

PROGRAM “GEMAS CERITA” SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN HIPERTENSI DI DESA WONOREJO KECAMATAN SATUI KABUPATEN TANAH BUMBU

Ratna Setyaningrum¹⁾, Lathifah Nurul ‘Aini²⁾, Sukma Faezatunnisa²⁾, Tarisa Aulia²⁾,
Theodolita Salsabila²⁾, Verinda Ghea Ayu Astuti²⁾

¹⁾Departemen K3, Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia

²⁾Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia

Corresponding author : Lathifah Nurul ‘Aini
E-mail : fahnieifah@gmail.com

Diterima 13 Maret 2023, Direvisi 29 April 2023, Disetujui 29 April 2023

ABSTRAK

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Hipertensi sering disebut juga dengan “*silent killer*” atau pembunuh diam-diam. Berdasarkan data Riskesdas Nasional tahun 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia yaitu sebesar 34,1% dan Provinsi yang memiliki prevalensi tertinggi di Indonesia yaitu Kalimantan Selatan dengan persentase 44,1%. Di Kabupaten Tanah Bumbu memiliki prevalensi penderita hipertensi yaitu sebesar 8,07%. Di Desa Wonorejo, penyakit hipertensi termasuk dalam 10 penyakit tertinggi dan menduduki urutan kedua. Berdasarkan diagnosa komunitas terhadap 46 KK di RT 20, didapatkan 10 orang (7,8%) diantaranya mengalami hipertensi. Pada pengabdian masyarakat ini dibuat kegiatan intervensi berupa GEMAS CERITA (Gerakan Masyarakat Cegah Hipertensi Kita). Pelaksanaan kegiatan bertempat di Desa Wonorejo RT 20, pada tanggal 24 Juli 2022 dan 05 Agustus 2022. Tujuan dari kegiatan pengabdian yaitu untuk melakukan pemantauan tekanan darah, meningkatkan pengetahuan mengenai hipertensi serta masyarakat dapat menyadari dan mencegah kejadian hipertensi. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini berupa pendampingan dan penyuluhan. Penilaian *pre-test* dan *post-test* mengenai bahaya hipertensi dilakukan untuk menilai keberhasilan program. Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat yaitu terbentuknya kader hipertensi dan terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat dari (43,3%) menjadi (80%) pada setelah dilakukannya kegiatan penyuluhan.

Kata kunci: hipertensi; *silent killer*; gerakan masyarakat.

ABSTRACT

Hypertension is a condition where systolic blood pressure is ≥ 140 mmHg and or diastolic blood pressure is ≥ 90 mmHg. Hypertension is often referred to as the “*silent killer*”. Based on the 2018 National Riskesdas data, the prevalence of hypertension in Indonesia is 34.1% and the province with the highest prevalence in Indonesia is South Kalimantan with a percentage of 44.1%. In Tanah Bumbu Regency, the prevalence of hypertension is 8.07%. In Wonorejo Village, hypertension is included in the top 10 diseases and ranks second. Based on the community diagnosis of 46 households in RT 20, 10 people (7.8%) of them had hypertension. In this community service, an intervention activity was made in the form of GEMAS CERITA (Community Movement to Prevent Our Hypertension). The purpose of the service activity is to monitor blood pressure and increase knowledge about hypertension so the community can realize and prevent the incidence of hypertension. The method used in this activity is mentoring and counseling. Pre-test and post-test assessments regarding the dangers of hypertension were carried out to assess the success of the program. The results of community service activities are the formation of hypertension cadres and an increase in community knowledge from (43.3%) to (80%) after counseling activities.

Keywords: hypertension; silent killer; movement society.

