

Edukasi dan Pemantauan Hipertensi Melalui Buku Saku SITA (Sigap Tanggap Hipertensi)

¹ Muhamad Zakki Saefurrohim, ¹ Ghazwan Alvin Radhyan, ¹ Kaynina Nur Aqilla, ¹ Raisa Shafiqa Zahra, ¹ Rinda Rahmy Aulia, ¹ Amel Alfa Aulia

¹ Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Mulawarman, Indonesia

Korespondensi: saefurrohim@fkm.unmul.ac.id (+62 87710112314)

ARTICLE INFO

Article History:

Received : 18-08-2026
Revised : 18-09-2026
Accepted : 27-09-2026
Online : 05-10-2026

Keywords:

Blood Pressure
Monitoring;
Health Education;
Hypertension;
Pocket Book.

ABSTRACT

Abstract: The results of health problem identification showed that 21.1% of 90 respondents in Separi Village were affected by hypertension. Objective: This community service activity aimed to develop and implement the SITA Pocket Book (Sigap Tanggap Hipertensi / Responsive Hypertension Management) as an educational and blood pressure monitoring tool integrated with Posyandu services. The activity involved an auxiliary health center, 17 community health volunteers, and three Posyandu units through stages of needs assessment, media development, distribution, education, and evaluation. A total of 33 books were printed, consisting of 30 for community members and three for Posyandu coordinators. Evaluation using a Likert scale among 21 participants yielded a mean score of 4.67 out of 5, with 97.1% of responses categorized as agree or strongly agree regarding the usefulness of the SITA Pocket Book. All respondents reported that the book helped them identify appropriate food choices, record blood pressure progress, and was important for use in future visits. Observations from health volunteers indicated that 76.5% demonstrated good to very good skills in using the book.

Abstrak: Hasil identifikasi masalah kesehatan menunjukkan 21.1% dari 90 responden di Desa Separi menderita hipertensi. Tujuan: Kegiatan pengabdian ini bertujuan mengembangkan dan menerapkan Buku Saku SITA (Sigap Tanggap Hipertensi) sebagai media edukasi dan pencatatan tekanan darah yang terintegrasi dengan pelayanan Posyandu. Kegiatan melibatkan Puskesmas Pembantu, 17 kader, dan tiga Posyandu melalui tahapan identifikasi kebutuhan, pengembangan media, distribusi, edukasi, serta evaluasi. Sebanyak 33 buku dicetak, terdiri atas 30 buku untuk warga dan tiga buku bagi ketua Posyandu. Evaluasi skala *Likert* terhadap 21 warga menghasilkan rerata 4,67 dari 5, dengan 97,1% respons berada pada kategori setuju atau sangat setuju atas kebermanfaatan Buku Saku Sita. Seluruh responden menilai Buku Saku Sita membantu mengenali pilihan makanan, mencatat perkembangan tekanan darah, dan penting untuk digunakan pada kunjungan berikutnya. Hasil observasi kader menunjukkan 76,5% memiliki keterampilan penggunaan buku kategori baik atau sangat baik.



This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license

A. LATAR BELAKANG

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular dengan beban kesehatan yang tinggi karena sering berkembang tanpa gejala, tetapi dapat meningkatkan risiko stroke, penyakit jantung, dan gangguan ginjal. WHO memperkirakan sekitar 1,4 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun hidup dengan hipertensi dan hanya sebagian kecil yang tekanan darahnya terkendali. Di Indonesia, Survei Kesehatan Indonesia 2023 menunjukkan prevalensi hipertensi berdasarkan pengukuran pada penduduk berusia ≥ 18 tahun sebesar 30,8%, sehingga deteksi dini, edukasi, dan pemantauan jangka panjang tetap menjadi kebutuhan prioritas (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2024; World Health Organization, 2025).

