada masyarakat yang berkunjung ke UPTD Puskesmas Bahagia antara sebelum dan sesudah diberikannya penyuluhan kesehatan menggunakan media e-leaflet ($p < 0,05$). Penelitian Maulianti dan Herdgianta (2022) juga menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan mengenai pencegahan hipertensi sebesar 57,28% setelah diadakannya edukasi menggunakan media leaflet (Maulianti & Herdhianta, 2022).

Keterlibatan ibu PKK merupakan menjadi penggerak untuk menerapkan hidup sehat serta memberikan edukasi kesehatan kepada masyarakat sebagai upaya pencegahan dan pengontrolan penyakit hipertensi. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi ini ditujukan untuk meningkatkan pengetahuan terkait dengan pencegahan hipertensi

dengan menggunakan media *leaflet*. Dengan harapan masyarakat dapat melakukan pencegahan hipertensi secara benar dan mandiri.

B. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal Rabu, 20 November 2024 pukul 10.00 - 11.00 WIB. Peserta dalam kegiatan ini ialah ibu-ibu PKK dengan jumlah 10 orang. Tempat kegiatan ini dilaksanakan di salah satu rumah ibu PKK yang bertempat di Perumahan Lembah Griya Indah, Citayam. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu metode ceramah dengan media edukasi berupa *leaflet*. Pengabdian masyarakat ini merupakan berupa penyuluhan yang terdapat beberapa jenis kegiatan, yakni cermah materi mengenai pencegahan hipertensi, diskusi tanya jawab, serta pemberian *leaflet* yang berjudul "Ayo Cegah Kendalikan Hipertensi". Adapun tahapan pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dapat dilihat pada Tabel 1 di bawah ini.

Tabel 1. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat

No	Waktu Pelaksanaan	Kegiatan
1	1 November 2024	Tahap Persiapan 1. Tahap persiapan ini diawali dengan berkoordinasi terlebih dahulu dengan ketua ibu PKK mengenai kegiatan yang akan dilaksanakan. 2. Dilanjutkan dengan persiapan penyusunan materi edukasi atau penyuluhan mengenai hipertensi dan pencegahannya.
2	20 November 2024	Tahap Pelaksanaan 1. Kegiatan ini diawali dengan pengisian pre-test, yang dilakukan guna untuk mengukur pengetahuan awal ibu-ibu PKK terhadap materi yang akan disampaikan. 2. Penyampaian materi yang berjudul " Ayo Cegah Kendalikan Hipertensi", yang mencakup definisi, gejala, faktor risiko, akibat hipertensi tudak dipantau serta pencegahan terkait hipertensi. 3. Dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab terkait materi yang telah disampaikan. 4. Kegiatan diakhiri dengan pengisian <i>post-test</i>.
3	20 November 2024	Monitoring dan Evaluasi: 1. Monitoring dan evaluasi pada kegiatan ini yaitu dengan pengisian pre-test dan post test berjumlah 10 soal dengan tipe soal pilihan ganda. 2. Uji Wilcoxon digunakan untuk menganalisis hasil pre-test dan post-test guna menentukan efektivitas kegiatas pengabdian masyarakat berupa edukasi dengan media <i>leaflet</i> ini.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan pada tanggal 20 November 2024 yang bertempat di Perumahan Lembah Griya Indah Citayam, yang diikuti oleh 10 ibu PKK. Berikut ini merupakan hasil temuan dari pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan:

1. Persiapan

Persiapan pada kegiatan ini dilakukan dengan penyusunan materi mengenai hipertensi dan pencegahannya. Adapun sub materinya terdiri dari:

- a. Definisi hipertensi.
- b. Gejala hipertensi.
- c. Faktor risiko hipertensi.
- d. Akibat hipertensi tidak dipantau.
- e. Pencegahan terkait hipertensi.

Setelah menyusun materi, dilanjutkan dengan pembuatan soal *pre-test* dan *post-test* berjumlah 10 soal terkait materi yang disampaikan.

2. Pelaksanaan

Kegiatan edukasi mengenai pencegahan hipertensi ini diawali dengan pengisian *pre-test* yang berjumlah 10 soal, yang telah dirancang untuk mengukur pemahaman awal ibu PKK terhadap materi yang akan disampaikan pada saat kegiatan.



