

**PENYULUHAN AMAN (AKTIF MELAWAN HIPERTENSI) SEBAGAI PENCEGAHAN
DAN PENANGGULANGAN HIPERTENSI PADA MASYARAKAT
DESA SANGGULA**

**AMAN COUNSELING (ACTIVE AGAINST HYPERTENSION) AS PREVENTION AND
MANAGEMENT OF HYPERTENSION IN THE SANGGULA VILLAGE COMMUNITY**

Hartati Bahar¹, Rahman², Dion Juliarto³, Astrid Pratiwi Lahata⁴, Atriani⁵,
Ruqayyah Apriliana⁶, Salmia⁷, Saniyauli Gandhi⁸, Faiza Faadihillah⁹, Ferniati¹⁰,
Firsas Shal Sabia¹¹, Yulya Alfaiga¹², Yusniar Purnama Safar¹³, Lisnawati¹⁴, Mey Sri Maulana¹⁵,
Wa Ode Sitti Nurmulya¹⁶, Wa Ode St. Iqlima Inayah Hibi¹⁷, Wa Ode Suriyani¹⁸

Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Halu Oleo, Kota Kendari, Indonesia
Email: hartati.bahar@uho.co.id

Abstrak: Hipertensi adalah suatu kondisi dimana denyut nadi meningkat secara tidak biasa dan rutin untuk pemeriksaan tekanan darah di pelayanan kesehatan. Pengabdian ini tujuannya untuk memberikan edukasi kepada masyarakat di Desa Sanggula dalam upaya meningkatkan pemahaman tentang hipertensi. Metode yang dilakukan yaitu, edukasi mengenai hipertensi berupa materi tentang penyebab, gejala, dampak dan cara mencegah hipertensi dimana pada saat pemberian edukasi dilakukan media yang digunakan berupa Power Point (PPT). Pada pemberian penyuluhan di sekolah, hasil Uji T menunjukkan bahwa nilai p (0,000) kurang dari α (0,05), yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini menunjukkan bahwa hasil *Pre-Test* dan *Post-Test* berbeda secara rata-rata. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penggunaan Power Point sebagai alat pengajaran pencegahan dan pengendalian hipertensi efektif.

Kata Kunci: Hipertensi, Masyarakat, Pencegahan.

Abstract: Hypertension is a condition where the pulse rate increases unusually and routine blood pressure checks at health services are required. The point of this help is to give schooling to the local area in Sanggula Town with an end goal to increment grasping about hypertension. The technique utilized is, training about hypertension as material about the causes, side effects, effects and ways of forestalling hypertension where while giving instruction the media utilized is Power Point (PPT). While giving directing at schools, the *T* Experimental outcomes show p esteem (0.000) < α (0.05), so H_0 is dismissed and H_1 is acknowledged. This shows that the typical *Pre-Test* and *Post-Experimental* outcomes are unique. It can be concluded that Power Point works well as a medium for details on the prevention and management of elevated blood pressure.

Keywords: Hypertension, Society, Prevention

Article History:

Received	Revised	Published
17 November 2024	10 Januari 2025	15 Januari 2025

Pendahuluan

Di seluruh dunia, penyebab kematian paling umum adalah penyakit tidak menular (PTM). Di antara PTM. Hipertensi adalah salah satu faktor dari kondisi medis yang paling serius saat ini Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengatakan bahwa 22% orang di seluruh dunia memiliki hipertensi. didunia. Prevalensi tertinggi penyakit hipertensi ditemukan di Afrika, mencapai 27%. Dengan prevalensi 25% dari total penduduk, Asia Tenggara berada di urutan ketiga (Maulidah *et al*, 2022). Prevalensi / kejadian penyakit kardiovaskuler setiap tahunnya

mengalami peningkatan dan merupakan masalah besar baik di negara maju maupun berkembang. Pelayanan kesehatan saat ini kurang memperhatikan pengendalian penyakit hipertensi karena efek buruknya yang signifikan, antara lain karena penyakit hipertensi menyebabkan peningkatan denyut jantung, yang menyebabkan efek samping yang berlanjut pada organ yang sebenarnya, seperti penyakit jantung koroner pada pembuluh darah jantung, stroke pada otak besar, dan otot jantung. Dari 639 juta kasus hipertensi pada tahun 2000 menjadi 1,15 miliar kasus pada tahun 2025, kasus hipertensi diperkirakan akan meningkat sebesar 80% pada tahun 2025. Prevalensi hipertensi saat ini sekitar 6-15% dan setengah dari orang dewasa tidak tahu bahwa mereka mengalami hipertensi (Khomsah, 2022).