Hipertensi yang tidak terdeteksi dan tidak dikendalikan dapat meningkatkan risiko terjadinya stroke. Penelitian terhadap 1.210 responden di Kota Bogor menemukan 48 kasus baru stroke atau sebesar 3,9% serta mengidentifikasi tekanan darah sistolik dan diabetes melitus sebagai determinan utama kejadian stroke (Pamelasari et al., 2026). Temuan tersebut diperkuat oleh Pamelasari et al. (2021) yang menganalisis 3.159 penduduk Indonesia berusia 55 tahun atau lebih dengan hipertensi sistolik terisolasi. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa sebanyak 8,3% subjek mengalami stroke, serta terdapat hubungan antara kejadian stroke dengan kebiasaan merokok, tekanan fisik dan mental, jenis kelamin, wilayah tempat tinggal, dan tingkat pendidikan (Pamelasari et al., 2026). Hasil tersebut menunjukkan bahwa pengendalian tekanan darah, pemeriksaan secara rutin, dan perbaikan perilaku kesehatan menjadi bagian penting dalam mencegah komplikasi hipertensi.

Permasalahan serupa ditemukan di Desa Separi, Kalimantan Timur. Informasi Puskesmas Pembantu menempatkan hipertensi sebagai salah satu masalah kesehatan utama. Survei awal terhadap 90 rumah tangga menunjukkan 19 responden (21,1%) pernah didiagnosis hipertensi dan 47 rumah tangga (52,2%) memiliki anggota keluarga yang menggunakan rokok atau vape. Studi di Puskesmas Separi 3 juga menunjukkan bahwa 82,1% pasien hipertensi tidak patuh minum obat, sedangkan sebagian pasien hanya memeriksakan diri ketika mengalami pusing atau sakit kepala (Sholichin et al., 2023). Kondisi tersebut menggambarkan perlunya media yang tidak hanya menyampaikan informasi, tetapi juga mengingatkan warga untuk memantau tekanan darah secara berkala.

Pengendalian hipertensi membutuhkan kemampuan memahami informasi kesehatan, mengambil keputusan, menjalankan pola hidup sehat, dan mengikuti pengobatan secara konsisten. Rendahnya literasi kesehatan dapat menghambat self-management, sedangkan edukasi yang sederhana dan berulang dapat memperkuat pengetahuan, efikasi diri, kepatuhan, serta adaptasi terhadap penyakit kronis (Burnier & Egan, 2019; Keşer et al., 2026; Yu et al., 2026). Edukasi juga lebih efektif apabila dipadukan dengan dukungan tenaga kesehatan atau kader dan diarahkan pada tindakan praktis, seperti pembatasan garam, aktivitas fisik, kepatuhan obat, dan pemeriksaan tekanan darah (Tam et al., 2020; Treciokiene et al., 2021).

Buku saku merupakan media cetak yang relatif murah, mudah dibawa, dan dapat dibaca kembali di rumah. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa buku saku hipertensi dapat mendukung peningkatan pengetahuan, keterampilan keluarga, kualitas hidup, dan pengelolaan hipertensi ketika disertai edukasi terstruktur (Ekasari et al., 2024; Nurpratiwi et al., 2025; Rahmawati et al., 2025). Kegiatan pengabdian berbasis buku saku juga dilaporkan membantu deteksi dini dan pemantauan pengobatan hipertensi pada masyarakat (Candraningrat et al., 2026; Rahmawati et al., 2025). Namun, penggunaan media cetak perlu disesuaikan dengan keterbatasan penglihatan dan kemampuan membaca, khususnya pada sasaran lanjut usia.

Selain sebagai media edukasi, pencatatan tekanan darah dari waktu ke waktu dapat membantu warga dan kader mengenali perubahan kondisi kesehatan. Bukti

menunjukkan bahwa pemantauan tekanan darah memberikan hasil lebih baik ketika disertai dukungan atau intervensi pendamping, bukan hanya pencatatan mandiri tanpa tindak lanjut (Tucker et al., 2017; Uhlig et al., 2013). Oleh karena itu, media yang menggabungkan informasi hipertensi, jadwal Posyandu, dan rekap tekanan darah memiliki potensi menjadi alat bantu edukasi sekaligus pemantauan berbasis komunitas.

Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan dengan mengangkat topik Buku Saku SITA (Sigap Tanggap Hipertensi) sangat diperlukan di Desa Separi, Tenggarong Seberang, Kalimantan Timur. Kegiatan ini bertujuan menerapkan Buku Saku SITA sebagai media edukasi dan pencatatan tekanan darah, menilai penerimaan warga terhadap media, serta menggambarkan keterampilan kader dalam menggunakannya pada pelayanan Posyandu

B. METODE PELAKSANAAN

Penulisan atau rujukan referensi tulis menggunakan aplikasi Mendeley, pilih APA style (Syaharuddin & Ibrahim, 2017). Penulisan penulis tidak boleh menunjukkan nama jabatan (misalnya Dosen Pembimbing), gelar akademik (misalnya Prof, Dr, M.Pd, M.Si, M.Sc, dan sebagainya) atau keanggotaan dari setiap organisasi (Dwiranata, 2019).