PENDAHULUAN

Salah satu dari target global pada penyakit tidak menular adalah menurunkan prevalensi hipertensi sebesar 33% pada tahun 2030. Menurut WHO, terdapat 1,28 miliar orang dewasa yang berusia antara 30-79 tahun

menderita hipertensi dan sebagian besar terjadi pada negara berpenghasilan rendah dan menengah. Diperkirakan ada 46% orang dewasa mengalami kejadian hipertensi tetapi tidak menyadari statusnya dan 42% dari orang dewasa berhasil di diagnosis dan melakukan

pengobatan (Tesfa and Demeke, 2021). Berdasarkan hasil data Riskesdas Nasional tahun 2018 untuk kejadian hipertensi paling tinggi terjadi di Provinsi Kalimantan Selatan sebesar 44,1% diatas dari standar nasional Indonesia sebesar 34,11% (Riskesdas Nasional, 2018). Perempuan merupakan kelompok berisiko yang mengalami kejadian hipertensi, baik pada hasil laporan Riskesdas Nasional tahun 2018 (36,85%) dan Riskesdas Kalimantan Selatan tahun 2018 (13,24%) (Riskesdas Kalsel, 2018).

Berdasarkan hasil data lapangan yang dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat terhadap warga Desa Wonorejo pada RT 20 pada kelompok berisiko yaitu perempuan. Pada hasil pemeriksaan tekanan darah, perempuan yang memiliki tekanan darah tinggi sebesar 60%. Dari 60% tersebut, ada beberapa faktor yang dominan dalam kejadian hipertensi, diantaranya ialah faktor stress, konsumsi garam berlebih dan kurangnya aktivitas fisik. Warga Desa Wonorejo terkhusus RT 20 memiliki kelompok yasinan yang mayoritas semua anggotanya adalah perempuan. Sehingga kelompok yasinan ini dapat menjadi potensi gerakan dari masyarakat dalam bentuk mandiri masyarakat untuk meningkatkan derajat kesehatan. Sehingga tim pengabdian masyarakat melalui hasil diskusi bersama dengan kepala Desa, bidan Desa, kepala dusun, ketua RT serta perwakilan kelompok yasinan ibu-ibu di RT 20 sepakat membentuk kader hipertensi pada kelompok yasinan untuk membantu dalam memantau tekanan darah serta membantu penyebaran informasi terkait pencegahan dan penanggulangan hipertensi.

Dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan masyarakat yang optimal dan kemandirian kesehatan pada masyarakat, pentingnya peran preventif pada sebuah kelompok komunitas (Efendi and Makhfudli, 2010). Peran preventif yang ada dalam kegiatan ini ialah dengan membentuk dan membina kader hipertensi dari kelompok yasinan ibu-ibu di RT 20 Desa Wonorejo. Keterlibatan masyarakat melalui adanya pembentukan kader kesehatan merupakan aspek untuk mewujudkan derajat kesehatan optimal di masyarakat. Hadirnya kader memiliki berbagai manfaat seperti masyarakat menjadi mandiri dalam pencegahan faktor risiko penyakit, menjadi jembatan antara masyarakat dan tenaga kesehatan serta mengurangi ketidakpatuhan masyarakat dalam perawatan kesehatan (Istifada and Rekawati, 2019).

Oleh karena itu, hadirnya kader hipertensi pada kelompok yasinan ibu-ibu di RT 20 Desa Wonorejo sebagai bentuk upaya

pemberdayaan masyarakat yang sesuai dengan tujuan dari kegiatan pengabdian yang kami lakukan adalah untuk melakukan pemantauan tekanan darah, meningkatkan pengetahuan mengenai hipertensi serta masyarakat dapat menyadari dan mencegah kejadian hipertensi.

METODE

Metode pelaksanaan dalam kegiatan ini berupa pendampingan dan penyuluhan. Pendampingan dilakukan dengan tujuan agar meningkatkan kemampuan masyarakat dan upaya menyertakan masyarakat untuk mengembangkan berbagai potensi yang dimiliki sehingga mampu mencapai derajat kesehatan yang lebih baik. Sedangkan penyuluhan merupakan salah satu metode yang digunakan untuk menambah pengetahuan dan kemampuan seseorang melalui instruksi dengan tujuan mengubah atau mempengaruhi perilaku manusia secara kelompok maupun masyarakat agar dapat lebih mandiri dalam memperoleh derajat kesehatan yang baik. Bentuk kegiatan pada intervensi ini terdiri atas 2 kegiatan, yakni:

Pembentukan dan Pembinaan Kader Hipertensi

Kegiatan pembentukan dan pembinaan kader hipertensi ini dilakukan dengan memilih kader berdasarkan kriteria yang memiliki kemampuan dalam bekerja bersama masyarakat secara sukarela serta berdasarkan rekomendasi oleh masyarakat setempat khususnya di RT 20 Desa Wonorejo. Dalam kegiatan pembentukan dan pembinaan kader ini diperoleh sebanyak 4 orang kader hipertensi. Kegiatan ini dilakukan dengan memberikan edukasi mengenai faktor risiko hipertensi, gejala hipertensi, keluhan yang dirasakan penderita hipertensi, komplikasi serta cara pencegahannya. Selain dilakukan pemberian edukasi, pada kegiatan ini juga diberikan pelatihan terkait cara pengukuran tekanan darah yang baik dan benar menggunakan alat tensimeter digital.

Penyuluhan Bahaya Hipertensi

Kegiatan penyuluhan ini dilakukan kepada kelompok yasinan yang memiliki nama "Jamaah Yasinan Nurul Iman" di RT 20 Desa Wonorejo. Kelompok yasinan ini memiliki anggota sebanyak 45 orang dan sekaligus menjadi peserta dalam kegiatan penyuluhan bahaya hipertensi. Sampel dalam kegiatan ini berjumlah 30 orang, hal ini dikarenakan sebagian sasaran ada yang tidak dapat membaca serta menulis, sehingga dalam pengumpulan data hanya dapat terkumpul

sebanyak 30 responden. Sebelum memulai kegiatan penyuluhan, dilakukan pengecekan tekanan darah kepada responden. Kegiatan penyuluhan diawali dengan pengisian soal *pre-test* terkait penyakit hipertensi. Dalam kegiatan penyuluhan ini dipaparkan edukasi mengenai definisi hipertensi, faktor risiko, gejala dan keluhan, serta pencegahan dan penanganan hipertensi didukung dengan media *leaflet*, buku saku hipertensi, dan kalender. Selain itu, kegiatan ini juga terdapat diskusi dan tanya jawab yang bertujuan untuk memperdalam pengetahuan bagi peserta. Setelah kegiatan selesai, maka dilakukan pengisian soal *post-test* untuk mengukur sejauh mana pemahaman peserta terhadap materi yang telah dipaparkan.

Profil Mitra

Mitra dalam kegiatan pembentukan dan pembinaan kader hipertensi ini adalah masyarakat sekitar yang dipilih berdasarkan kriteria yakni memiliki kemampuan dalam bekerja bersama masyarakat secara sukarela serta berdasarkan rekomendasi oleh masyarakat setempat khususnya di RT 20 Desa Wonorejo. Dalam kegiatan pembentukan dan pembinaan kader ini diperoleh sebanyak 4 orang kader hipertensi yakni 1 orang perwakilan kader posbindu dan 3 orang berdasarkan rekomendasi dari masyarakat RT setempat. Sedangkan mitra dalam kegiatan penyuluhan bahaya hipertensi ini ialah 4 orang kader yang sebelumnya telah dipilih dan berkolaborasi bersama Jamaah Yasinan Nurul Iman RT 20 Desa Wonorejo, Kecamatan Satui, Kabupaten Tanah Bumbu yang berjumlah 30 orang.

Waktu dan Tempat Kegiatan

Kegiatan ini dilaksanakan dalam waktu dan tempat yang berbeda, yakni dengan rincian sebagai berikut: 1. Kegiatan Pembentukan dan Pembinaan Kader Hipertensi dilakukan pada Minggu, 24 Juli 2022 pukul 14.00 – 14.45 WITA di salah satu rumah warga RT 18 Desa Wonorejo 2. Kegiatan penyuluhan Bahaya hipertensi dilakukan pada Jumat, 05 Agustus 2022 pukul 14.00 – 15.05 WITA di salah satu rumah warga RT 18 Desa Wonorejo.

Langkah Pelaksanaan Kegiatan

1) Pra Kegiatan;

Melakukan advokasi dan persamaan persepsi dengan tokoh masyarakat yakni kepala desa, kepala dusun, bidan desa, kader posbindu dan ketua RT 20, melakukan kegiatan rapat persiapan pembentukan kegiatan pembentukan dan pembinaan kader dan rapat persiapan kegiatan penyuluhan hipertensi.