Setiati (2015) menyatakan bahwa penyakit hipertensi adalah gejala klinis dari ketidakteraturan hemodinamik dalam sistem kardiovaskular. Menurutnya, penyebabnya hipertensi berasal dari banyak faktor sehingga tidak dapat dipastikan hanya ada satu faktor saja. (Telaumbanua & Rahayu, 2021).

Hipertensi adalah suatu kondisi dimana denyut nadi meningkat secara tidak biasa dan rutin untuk pemeriksaan tekanan darah di pelayanan kesehatan. Penyakit Hipertensi dapat mengganggu aliran darah, menyebabkan kerusakan pada pembuluh darah, dan dapat memicu penyakit degeneratif, bahkan kematian, sehingga Untuk mengalirkan darah ke seluruh tubuh melalui pembuluh darah, jantung harus bekerja lebih keras. Penyakit Hipertensi juga disebut sebagai pembunuh yang pendiam karena tidak menimbulkan efek samping tertentu dan dapat menyerang siapa saja, kapan saja. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa penderita hipertensi enam kali lebih mungkin terkena serangan jantung dan 12 kali lebih mungkin terkena stroke (Putri *et al.*, 2023).

Kementerian Kesehatan (2018) mengutip American Heart Association (AHA) yang menyatakan bahwa hipertensi adalah pembunuh yang diam-diam, dengan gejala yang sangat berbeda untuk setiap orang tetapi hampir sama dengan penyakit lainnya. Efek samping seperti migrain atau nyeri di leher adalah salah satunya. Gejalanya termasuk mimisan, kelelahan, vertigo, jantung berdebar-debar, penglihatan kabur, dan telinga berdenging (Telaumbanua & Rahayu, 2021).

Hipertensi masih merupakan kondisi medis yang serius karena infeksi disebut sebagai "pembunuh yang tidak terlihat" karena tidak memiliki gejala atau efek samping yang dapat menyebabkan kerusakan serius pada organ seperti jantung, pikiran, serta ginjal. Hipertensi dipengaruhi oleh banyak faktor, termasuk yang tidak dapat dikendalikan seperti keturunan, orientasi, jenis dan kedewasaan, serta faktor perjudian kecil yang dapat dikendalikan, misalnya kegemukan, tidak terlalu banyak berolahraga, dan lain-lain. pekerjaan, merokok, penggunaan espresso, keengganan terhadap natrium, kadar kalium rendah, penggunaan minuman keras, stres, pekerjaan, sekolah, dan diet. Suatu gangguan pada sistem peredaran darah yang dikenal sebagai hipertensi mengakibatkan peningkatan denyut jantung diatas normal, yaitu mendekati $\geq 140/90$ mmHg (Albah *at al.*, 2023).

Organisasi Kesehatan Dunia WHO pada tahun 2023 memperkirakan bahwa Hipertensi didiagnosis pada 1,28 miliar orang dewasa dalam rentang usia 30 hingga 79 tahun. (66%) tinggal di negara dengan ekonomi menengah dan rendah. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) 46% orang dewasa dengan hipertensi tidak menyadari penyakit mereka, dan 42% orang dewasa penderita hipertensi tidak terdiagnosis atau diobati. Hanya 21% penderita hipertensi dewasa yang mampu mengatur tekanan darahnya. Hipertensi adalah penyebab kematian utama mendadak secara global. Untuk alasan ini, Organisasi Kesehatan Dunia menetapkan fokus global pada tujuan mengurangi prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030 (Lukitaningtyas & Cahyono, 2023).