Kegiatan pengabdian dilaksanakan dalam rangka Pengalaman Belajar Lapangan di Desa Separi, Kalimantan Timur, dengan mitra Puskesmas Pembantu serta Posyandu Seruni 1, Seruni 2, dan Seruni 3. Sasaran utama adalah 30 warga dengan riwayat hipertensi atau hasil pemeriksaan tekanan darah tinggi serta 17 kader Posyandu. Penyusunan media diselesaikan pada 30 Juni 2026, pencetakan dilakukan pada 1 Juli 2026, dan distribusi dilaksanakan mengikuti jadwal Posyandu pada 3, 6, dan 7 Juli 2026.



Gambar 1. Tahapan pengembangan dan penerapan Buku Saku SITA

Gambar 1 menjelaskan lima tahap pengembangan dan penerapan Buku Saku SITA, yaitu identifikasi kebutuhan, penyusunan media, validasi dan revisi, implementasi, serta monitoring dan evaluasi. Tahap identifikasi kebutuhan dilakukan melalui survei rumah tangga, observasi lapangan, dan koordinasi dengan tenaga kesehatan serta kader Posyandu. Tahap penyusunan media meliputi penentuan materi, desain visual, ukuran buku, dan lembar pencatatan tekanan darah. Selanjutnya, substansi dan tampilan Buku Saku SITA dikonsultasikan kepada Puskesmas Pembantu dan dosen pembimbing, kemudian direvisi sebelum dicetak dan didistribusikan kepada sasaran. Pada tahap implementasi, mahasiswa dan kader menjelaskan fungsi serta cara penggunaan buku selama sekitar 5–7 menit. Hasil pemeriksaan tekanan darah, berat badan, obat yang dikonsumsi, keluhan, nama petugas, dan catatan tindak lanjut dicatat pada rekap

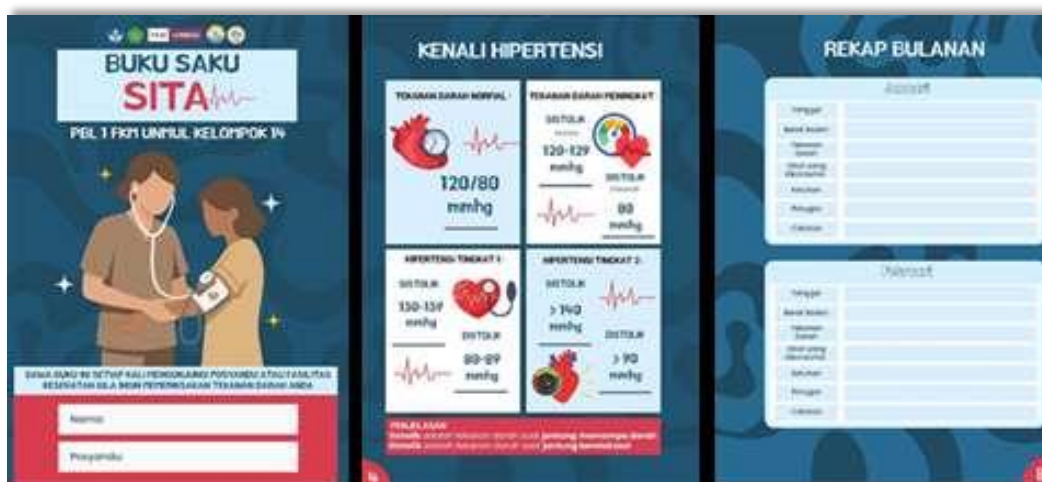
bulanan. Sebanyak 33 buku dicetak, terdiri atas 30 buku untuk warga dan tiga buku pegangan ketua Posyandu. Selain itu, versi digital diberikan kepada setiap ketua Posyandu agar dapat disimpan dan dicetak kembali. Monitoring dilakukan melalui observasi keterampilan 17 kader saat mencatat hasil pemeriksaan dan memberikan edukasi singkat menggunakan buku. Evaluasi penerimaan dilakukan kepada 21 warga yang hadir dalam Kelas Warga Peduli Hipertensi menggunakan lima pernyataan skala *Likert* 1–5, dari sangat tidak setuju hingga sangat setuju. Data dianalisis secara deskriptif dalam bentuk frekuensi, persentase, dan skor rata-rata. Evaluasi tidak menggunakan uji inferensial karena tujuan kegiatan adalah menggambarkan penerimaan dan keterlaksanaan media.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Identifikasi Kebutuhan dan Pengembangan Media