2) Kegiatan; Pembentukan dan Pembinaan Kader Hipertensi

Waktu (WITA)	Kegiatan	Penanggung Jawab
14-00-14.05	Registrasi	Fasilitator
14.05-14.10	Pembukaan	Fasilitator
14.10-14.35	Pemberian edukasi dan praktik pengukuran tekanan darah	Fasilitator dan Kader Hipertensi
14.35-14.40	Pemberian reward dan dokumentasi	fasilitator
14.40-14.45	Penutupan	Fasilitator

Penyuluhan Bahaya Hipertensi

Waktu (WITA)	Kegiatan	Penanggung Jawab
14-00-14.02	Persiapan	Fasilitator
14.02-14.17	Registrasi dan pemeriksaan darah	Fasilitator dan kader hipertensi
14.17-14.20	Pembukaan	Fasilitator
14.20-14.25	<i>Pre-test</i>	Fasilitator
14.25-14.35	Penyampaian edukasi	Fasilitator
14.35-14.50	Diskusi dan tanya jawab	Fasilitator
14.20-15.00	<i>Post-test</i>	Fasilitator
15.00-15.05	Penutupan	Fasilitator

3) Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dan evaluasi dalam kegiatan ini dilakukan setiap 1 kali dalam seminggu dengan memantau menggunakan lembar *checklist* serta mengobservasi langsung aktivitas kader dalam mengukur tekanan darah. Evaluasi dilakukan dengan melihat hasil dari observasi dan lembar *checklist*. Hasil evaluasi tersebut disampaikan melalui grub khusus kader yang sebelumnya telah dibentuk. Sedangkan evaluasi pada saat kegiatan berlangsung dilakukan dengan cara fasilitator memberikan arahan langsung kepada kader yang bersangkutan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada kegiatan pengabdian ini dilakukan beberapa kegiatan yaitu kegiatan pembentukan dan pembinaan kader, serta penyuluhan bahaya hipertensi. Dalam program intervensi hipertensi, dibutuhkan dukungan masyarakat sebagai kader kesehatan. Kader kesehatan tersebut merupakan tenaga yang berasal dari masyarakat, yang dipilih oleh masyarakat sendiri dan bekerja secara sukarela. Kader merupakan tenaga masyarakat yang dianggap paling dekat dengan masyarakat. Peran kader terhadap pengendalian hipertensi

terutama dalam hal peningkatan kesehatan dan penggerak perilaku hidup sehat sangat diperlukan, agar tidak terjadi tingkat keparahan dan risiko hipertensi (Utami, Rahajeng and Soraya, 2019). Kader hipertensi berfungsi untuk mengedukasi masyarakat terkait hipertensi dan meningkatkan kesadaran masyarakat untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin, serta melakukan pencatatan dan pelaporan hasil pengukuran tekanan darah yang telah dilakukan secara rutin.



Gambar 1. Pembentukan Kader Hipertensi RT 20 Desa Wonorejo

Selain pembentukan kader hipertensi, kelompok juga memberikan pelatihan dan pembinaan terkait cara pengukuran tekanan darah yang baik dan benar menggunakan alat tensimeter digital. Para kader juga diberikan pembekalan mengenai faktor risiko hipertensi, gejala hipertensi, keluhan yang dirasakan penderita hipertensi, komplikasi akibat hipertensi dan cara pencegahannya.



Gambar 2. Pembinaan kader hipertensi RT 20 Desa Wonorejo

Kegiatan selanjutnya yaitu penyuluhan mengenai hipertensi sekaligus mengenalkan anggota kader hipertensi kepada masyarakat RT 20 Desa Wonorejo. Penyuluhan kesehatan adalah proses yang menjembatani kesenjangan antara informasi kesehatan dan dapat menumbuhkan motivasi seseorang untuk memperoleh informasi dan melakukan sesuatu yang dapat menjaga dirinya menjadi lebih sehat (Raehan, 2019). Pada kegiatan penyuluhan bahaya hipertensi terdapat 30 masyarakat RT 20 Desa Wonorejo yang berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat. Karakteristik responden dapat dilihat pada tabel 1. berikut ini.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Jumlah	
	n	%
Usia		
25-34 tahun	8	27

Karakteristik	Jumlah	
	n	%
35-44 tahun	9	30
45-54 tahun	6	20
55-64 tahun	3	10
65-74 tahun	4	13
Total	30	100

Berdasarkan karakteristik responden terdapat 30 orang yang mengikuti kegiatan penyuluhan dan berpartisipasi dalam melakukan *pre-post test*.