Berdasarkan data Riskesdas jumlah orang yang memiliki hipertensi di Indonesia pada tahun 2018 meningkat sebesar 34,1% dari tahun ke tahun di Asia Tenggara. Dibandingkan dengan informasi dari Riskesdas tahun 2013, jumlah episodenya meningkat secara signifikan. Hipertensi adalah salah satu penyebab kematian 49,7% di Asia Tenggara, termasuk Indonesia (Alkhusari *et al*, 2023).

Dalam kelompok Penyakit Tidak Menular (PTM) yang tidak dapat ditularkan berhubungan dengan sistem kardiovaskular, populasi yang menderita hipertensi di Indonesia menempati urutan kedelapan. Menurut data Riskesdas tahun 2018, individu berusia 18 tahun mempunyai prevalensi hipertensi sebesar 34,1%, dikombinasikan dengan tingkat tinggi di Papua dan Kalimantan Selatan (44,1%) dengan probabilitas terendah (22,2%). Orang berusia 31 hingga 44 tahun (31,6%), 45 hingga 54 tahun (45,3%), dan 55 hingga 64 tahun (55,2%) mengalami hipertensi (Kristiningtyas, 2023).

Pada Riskesdas Sultra tahun 2013, Dinas Kesehatan Provinsi Sultra mengumpulkan data yang menunjukkan 22,5% penduduk berusia di atas 18 tahun menderita hipertensi. Namun, data prevalensi hipertensi pada Riskesdas Sultra 2018 menunjukkan peningkatan yang sangat besar yaitu mencapai 29,7%. Pada Riskesdas Sultra 2018, data Dinas Kesehatan Provinsi Sultra menunjukkan wilayah Buton Selatan memiliki prevalensi hipertensi tertinggi yaitu sebesar 39,13%, sedangkan wilayah Buton Tengah memiliki prevalensi terendah yaitu sebesar 16,96% (Albah *et al*, 2023).

Berdasarkan data survei awal yang dikumpulkan dari pelayanan kesehatan penderita hipertensi di Kabupaten Konawe Selatan, hasil menunjukkan bahwa pada tahun 2021, sebanyak 377 orang menerima pelayanan kesehatan, dari jumlah korban hipertensi berusia ≥ 15 tahun yang dinilai terdapat 1.051 kasus. Pada tahun 2022, terjadi peningkatan jumlah penderita yang menerima pelayanan kesehatan menjadi 1.112 orang dari estimasi penderita hipertensi berusia ≥ 15 tahun sebanyak 1.067 kasus. Sementara itu, data untuk periode April–Juni 2023 mencatat 148 kasus penderita hipertensi dari total 839 kunjungan ke Puskesmas Konda pada bulan tersebut (Rizkiana & Dawu, 2024).

Hipertensi jika tidak ditangani dapat menimbulkan kerusakan pada saluran-saluran dalam tubuh dan organ seperti gangguan kardiovaskular, stroke, kerusakan ginjal, retinopati bahkan gangguan penglihatan. Salah satu penyebab terjadinya hipertensi adalah faktor alam, misalnya stres, yang berdampak pada timbulnya hipertensi. Hubungan antara stres dan hipertensi diyakini melalui kerja saraf yang bijaksana. Salah satu saraf di tubuh kita yang aktif adalah saraf simpatis. Aksi saraf yang melebar dapat meningkatkan denyut nadi secara tidak teratur (tidak menentu). Jika tekanan ini berkepanjangan, hal ini dapat menyebabkan hipertensi yang sangat parah (Falo *et al*, 2023).

Salah satu upaya untuk mengobati hipertensi adalah diberikan edukasi mengenai penyebab, gejala, dampak dan cara mencegah hipertensi dengan cara melakukan penyuluhan ke masyarakat.

Tujuan penelitian ini adalah untuk memperluas pengetahuan masyarakat tentang hipertensi dengan metode penyuluhan serta melihat bagaimana pengaruh penyuluhan tersebut terhadap pengetahuan masyarakat di desa sanggula.