Identifikasi awal menunjukkan bahwa hipertensi telah menjadi masalah yang dekat dengan kehidupan masyarakat, tetapi kesadaran pemeriksaan rutin belum optimal. Sebagian warga menganggap tekanan darah tinggi sebagai proses biasa akibat pertambahan usia dan baru mencari pelayanan ketika mengalami keluhan. Kondisi ini sejalan dengan temuan lokal di Puskesmas Separi 3 mengenai rendahnya kepatuhan pengobatan dan kecenderungan kontrol hanya saat gejala muncul (Sholichin et al., 2023). Oleh karena itu, media dirancang untuk menyampaikan pesan utama bahwa hipertensi dapat berlangsung tanpa gejala, pemeriksaan tetap diperlukan, dan hasil tekanan darah perlu dicatat secara berkelanjutan. Keberadaan lembar pencatatan tekanan darah dalam Buku Saku SITA menjadi penting karena peningkatan tekanan darah dapat berlangsung tanpa keluhan yang dirasakan oleh masyarakat. (Saefurrohim et al., 2022) menunjukkan bahwa tekanan darah sistolik merupakan salah satu determinan utama kejadian stroke. Sementara itu, (Pamelasari et al., 2026) melaporkan bahwa stroke ditemukan pada 8,3% kelompok usia 55 tahun atau lebih yang mengalami hipertensi sistolik terisolasi. Oleh karena itu, Buku Saku SITA tidak hanya berfungsi sebagai media penyampaian informasi, tetapi juga sebagai pengingat bagi warga untuk memantau perkembangan tekanan darah secara berkala dan mencari pertolongan tenaga kesehatan apabila ditemukan hasil pemeriksaan yang tinggi.

Buku Saku SITA disusun dengan prinsip sederhana, ringkas, visual, dan berorientasi tindakan. Bentuk A6 dipilih agar mudah dibawa saat Posyandu. Dokumen terdiri atas 15 halaman, termasuk sampul depan dan belakang, dengan kombinasi teks singkat dan ilustrasi. Bagian rekap bulanan memungkinkan pencatatan hasil pemeriksaan selama satu tahun. Gambar 2 menunjukkan tampilan Buku Saku SITA yang terdiri atas sampul, halaman edukasi hipertensi, serta lembar rekap hasil pemeriksaan tekanan darah bulanan. Penggunaan ilustrasi, tulisan singkat, dan susunan informasi yang sederhana ditujukan agar materi lebih mudah dipahami oleh masyarakat, termasuk kelompok usia dewasa dan lanjut usia. Penggabungan teks, ilustrasi, dan ruang pencatatan memberikan dua fungsi utama, yaitu edukasi dan pemantauan. Hasil ini konsisten dengan pengembangan buku saku hipertensi lain yang menekankan kemudahan akses informasi dan penguatan *self-management* (Ekasari et al., 2024; Nurpratiwi et al., 2025). Dalam konteks masyarakat dengan tingkat literasi beragam, keberadaan gambar juga membantu warga yang mengalami keterbatasan membaca, meskipun pendampingan lisan tetap diperlukan.



Gambar 2. Tampilan sampul, materi hipertensi, dan rekap bulanan Buku Saku SITA

2. Distribusi dan Penggunaan Buku Saku SITA

Sebanyak 33 Buku Saku SITA dicetak. Tiga puluh buku dibagikan kepada warga, masing-masing 10 buku di Posyandu Seruni 1, Seruni 2, dan Seruni 3. Tiga buku lainnya diberikan kepada masing-masing ketua Posyandu sebagai pegangan. Distribusi dilakukan pada 3, 6, dan 7 Juli 2026 bersamaan dengan pemeriksaan Posyandu. Mahasiswa dan kader memberikan penjelasan singkat selama 5–7 menit mengenai identitas pemilik, cara membaca materi, dan tata cara pencatatan tekanan darah. Pemberian buku secara langsung pada saat pelayanan memungkinkan warga segera menghubungkan informasi dengan hasil pemeriksaannya. Strategi tersebut lebih kuat dibandingkan distribusi media tanpa penjelasan, karena edukasi tertulis sebaiknya disertai dukungan tenaga kesehatan atau pendamping agar informasi dapat diterapkan (Tam et al., 2020; Tucker et al., 2017). Versi digital juga diberikan kepada ketua Posyandu untuk mengatasi keterbatasan jumlah cetak dan mendukung penggandaan pada periode berikutnya.