Gambar 2. Kegiatan Edukasi Pencegahan Hipertensi dengan Menggunakan Media Leaflet

Berikut ini merupakan karakteristik responden yang hadir dalam kegiatan edukasi ini, seperti terlihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Karakteristik Responden

Karakteristik	n	%
• Usia		
25 - 40 tahun	3	30,0
41 - 60 tahun	7	70,0
• Tingkat Pendidikan		
SD	0	0,0
SMP	1	10,0
SMA	6	60,0
Perguruan Tinggi	3	30,0
• Pekerjaan		
Ibu Rumah Tangga	5	50,0
Wiraswasta	2	20,0
Guru	3	30,0

Tabel 2 di atas menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 41 sampai 60 tahun (70,0%), 6 (60,0%) responden dengan tingkat pendidikan terakhir SMA. Selain itu, mayoritas responden dengan pekerjaan IRT (Ibu Rumah Tangga) yaitu 5 responden (50,0%). Dilanjutkan dengan penyampaian materi yang berjudul "Ayo Cegah Kendalikan Hipertensi", yang mencakup definisi, gejala, faktor risiko, akibat hipertensi tidak dipantau serta pencegahan terkait hipertensi. Sesi selanjutnya adalah sesi tanya jawab yang memberikan kesempatan bagi peserta untuk menyampaikan pemikiran mereka terkait materi yang telah disampaikan. Kegiatan kemudian diakhiri dengan pengisian post-test.

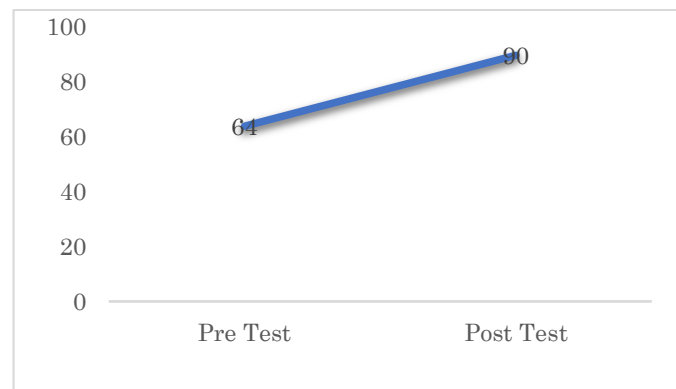
2. Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dilakukan dalam bentuk perbandingan antara hasil pre-test dan post-test.

Tabel 3. Hasil *PrePost-Test*

Variabel	Mean	Median	Min	Max
<i>Pre-Test</i>	64	65	40	80
<i>Post-Test</i>	90	90	80	100

Pada Tabel 3 di atas terlihat bahwa adanya perbedaan rata rata skor pengetahuan terkait pencegahan hipertensi pada ibu PKK antara sebelum dan sesudah diberikannya pengabdian masyarakat berupa edukasi dengan menggunakan media *leaflet*. Rata-rata skor *pre-test* adalah 64 dan setelah diberikannya edukasi dengan media *leaflet* meningkat menjadi 90.



Gambar 1. Grafik Perbedaan Skor Pengetahuan Responden antara Sebelum dan Sesudah diberikannya Edukasi Menggunakan Media *Leaflet*

Terlihat dari grafik pada Gambar 1 bahwa nilai rata-rata pengetahuan ibu PKK mengenai pencegahan hipertensi meningkat antara sebelum dan setelah diberikannya edukasi dengan menggunakan media *leaflet*.

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas Data

Variabel	Kolmogorov-Smirnov		
	Statistik	Df	<i>p-value</i>
<i>Pre-Test</i>	0,182	10	0,200
<i>Post-Test</i>	0,300	10	0,011

Tabel 4 di atas merupakan hasil uji normalitas menggunakan *Kolmogorov - Smirnov* berdasarkan hasil pengisian pada *pre-test* dan *post-test*. Hasil uji normalitas tersebut didapatkan bahwa *pre-test* berdistribusi normal yang ditunjukkan dengan *p-value*= 0,200 ($p > 0,05$). Sementara untuk hasil uji normalitas pada *post-test* didapatkan *p-value* 0,011 ($p < 0,05$), yang berarti sebaran data tidak simetris (tidak normal). Sehingga berdasarkan hasil uji normalitas tersebut, data hasil pengabdian masyarakat ini diolah dengan menggunakan uji analisis *Wilcoxon*.