Metode

Penyuluhan mengenai AMAN (Aktif Melawan Hipertensi) sebagai pencegahan dan penanggulangan hipertensi pada masyarakat desa sanggula dilakukan pada 29 Juli 2024 oleh tim penyuluhan yang berasal dari mahasiswa Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Halu Oleo, Kota Kendari, kelompok 5 PBL (Pengalaman Belajar Lapangan) 2024. Kegiatan penyuluhan ini menggunakan metode edukasi mengenai

Pencegahan dan Penanggulangan Hipertensi berupa pembahasan materi tentang pengertian, penyebab, gejala, dampak dan cara mencegah hipertensi menggunakan media *power point*. Penyuluhan kesehatan dilakukan dalam 5 tahap antara lain:

1. Perkenalan

Pada awal pertemuan, para anggota penyuluhan memperkenalkan diri dan menyampaikan maksud dan juga tujuan mengadakan edukasi tentang AMAN (Aktif Melawan Hipertensi) pada masyarakat desa sanggula agar dapat mengikuti, serta terlibat secara langsung aktif dalam rangkaian acara, sehingga penyuluhan dapat berjalan dengan lancar.

2. Pemeriksaan Tekanan Darah

Selanjutnya, para anggota kelompok melakukan pemeriksaan tekanan darah masyarakat Desa Sanggula yang hadir pada penyuluhan hipertensi agar masyarakat tahu tekanan darah dari masing-masing individu.

3. Pengisian *Pre-Test*

Pada tahap ketiga, para anggota membagikan kuisisioner yang berisikan 20 pertanyaan kepada masyarakat, untuk mengetahui tingkat pengetahuan mereka sebelum melakukan penyuluhan.

4. Penyuluhan

Kemudian dilanjutkan dengan pemberian materi Tentang AMAN (Aktif Melawan Hipertensi) yang dimana materinya mencakup pengertian, penyebab, gejala, dampak dan cara mencegah hipertensi.

5. Pengisian *Post-Test*

Pada tahap terakhir, mahasiswa membagikan kembali kuisisioner yang berisikan 20 pertanyaan dengan soal yang sama pada saat pengisian Pre-test kepada masyarakat. Ini dilakukan untuk mengevaluasi apakah ada peningkatan pengetahuan tentang pencegahan dan penanggulangan Hipertensi.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan penyuluhan tentang pencegahan dan penanggulangan hipertensi pada masyarakat desa sanggula. Distribusi frekuensi usia peserta seperti yang ditunjukkan dalam tabel 1. antara lain:

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Umur Peserta Penyuluhan

No.	Usia Responden	Jumlah	%
5.	20-24 Tahun	1	5,30
8.	35-39 Tahun	5	26,35
9.	40-44 Tahun	5	26,5
10.	45-49 Tahun	1	5,26
11.	50-54 Tahun	4	20,99
12.	55-59 Tahun	2	10,6
13.	60-64 Tahun	1	5
Total		19	100,00

Sumber: Data Primer 2024

Table 2. Ringkasan Hasil Uji T Berpasangan *Pre-Test* dengan *Post Test*

Data	Rata-rata	Standar Deviasi	P Value	N
<i>Pre-Test</i>	60,53	11,654	0,000	19
<i>Post-Test</i>	86,47	9,039		19

Sumber: Data Primer 2024

Uji Hipotesis:

H0: Tidak ada perbedaan rata-rata hasil *Pre-Test* dengan *Post-Test*

H1: Ada perbedaan rata-rata hasil *Pre-Test* dengan *Post-Test*

Hasil uji T menunjukkan bahwa nilai p (0,000) kurang dari α (0,05), jadi H1 diterima. sedangkan H0 ditolak. Ini menunjukkan bahwa ada perbedaan antara hasil *Pre-Test* dan *Post-Test* menunjukkan bahwa pemberian arahan kepada masyarakat Desa Sanggula mempunyai dampak yang signifikan. Melihat hasil tersebut, maka dapat dikatakan pemanfaatan *Power Point* sebagai media penyuluhan upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi pada kelompok masyarakat Desa Sanggula efektif.