3. Monitoring dan Evaluasi

Tabel 1 menunjukkan hasil evaluasi penerimaan Buku Saku SITA oleh 21 warga menggunakan lima pernyataan dengan skala *Likert* 1–5. Evaluasi dilakukan untuk menilai aspek keterbacaan, kemudahan memahami materi hipertensi, manfaat informasi pola makan, manfaat pencatatan tekanan darah, serta kesediaan masyarakat menggunakan buku pada kunjungan Posyandu berikutnya.

Tabel 1. Hasil evaluasi penerimaan Buku Saku SITA oleh warga (n=21)

No.	Indikator	SS n (%)	S n (%)	N n (%)	TS n (%)	Rerata
1	Tulisan dan gambar mudah dibaca	12 (57,1)	7 (33,3)	1 (4,8)	1 (4,8)	4,38
2	Materi hipertensi mudah dipahami	15 (71,4)	5 (23,8)	1 (4,8)	0 (0,0)	4,67
3	Membantu memilih makanan	15 (71,4)	6 (28,6)	0 (0,0)	0 (0,0)	4,71
4	Membantu pencatatan tekanan darah	16 (76,2)	5 (23,8)	0 (0,0)	0 (0,0)	4,76
5	Bersedia memakai pada kunjungan berikutnya	17 (81,0)	4 (19,0)	0 (0,0)	0 (0,0)	4,81

SS=Sangat Setuju; S=Setuju; N=Netral; TS=Tidak Setuju

Keterbacaan memperoleh respons positif sebesar 90,5%, sedangkan 95,2% warga menilai materi hipertensi mudah dimengerti. Seluruh warga menyatakan buku membantu mengenali pilihan makanan dan membantu pencatatan tekanan darah. Seluruh warga juga menyatakan bersedia menggunakan buku pada kunjungan Posyandu berikutnya. Temuan tersebut mendukung hasil penelitian sebelumnya bahwa buku saku dapat diterima sebagai media edukasi hipertensi pada kelompok dewasa dan lanjut usia (Ekasari et al., 2024; Rahmawati et al., 2025). Namun, hasil ini menggambarkan persepsi pengguna, bukan bukti bahwa buku secara langsung menurunkan tekanan darah atau mengubah perilaku.

Monitoring keterampilan kader dilakukan melalui observasi pencatatan dan edukasi. Sebanyak 5 kader (29,4%) berada pada kategori sangat baik, 8 kader (47,1%) kategori baik, dan 4 kader (23,5%) kategori cukup. Dengan demikian, 76,5% kader telah berada pada kategori baik atau sangat baik. Seluruh kader mampu melakukan pencatatan, tetapi beberapa kader masih berfokus pada administrasi dan belum konsisten memberikan edukasi singkat kepada warga. Tabel 3 menunjukkan distribusi hasil observasi keterampilan 17 kader dalam menggunakan Buku Saku SITA. Sebanyak lima kader atau 29,4% berada pada kategori sangat baik dan delapan kader atau 47,1% berada pada kategori baik. Sementara itu, empat kader atau 23,5% berada pada kategori cukup dan tidak terdapat kader yang berada pada kategori tidak baik maupun sangat tidak baik.

Tabel 2. Hasil observasi keterampilan kader menggunakan Buku Saku SITA (n=17)

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat baik	5	29,4
Baik	8	47,1
Cukup	4	23,5
Tidak baik	0	0,0
Total	17	100,0

4. Keberlanjutan Program

Keberlanjutan program didukung oleh integrasi buku dengan jadwal Posyandu bulanan, lembar pencatatan selama satu tahun, serta keterlibatan kader. Buku pegangan dan versi digital memungkinkan kader melakukan pencetakan ulang. Meskipun demikian, pemanfaatan jangka panjang tetap memerlukan dukungan Puskesmas Pembantu, pemerintah desa, dan sumber pembiayaan lokal. Evaluasi lanjutan perlu menilai apakah buku benar-benar dibawa kembali, diisi secara konsisten, dan diikuti perubahan perilaku maupun kendali tekanan darah.