Tabel 5. Hasil Analisis Uji Beda Rata-Rata Pengetahuan Responden mengenai Pengetahuan Pencegahan Hipertensi

Variabel	Mean	N	SD	<i>p-value</i>
<i>Pre-Test</i>	64	10	12,6	0,005
<i>Post-Test</i>	90	10	6,6	

Tabel 5 di atas terlihat bahwa dengan dilakukannya uji statistik *Wilcoxon* didapatkan *p-value*= 0,005, yang menunjukkan dengan adanya pengabdian masyarakat berupa edukasi dengan media *leaflet* ini efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu-ibu PKK terkait dengan pencegahan penyakit hipertensi. Adanya peningkatan pemahaman atau pengetahuan ibu setelah dilakukannya edukasi sejalan dengan hasil studi yang dilakukan oleh Ariyanti et al (2020) menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan di kalangan lansia, dengan skor *pre-test* sebesar 60,00 yang merupakan

rata-rata sebelum diberikannya edukasi dan setelah adanya pemberian edukasi menjadi meningkat menjadi 88,4 (Ariyanti et al., 2020). Pengetahuan yang tinggi terkait dengan penyakit hipertensi khususnya pada pencegahan akan mendorong masyarakat dalam mengupayakan pengendalian tekanan darahnya (Mustari et al., 2022).

Pencegahan hipertensi ini perlu dilakukan sebagai upaya meminimalisir terjadinya suatu komplikasi dari berbagai kejadian penyakit. Sebagian besar individu yang menderita hipertensi mengabaikan langkah-langkah pencegahan dan pengendalian, yang meningkatkan risiko mereka mengembangkan penyakit jantung, stroke, dan penyakit lainnya yang akan membuat pengelolaan kondisi mereka lebih sulit. Melalui inisiatif edukasi yang akan mendidik masyarakat, khususnya pada mereka yang berada di kelompok usia pra-lansia dan lansia, berbagai informasi mengenai hipertensi harus tersedia untuk masyarakat umum (Muchtar et al., 2022).

Edukasi dapat dilaksanakan dengan menggunakan media yang akan membuat masyarakat lebih mudah menyerap informasi (Muchtar et al., 2022). Media promosi kesehatan merupakan sebuah bentuk sarana atau usaha dalam menampilkan informasi atau pesan yang ingin disampaikan oleh edukator. Kegiatan edukasi atau promosi kesehatan ini tidak terlepas dari penggunaan sebuah media, hal ini dikarenakan informasi-informasi yang disampaikan akan lebih berpenampilan menarik serta akan mudah dipahami, hal ini akan membuat sasaran atau masyarakat semakin mudah dalam mempelajari informasi tersebut sehingga akan mendorong untuk mengadopsi perilaku-perilaku positif yang akan meningkatkan derajat kesehatannya. Media berbasis visual, seperti *leaflet*, telah menjadi salah satu dari banyak alternatif untuk media promosi kesehatan hingga saat ini (A. Pratiwi et al., 2019). Hasil dari pengabdian masyarakat ini diketahui bahwa edukasi yang dilakukan dengan bantuan media *leaflet* ini efektif untuk meningkatkan pengetahuan mengenai pencegahan hipertensi pada ibu PKK Perumahan Lembah Griya Indah Citayam ($p=0,005$).

Hasil temuan pada pengabdian masyarakat ini didukung dengan studi yang dilakukan oleh Rizqina et.al (2022) yang menyatakan bahwa terjadi peningkatan yang signifikan antara hasil *pre-test* dan *post-test* pada pelajar mengenai zat kimia yang berbahaya pada kosmetik (Rizqina et al., 2022). Hal serupa terjadi pada hasil riset yang dilakukan oleh Lestari et.al (2021) yang menjelaskan bahwa terjadi kenaikan rata-rata sebesar 11,1 dan nilai tengah sebesar 11,0. Setelah dilakukannya edukasi dengan menggunakan media *leaflet* terkait dengan SADARI didapatkan adanya peningkatan pada rata-rata skor responden yang menjadi lebih tinggi dibandingkan dengan nilai mean semula. Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa edukasi kesehatan dengan menggunakan media yang berbasis visual dapat meningkatkan pengetahuan pada responden (Lestari et al., 2021).

Media visual merupakan suatu alat atau bahan yang dapat dipergunakan dalam suatu proses pembelajaran yang memanfaatkan alat

indera pada manusia. Salah satu dari media visual adalah *leaflet*. *Leaflet* merupakan bagian dari media cetak yang berbentuk sederhana serta ringkas dalam memuat informasi-informasi sehingga dapat efektif jika dibawa kemanapun serta dapat dibaca dalam waktu yang lebih leluasa pada saat dibutuhkan (Lestari et al., 2021).