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Pada Hasil *Pre-test* (Sebelum Edukasi) dan *Post-test* (Setelah Edukasi)

Pengetahuan Responden Terkait Hipertensi	<i>Pre-test</i>		<i>Post test</i>	
	n	%	n	%
Baik	13	43,3	24	80
Cukup	17	56,7	6	20
Total	30	100	30	100

Berdasarkan tabel 2 di atas, dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan responden dengan kategori baik mengenai penyakit hipertensi terdapat peningkatan signifikan antara hasil *pre-test* (43,3%) dan *post-test* (80%) yaitu sebesar 36,7%. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri dkk yang menyatakan adanya pengaruh dari sebelum dan sesudah pemberian edukasi kesehatan dengan nilai sig (0,001) < 0,05 (Putri et al., 2022). Kemudian penelitian lain yang dilakukan oleh Wahyuni juga menyatakan hal yang sama terdapat pengaruh dari sebelum dan sesudah pemberian edukasi kesehatan dengan nilai sig (0,001) < 0,05 (Wahyuni, 2016).



Gambar 3. Kegiatan Penyuluhan RT 20 Desa Wonorejo

Kegiatan penyuluhan mengenai bahaya hipertensi memberikan pengaruh dalam peningkatan pengetahuan masyarakat. Pengetahuan masyarakat yang meningkat mengenai hipertensi dapat menjadi faktor pendorong dalam perubahan perilaku masyarakat kearah yang lebih baik sehingga masyarakat menjadi lebih perhatian dengan pencegahan dan penanganan hipertensi. Meningkatnya pengetahuan dan perubahan

perilaku ke arah yang lebih baik, menyebabkan penatalaksanaan penyakit pada masyarakat kedepannya akan menjadi lebih baik (Ariyanti, Preharsini and Sipolio, 2020).

Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini terdapat beberapa media yang digunakan, diantaranya yaitu *leaflet*, buku saku hipertensi, dan kalender. *Leaflet* merupakan media berupa lembaran yang dilipat dan didalamnya berisi kalimat disertai gambar (Erika and Rosalina, 2021). Materi pada *leaflet*, diperoleh berdasarkan referensi dari Kemenkes RI. *Leaflet* yang digunakan pada kegiatan pembinaan kader berisi materi mengenai definisi hipertensi, faktor risiko, gejala, komplikasi, dan cara mengukur tekanan darah. Sedangkan *leaflet* yang digunakan pada kegiatan penyuluhan kepada masyarakat berisikan materi mengenai definisi hipertensi, faktor risiko, gejala, dan pencegahan hipertensi. Media *leaflet* yang sebagai media edukasi diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat. Penggunaan media *leaflet* ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Murtiyarini dkk (2019) bahwa pemberian media *leaflet* dapat meningkatkan pengetahuan responden. Pemberian *leaflet* memiliki kelebihan yaitu dapat disimpan lebih lama sehingga jika lupa dapat dilihat kembali dan menjadi bahan rujukan (Murtiyarini, 2019).