Gambar 3. Pembagian Buku Sita dan sosialisasi kontrol tekanan darah

Media edukasi kesehatan memiliki peran penting dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang hipertensi dan terhadap pengelolaan penyakitnya. Berbagai studi menunjukkan bahwa intervensi berbasis edukasi mampu meningkatkan pemahaman pasien mengenai faktor risiko, kepatuhan pengobatan, serta pentingnya pemantauan tekanan darah secara rutin. Edukasi yang disampaikan secara sistematis dan berulang melalui media tertulis cenderung lebih mudah dipahami dan diingat, sehingga berkontribusi terhadap perubahan perilaku kesehatan yang lebih baik (Martinengo et al., 2024; Seligman et al., 2007).

Salah satu bentuk media edukasi yang efektif adalah buku saku, yang dirancang praktis, ringkas, dan mudah digunakan oleh pasien. Buku saku memungkinkan pasien untuk mengakses informasi kapan saja serta menjadi panduan mandiri dalam mengelola hipertensi. Selain sebagai sumber informasi, buku saku juga dapat memuat fitur pencatatan tekanan darah, sehingga membantu pasien dalam melakukan *self-monitoring* secara teratur. Kemudahan penggunaan dan portabilitas buku saku menjadikannya media yang sesuai untuk berbagai kelompok usia, termasuk masyarakat di tingkat pelayanan dasar (Hendrayana Cindra Tri; Arif, Auliya Rusyda Hisyam, 2024; Sinta Ariani, 2025).

Pemantauan tekanan darah secara mandiri merupakan komponen penting dalam pengendalian hipertensi. Penelitian menunjukkan bahwa pasien yang secara rutin mencatat tekanan darahnya memiliki tingkat kontrol tekanan darah yang lebih baik dibandingkan dengan pasien yang tidak melakukan pemantauan (Shimbo et al., 2020; Uhlig et al., 2013). Pencatatan yang terstruktur membantu tenaga kesehatan dalam mengevaluasi kondisi pasien secara lebih akurat serta memudahkan penyesuaian terapi. Dalam konteks ini, integrasi media edukasi dengan alat pencatatan, seperti buku saku, dapat meningkatkan keterlibatan pasien dalam manajemen penyakitnya.

Berdasarkan hasil monitoring dan evaluasi program ini menunjukkan penggunaan media edukasi berupa buku saku untuk pemantauan tekanan darah terbukti memberikan manfaat dalam meningkatkan kontrol tekanan darah pada pasien hipertensi. Kombinasi antara penyampaian informasi dan fasilitas pencatatan mendorong perubahan perilaku, meningkatkan kepatuhan, serta memperkuat komunikasi antara pasien dan tenaga kesehatan. Oleh karena itu, pengembangan dan implementasi buku saku sebagai media edukasi dapat menjadi strategi yang efektif

dalam mendukung pengelolaan hipertensi secara berkelanjutan, khususnya di pelayanan kesehatan berbasis masyarakat.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Penerapan Buku Saku SITA menghasilkan media edukasi dan pemantauan hipertensi berukuran A6 yang dapat digunakan pada pelayanan Posyandu. Sebanyak 33 buku didistribusikan kepada 30 warga dan tiga ketua Posyandu. Evaluasi terhadap 21 warga menghasilkan skor rata-rata 4,67 dari 5, dengan 97,1% respons berada pada kategori setuju atau sangat setuju. Sebanyak 76,5% kader juga menunjukkan keterampilan penggunaan buku pada kategori baik atau sangat baik.