Leaflet adalah bagian dari media yang disusun hasil dari prinsip bahwa pengetahuan pada seseorang dapat diserap atau diterima melalui panca indra. Leaflet sebagai media promosi kesehatan dalam kategori baik, jika disusun berdasarkan bahasa yang sederhana sehingga bisa lebih mudah untuk dimengerti oleh masyarakat sebagai pembaca. Selain itu, judul leaflet perlu dibuat diharuskan untuk menarik dan juga dikombinasikan antara gambar serta tulisan serta tentunya materi yang disampaikan dalam leaflet tersebut sesuai dengan target yang dituju (A. Pratiwi et al., 2019). Terdapat beberapa keunggulan dari leaflet sebagai salah satu dari bahan media edukasi kesehatan yaitu ringkas, mudah disimpan, ditemukan, serta dapat dibaca dimanapun. Selain itu, keunggulan leaflet ini ialah tidak menggunakan daya listrik serta internet sehingga penggunaannya akan terasa lebih mudah (G. D. Pratiwi et al., 2022). Sementara jika dilihat dari segi ekonomi, media leaflet ini memerlukan biaya produksi yang rendah sehingga dapat memberikan aspek yang lebih ekonomis (Siregar et al., 2020).

Berdasarkan pembahasan mengenai hasil pengabdian masyarakat yang telah dilakukan di atas peneliti berasumsi bahwa dengan adanya media promosi kesehatan yang memuat tulisan serta gambar yang disajikan dengan menarik akan membangkitkan semangat pada masyarakat sehingga akan lebih mudah dalam mencerna informasi yang disampaikan serta memahami segala informasi yang diberikan oleh edukator terkait dengan pencegahan hipertensi ini.

3. Kendala yang Dihadapi atau Masalah Lain yang Terekam

Kendala yang dihadapi selama proses kegiatan ialah perbedaan pemahaman terkait pencegahan hipertensi. Untuk mengatasi hal tersebut, dilakukan penjelasan dengan menggunakan bahasa yang lebih sederhana, agar lebih mudah dipahami.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Pengabdian masyarakat yang telah dilakukan dapat meningkatkan pengetahuan ibu PKK mengenai pencegahan terkait penyakit hipertensi sebesar 40,63%. Dalam hal ini keterlibatan ibu PKK penting dalam menyebarkan informasi atau pengetahuan pencegahan hipertensi kepada masyarakat ataupun lingkungan sekitarnya. Untuk kegiatan pengabdian masyarakat berikutnya diharapkan dapat menambahkan beberapa informasi tambahan terkait dengan pencegahan hipertensi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian masyarakat mengucapkan terimakasih kepada ibu PKK Perumahan Lembah Griya Indah Citayam, Bogor, Jawa Barat yang telah bersedia menjadi peserta pada kegiatan ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Akbar, H., & Budi Santoso, E. (2020). Analisis Faktor Penyebab Terjadinya Hipertensi Pada Masyarakat (Studi Kasus Di Kecamatan Passi Barat Kabupaten Bolaang Mongondow). *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 3(1), 12–19. <https://doi.org/10.56338/mppki.v3i1.1013>
- Ariyanti, R., Preharsini, I. A., & Sipolio, B. W. (2020). Edukasi Kesehatan Dalam Upaya Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Hipertensi Pada Lansia. *To Maega : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 74–82. <https://doi.org/10.35914/tomaega.v3i2.369>
- Chayati, N., Marwanti, M., Ats-tsaqib, M. B., & Munarji, R. P. (2023). Identifikasi Nilai Indeks Massa Tubuh, Lingkar Perut, dan Konsumsi Buah Sayur sebagai Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular. *Media Karya Kesehatan*, 6(1), 130–141. <https://doi.org/10.24198/mkk.v6i1.39292>
- Ira, N. (2018). *Promosi Kesehatan* (1st ed.). Airlangga University Press.
- Irianti, C. H., Antara, A. N., & Jati, M. A. S. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi dengan Tindakan Pencegahan Hipertensi di BPSTW Budi Luhur Bantul. *Jurnal Riset Daerah*, 21(3), 4015–4032. <https://ojs.bantulkab.go.id/index.php/jrd/article/view/56>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Pencegahan Penyakit Hipertensi dengan Gaya Hidup Sehat dan Peningkatan Pengetahuan tentang Hipertensi*. <https://sardjito.co.id/2018/07/09/pencegahan-penyakit-hipertensi-dengan-gaya-hidup-sehat-dan-peningkatan-pengetahuan-tentang-hipertensi/>
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Prevalensi, Dampak, Serta Upaya Pengendalian Hipertensi dan Diabetes di Indonesia*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2024a). *Bahaya Hipertensi, Upaya Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi*. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20240518/5245526/bahaya-hipertensi-upaya-pencegahan-dan-pengendalian-hipertensi/>
- Kementerian Kesehatan RI. (2024b). *Penyakit Hipertensi*. <https://p2ptm.kemkes.go.id/informasi-p2ptm/penyakit-hipertensi>
- Lestari, D. E., Haryani, T., & Igiyany, P. D. (2021). Efektivitas Media Leaflet untuk Meningkatkan Pengetahuan Siswi Tentang Sadari. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2(2), 148–154. <https://doi.org/10.15294/jppkmi.v2i2.52431>
- Lubis, S. M. S., AM, A. I., & Musta'in, M. (2023). Pengaruh Edukasi Audio Visual Self-Care Behaviour terhadap Peningkatan Pengetahuan Penderita Hpertensi pada Usia Dewasa. *Journal of Nursing Practice and Education*, 4(1), 39–44. <https://doi.org/10.34305/jnpe.v4i1.829>
- Maulianti, H., & Herdhianta, D. (2022). Pengaruh Edukasi Menggunakan Media E-Leaflet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Pencegahan Hipertensi Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 3(1), 12–18. <https://doi.org/10.34011/jks.v3i1.1037>
- Mayasari, M., Waluyo, A., Jumaiyah, W., & Azzam, R. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 1(2), 344–353. <https://doi.org/10.31539/joting.v1i2.849>
- Muchtar, F., Effendy, D. S., Lisnawaty, L., & Kohali, R. E. S. O. (2022). Edukasi Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi Menggunakan Leaflet Kemenkes pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Mokoau. *Indonesia*