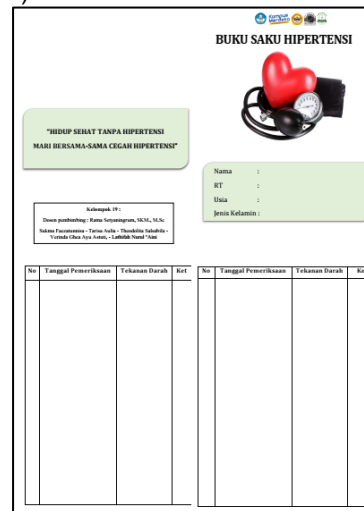
Gambar 4. Leaflet Pembinaan Kader Hipertensi



Gambar 5. Leaflet Penyuluhan

Buku saku hipertensi berisikan tentang identitas responden dan materi mengenai klasifikasi hipertensi, faktor risiko hipertensi, serta pencegahan hipertensi. Buku saku ini juga berisikan kolom hasil ukur tekanan darah yang digunakan untuk memantau tekanan darah responden yang dilaksanakan tiap minggu.

Penggunaan media buku saku ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Arlita dan Sri Ratna (2017) yaitu efektivitas *cepat tensi* (cegah dan pantau hipertensi) terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap pada wanita menopause dengan menggunakan media buku saku yang berisikan materi mengenai hipertensi dan kolom hasil ukur tekanan darah untuk meningkatkan pengetahuan dan perubahan sikap responden (Saputri and Sri, 2017).



Gambar 6. Buku Saku

Media ketiga yang digunakan pada kegiatan pengabdian ini yaitu kalender. Kalender berisikan tanggal dan desain mengenai materi hipertensi yang berperan sebagai pengingat bagi diri responden untuk melakukan pencegahan hipertensi. Penggunaan media kalender ini sejalan dengan penelitian oleh Bar dkk (2022) yaitu efektivitas kalpin dan *leaflet* dalam meningkatkan *self-efficacy* penderita hipertensi yang menyatakan bahwa kalender menjadi salah satu edukasi kesehatan berbasis visual yang dapat digunakan untuk meningkatkan *self management* (Bar, 2022).



Gambar 7. Kalender

SIMPULAN DAN SARAN

Dalam upaya pencegahan terhadap hipertensi, maka pada kegiatan kelompok membuat sebuah program yaitu GEMAS CERITA (Gerakan Masyarakat Cegah Hipertensi Kita). Dalam program ini terdiri dari 2 kegiatan, meliputi 1) kegiatan pembentukan dan pelatihan kader hipertensi serta 2) kegiatan penyuluhan mengenai bahaya hipertensi. Dengan adanya program pembentukan kader hipertensi yang bertugas untuk melakukan pengukuran tekanan darah setiap minggu dapat memudahkan masyarakat mengetahui tekanan darah secara rutin tanpa harus pergi ke pelayanan Kesehatan. Melalui program ini salah satunya adalah pelatihan kader hipertensi dapat meningkatkan keterampilan kader tentang cara melakukan pengukuran tekanan darah dan meningkatkan pengetahuan kader mengenai hipertensi agar bisa disalurkan ke masyarakat, dan Program GEMAS CERITA (Gerakan Masyarakat Cegah Hipertensi Kita) merupakan wadah bagi masyarakat untuk menyampaikan keluhan kesehatan yang di alami. Selain itu dengan adanya penyuluhan ini tingkat pengetahuan masyarakat tentang hipertensi meningkat dari (56,7%) menjadi (80%). Dan saran kedepannya Diharapkan kepada masyarakat RT 20 khususnya penderita hipertensi agar tetap dapat berpartisipasi dalam program tindak lanjut yang dilaksanakan dan mengimplementasikan edukasi kesehatan yang telah diberikan, Diharapkan kepada kader hipertensi yang telah dibentuk agar tetap dapat melaksanakan kegiatan pengukuran tekanan darah secara rutin kepada masyarakat dan mengimplementasikan edukasi kesehatan yang telah diberikan dan Diharapkan kepada aparat Desa Wonorejo untuk dapat lebih memperhatikan masalah kesehatan yang

terjadi di masyarakat khususnya hipertensi. Yang mana hipertensi merupakan penyakit yang menjadi prioritas masalah kesehatan yang terjadi di masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang mendukung dan berpartisipasi dalam kegiatan penelitian, yaitu kepada seluruh Aparat Desa Wonorejo, Ketua RT dan masyarakat RT 20, Puskesmas Satu, dan pihak lainnya yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