Hasil monitoring dan evaluasi program ini menunjukkan bahwa Buku Saku SITA diterima secara positif, mudah digunakan, dan berpotensi mendukung pencatatan tekanan darah berbasis Posyandu. Kader perlu terus didampingi agar tidak hanya mencatat hasil pemeriksaan, tetapi juga memberikan edukasi singkat. Pemerintah desa dan fasilitas kesehatan disarankan mendukung pencetakan ulang serta melakukan monitoring penggunaan buku pada kunjungan berikutnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis menyampaikan terima kasih kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Mulawarman atas dukungan dalam pelaksanaan kegiatan Pengalaman Belajar Lapangan. Apresiasi juga disampaikan kepada Pemerintah Desa Separi dan Puskesmas Pembantu Desa Separi atas dukungan dan fasilitasi selama kegiatan. Penghargaan turut disampaikan kepada Ketua dan kader Posyandu Seruni 1, Seruni 2, dan Seruni 3 atas partisipasi aktif dalam pelaksanaan program dan penggunaan Buku Saku SITA. Terima kasih juga disampaikan kepada masyarakat Desa Separi atas partisipasi dan keterlibatannya dalam seluruh rangkaian kegiatan. Dukungan berbagai pihak berkontribusi terhadap kelancaran dan keberlanjutan program.

REFERENSI

- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, I. (2024). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) dalam angka*. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Burnier, M., & Egan, B. M. (2019). Adherence in Hypertension. *Circulation Research*, 124(7), 1124–1140. <https://doi.org/10.1161/CIRCRESAHA.118.313220>
- Candraningrat, I. D. A. A. D., Buana, K. D. M., Suryani, A. I., & Pebriani, N. L. G. W. (2026). Penyuluhan deteksi dini penyakit hipertensi dan diabetes dengan media buku saku pemantauan pengobatan di Desa Sibang Gede. *GEMAKES: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(2), 284–289. <https://doi.org/10.36082/gemakes.v6i2.3038>
- Dwiranata, D., Pramita, D., & Syaharuddin, S. (2019). Pengembangan Media Pembelajaran Matematika Interaktif Berbasis Android Pada Materi Dimensi Tiga Kelas X SMA. *Jurnal Varian*, 3(1), 1–5. <https://doi.org/10.30812/varian.v3i1.487>
- Ekasari, M. F., Nurhasanah, A., Suryati, E. S., Badriah, S., Lestari, P. H., Aisy, D. U. R., Pudjiati, P., & Hartini, T. (2024). Increasing the Ability to Manage Hypertension Care in the Elderly Using a Pocket Book. *JKEP*, 9(2), 243–256. <https://doi.org/10.32668/jkep.v9i2.1777>
- Hendrayana Cindra Tri; Arif, Auliya Rusyda Hisyam, T. Y. (2024). Edukasi Berbasis Buku Saku Bagi Pasien Prolanis. *E-Jurnal Medika Udayana*, Vol 13 No 3 (2024): *E-Jurnal Medika Udayana*, 26–31. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/view/108153/54464>
- Keşer, E., Atik, D., & Özcan Yüce, U. (2026). Effect of Modular Training on Self-Management, Disease, and Treatment Adaptation in Individuals With Hypertension: A Randomized Controlled Trial. *The Journal of Clinical Hypertension*, 28(3).