- Berdaya*, 3(3), 577–586. <https://doi.org/10.47679/ib.2022249>
- Mustari, R., Yurniati, Elis, A., Maryam, An., Marlina, & Badawi, B. (2022). Edukasi Kesehatan pada Ibu Hamil tentang Risiko Kejadian Hipertensi dan Cara Pencegahannya. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 6(4), 2587–2594. <https://doi.org/https://doi.org/10.31764/jmm.v6i4.8843>
- Notoatmodjo. (2014). *Metode Penelitian Kesehatan*. PT Rineka Cipta.
- Pratiwi, A., Afriyani, L., & Zulkarnain. (2019). Perbedaan Efektivitas Pendidikan kesehatan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) dengan Menggunakan Media Leaflet dan Media Audio Visual pada Remaja Putri di SMK NU Ungaran. *Journal of Holistic and Health Sciences*, 1(1), 1–10.
- Pratiwi, G. D., Vita Lucia, & Paramitha. (2022). Efektifitas Penggunaan Media Leaflet Dalam Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Pencegahan Tuberkulosis. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 8(3), 8–13. <https://doi.org/10.33023/jikep.v8i3.1153>
- Rizqina, F., Saputri, R., & Alawiyah, T. (2022). Efektivitas Edukasi Media Leaflet dan Konseling Terhadap Pengetahuan Pelajar Tentang Zat Kimia Berbahaya Pada Kosmetik. *Health Research Journal of Indonesia*, 1(1), 1–8.
- Sari, J. I., & Omega. (2023). Efektivitas Metode Edukasi Terhadap Kepedulian Masyarakat Dalam Meningkatkan Pengetahuan Hipertensi di Puskesmas Liwa Tahun 2023. *Innovative: Journal Of Social Science ...*, 3(2), 13254–13266.
- Siregar, P., Harahap, R., & Aidha, Z. (2020). *Promosi Kesehatan Lanjutan Dalam Teori dan Aplikasi*. Kencana .
- Sofaria, N., & Musniati, N. (2023). Efektivitas Media Leaflet dan Poster terhadap Pengetahuan dan Sikap Penyakit Hipertensi pada Masyarakat di Puskesmas Kecamatan Cilodong Depok Tahun 2023. *Journal Of Public Health Innovation (JPHI)*, 4(1), 209–216.
- WHO. (2023). *Hypertension*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Widiyanto, A., Atmojo, J. T., Fajriah, A. S., Putri, S. I., & Akbar, P. S. (2020). Pendidikan Kesehatan Pencegahan Hipertensi. *Jurnal Empathy*, 1(2), 172–181. <https://doi.org/10.37341/jurnalempathy.v1i2.27>