DAFTAR RUJUKAN

- Ariyanti, R., Preharsini, I.A. and Sipolio, B.W. (2020) 'Edukasi Kesehatan Dalam Upaya Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Hipertensi Pada Lansia', *To Maega : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), p. 74. Available at: <https://doi.org/10.35914/tomaega.v3i2.369>.
- Bar, A., Kaimuddin and M.Ridwan (2022) 'Efektivitas Kalpin Dan Leafletdalam Meningkatkan Self-Efficacypenderita Hipertensi', *Journal of Telenursing (JOTING)*, 4(2), pp. 505–512.
- Efendi, F. and Makhfudli (2010) *Keperawatan Kesehatan Komunitas, Salemba Medika*. Available at: <https://doi.org/10.13140/RG.2.1.1178.5366>.
- Erika, C. and Rosalina, E. (2021) 'Pengaruh Promosi Kesehatan Dengan Media Leaflet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Hipertensi Pada Lansia Di Kampung Sawah Jakarta Utara', *Carolus Journal of Nursing*, 4(1), pp. 1–12. Available at: <https://doi.org/10.37480/cjon.v4i1.67>.
- Istifada, R. and Rekawati, E. (2019) 'Peran Kader Kesehatan dalam Promosi Pencegahan Komplikasi Hipertensi di Wilayah Perkotaan : Literatur Review', *Dunia Keperawatan*, 7(1), pp. 28–46. Available at: <https://doi.org/10.20527/dk.v7i1.5615>.
- Kemendes (2018) *Riset Kesehatan Dasar, Kementerian Kesehatan RI*. Available at: <https://www.kemkes.go.id/article/view/19093000001/penyakit-jantung-penyebab-kematian-terbanyak-ke-2-di-indonesia.html>.
- Murtiyarini, I., Nurti, T. and Sari, L.A. (2019) 'EFEKTIVITAS MEDIA PROMOSI KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA TENTANG PENDEWASAAN USIA PERKAWINAN EFFECTIVENESS OF HEALTH

- PROMOTION MEDIA TOWARDS TEENAGER KNOWLEDGE ABOUT MATURITY OF MARRIAGE Ika', *Journal Health and Science*, 3(2), pp. 71–78.
- Putri, A.O. *et al.* (2022) 'Pos Pemkes Hipertensi (Pos Pemeriksaan Kesehatan Hipertensi) dan Edukasi Hipertensi di Wilayah RT.003 RW.003 Kelurahan Guntung Paikat, Kecamatan Banjarbaru Selatan, Kota Banjarbaru, Kalimantan Selatan', *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(2), pp. 877–882.
- Raehan (2019) 'Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Tumbuh Kembang Anak Usia 3-5 Tahun Di Paud Buah Delima Di Lingkungan Galung Tengah Kabupaten Majene', *Jurnal Ilmiah Media Bidan*, 4(2), pp. 113–122.
- RI, K.K. (2020) 'Laporan Provinsi Kalimantan Selatan RISEKDAS', *Laporan Riskesdas Kalsel 2018*, p. 493. Available at: <https://ejournal2.litbang.kemkes.go.id/index.php/lpb/issue/view/253>.
- Saputri, A. and Sri, R.R. (2017) 'Efektivitas Cepat Tensi (Cegah dan Pantau Hipertensi) terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap pada Wanita Menopause', *Journal of Health Education*, 2(2), pp. 107–114.
- Tesfa, E. and Demeke, D. (2021) 'Prevalence of and risk factors for hypertension in Ethiopia: A systematic review and meta-analysis', *Health Science Reports*, 4(3), pp. 1–17. Available at: <https://doi.org/10.1002/hsr2.372>.
- Utami, P., Rahajeng, B. and Soraya, C. (2019) 'Pengaruh Edukasi Home Pharmacy Care Terhadap Kualitas Hidup Pasien Hipertensi di Puskesmas', *Jurnal Farmasi Sains dan Praktis*, 5(1), pp. 41–51.
- Wahyuni, S. (1970) 'Pengaruh edukasi Hipertensi Dengan Media Booklet Terhadap Perilaku Self Management Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Balowerti Kediri', *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(1), p. 133. Available at: <https://doi.org/10.32831/jik.v5i1.125>.