- <https://doi.org/10.1111/jch.70238>
- Martinengo, L., Ng, M. S. P., Ng, T. D. R., Ang, Y.-I., Jabir, A. I., Kyaw, B. M., & Tudor Car, L. (2024). Spaced Digital Education for Health Professionals: Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of Medical Internet Research*, 26, e57760. <https://doi.org/10.2196/57760>
- Nurpratiwi, N., Hatmalyakin, D., Safitri, D., Hidayat, U. R., Arisandi, D., Akbar, A., Alfikrie, F., & Amaludin, M. (2025). Pengembangan Buku Saku EDH (Early Detection Score) dalam Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat tentang Penyakit Hipertensi di Kota Pontianak. *Malahayati Nursing Journal*, 7(3), 1116–1122. <https://doi.org/10.33024/mnj.v7i3.18353>
- Pamelasari, D., Wulandari, V. A., Putri, L. R., Azam, M., Fibriana, A. I., Rahadian, A., Saefurrohimi, M. Z., & Aljunid, S. M. (2026). Stroke prevalence among isolated systolic hypertension subjects in Indonesia. *AIP Conference Proceedings*, 050001. <https://doi.org/10.1063/5.0296757>
- Rahmawati, D., Ariani, S., & Ramadhan, A. M. (2025). A Practice-Based Evaluation of Pocket Book-Supported Pharmacist Education on Quality of Life and Clinical Outcomes Among Prolanis Patients with Hypertension at a Primary Health Center in Samarinda, Indonesia. *Journal of Tropical Pharmacy and Chemistry*, 9(2), 202–209. <https://doi.org/10.30872/jtpc.v9i2.301>
- Saefurrohimi, M. Z., Azam, M., Rahayu, S. R., & Cahyati, W. H. (2022). Incidence of Stroke and Associated Risk Factors in Bogor, Indonesia: A Nested Case-Control Study. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 17(4), 621–629. <https://doi.org/10.15294/kemas.v17i4.36022>
- Seligman, H. K., Wallace, A. S., DeWalt, D. A., Schillinger, D., Arnold, C. L., Shilliday, B. B., Delgadillo, A., Bengal, N., & Davis, T. C. (2007). Facilitating behavior change with low-literacy patient education materials. *American Journal of Health Behavior*, 31 Suppl 1(0 1), S69-78. <https://doi.org/10.5555/ajhb.2007.31.supp.S69>
- Shimbo, D., Artinian, N. T., Basile, J. N., Krakoff, L. R., Margolis, K. L., Rakotz, M. K., Wozniak, G., & Association, O. behalf of the A. H. A. and the A. M. (2020). Self-Measured Blood Pressure Monitoring at Home: A Joint Policy Statement From the American Heart Association and American Medical Association. *Circulation*, 142(4), e42–e63. <https://doi.org/10.1161/CIR.0000000000000803>
- Sholichin, S., Exlesia, S., Rining, M. K. L., Khumaidi, K., & Syahrin, S. (2023). Description of Factors that Influence Medication Compliance in Hypertension Patients at the Separi 3 Kutai Kartanegara Health Center. *Jurnal Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan*, 6(2), 254–260. <https://doi.org/10.30872/j.kes.pasmi.kal.v6i2.11440>
- Sinta Ariani, D. R. (2025). The Influence of the “Smart Tension” Pocket Book on the Effectiveness of Hypertension Therapy in Patients at Juanda Samarinda Public Health Center. *PROCEEDING OF MULAWARMAN PHARMACEUTICALS CONFERENCES*, 1–12. <https://doi.org/10.30872/mpc.v19i.477>
- Syahrudin, S., & Ibrahim, M. (2017). Aplikasi Sistem Informasi Desa Sebagai Teknologi Tepat Guna Untuk Pendataan Penduduk Dan Potensi Desa. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 1(1), 60. <https://doi.org/10.31764/jmm.v1i1.14>
- Tam, H. L., Wong, E. M. L., & Cheung, K. (2020). Effectiveness of Educational Interventions on Adherence to Lifestyle Modifications Among Hypertensive Patients: An Integrative Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(7). <https://doi.org/10.3390/ijerph17072513>
- Treciokiene, I., Postma, M., Nguyen, T., Fens, T., Petkevicius, J., Kubilius, R., Gulbinovic, J., & Taxis, K. (2021). Healthcare professional-led interventions on lifestyle modifications for hypertensive patients: A systematic review and meta-analysis. *BMC Family Practice*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12875-021-01421-z>
- Tucker, K. L., Sheppard, J. P., Stevens, R., Bosworth, H. B., Bove, A., Bray, E. P., Earle,

- K., George, J., Godwin, M., Green, B. B., Hebert, P., Hobbs, F. D. R., Kantola, I., Kerry, S. M., Leiva, A., Magid, D. J., Mant, J., Margolis, K. L., McKinstry, B., ... McManus, R. J. (2017). Self-monitoring of blood pressure in hypertension: A systematic review and individual patient data meta-analysis. *PLOS Medicine*, *14*(9). <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1002389>
- Uhlig, K., Patel, K., Ip, S., Kitsios, G. D., & Balk, E. M. (2013). Self-measured blood pressure monitoring in the management of hypertension: A systematic review and meta-analysis. *Annals of Internal Medicine*, *159*(3), 185–194. <https://doi.org/10.7326/0003-4819-159-3-201308060-00008>
- World Health Organization, W. (2025). *Hypertension*. World Health Organization.
- Yu, J., Shi, N., Zhao, J., Li, F., Wang, J., Jin, M., & Jin, H. (2026). Effectiveness of Health Literacy Interventions for Blood Pressure Control, Medication Adherence, and Self-Efficacy in Older Adults With Hypertension: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of Evaluation in Clinical Practice*, *32*(2). <https://doi.org/10.1111/jep.70419>