Gambar 1. *Power Point*



Gambar 2. Pemeriksaan Tekanan Darah





Gambar 3. Dokumentasi Kegiatan



Gambar 4. Dokumentasi Bersama

Tabel 1 menunjukkan sebaran usia responden: dengan jumlah 1 orang (5,30%) berusia 20-24 tahun, jumlah responden sebanyak 5 orang (26,35%) lima orang yang menjawab berusia 35 hingga 39 tahun. (26,35%) berusia 5 orang yang menjawab, berusia 35 hingga 39 tahun. (26,5%) berusia 40-44 tahun, jumlah responden sebanyak 1 orang (5,26%) berusia 45-49 tahun, jumlah responden sebanyak 4 orang (20,99%) berusia 50-54 tahun, jumlah responden sebanyak 2 orang (10,6%) berusia 55-59 tahun, jumlah responden sebanyak 1 orang (5%) berusia 60-64 tahun. Mayoritas responden berusia 35-39 tahun dengan persentase tertinggi sebesar 26,35% dan persentase responden terendah berusia 60-69 tahun sebesar 5%.

Rata-rata skor *Pre-Test* seperti terlihat pada tabel di atas adalah 60,53. Hal ini sebenarnya berarti bahwa dari 20 pertanyaan survei, rata-rata responden hanya menjawab 12 pertanyaan secara akurat. Sedangkan rata-rata skor *post-test* sebesar 86,47 yang menunjukkan mayoritas responden mampu menjawab 17 dari 20 pertanyaan survei dengan tepat.

Hal ini menunjukkan kecenderungan bahwa masyarakat Desa Sanggula cenderung memperoleh skor nilai yang lebih tinggi dalam hasil evaluasi akhir. Peningkatan pengetahuan masyarakat dari sebelum hingga setelah diberikan penyuluhan. Agar peningkatan pengetahuan ini dapat dikonfirmasi, dilakukan analisis statistik dengan menggunakan uji-T untuk mengidentifikasi perbedaan rata-rata pengetahuan masyarakat. Hasil uji perbedaan menunjukkan bahwa nilai p yang diperoleh adalah 0,000, dengan taraf signifikansi $< 0,05$ sehingga hipotesis alternatif diterima, artinya terdapat perbedaan tingkat pengetahuan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan. Pengetahuan peserta meningkat setelah diberikannya penyuluhan tentang penyakit hipertensi dan dampaknya terhadap pengeluaran kesehatan agar tidak terjatuh dalam bahaya katastrofik bagi perekonomian keluarga (Solida *et al.*, 2023).

Program kegiatan penyuluhan secara langsung kepada masyarakat, sedikit banyak masyarakat telah memahami mengenai hipertensi dari yang sebelumnya masyarakat belum banyak paham mengenai hal tersebut. Kegiatan penyuluhan tentang hipertensi yang telah

diberikan kepada masyarakat mendapatkan hasil, yaitu adanya peningkatan pengetahuan mengenai penyakit hipertensi dan setelah diberikan penyuluhan melalui media Power Point. Penyuluhan mengenai hipertensi pada masyarakat memiliki dampak yang baik dan warga paham mengenai penyakit hipertensi (Manalu *et al.*, 2023).

Edukasi tentang penyakit hipertensi dengan penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan umum. Penyuluhan ini membahas mengenai pengertian, faktor risiko dan akibat dari hipertensi. Semakin banyak pengetahuan yang didapat, maka akan mendorong seseorang untuk berperilaku lebih baik lagi dalam mengelola hipertensi. Setelah perubahan perilaku tersebut, maka diharapkan tekanan darah dapat terkendali. Pengetahuan yang baik tentang tekanan darah dapat mempengaruhi perilaku masyarakat untuk mencegah tekanan darah tinggi (Wahyuni *et al.*, 2024).

Pengetahuan terkait definisi, faktor risiko, gejala dan deteksi dini terkait penyakit hipertensi tersebut diperlukan bagi peserta penyuluhan untuk bisa mengetahui apakah masing-masing mempunyai faktor yang dimaksud. Dengan menyadari faktor-faktor risiko tersebut, diharapkan peserta penyuluhan dapat mencegah sedini mungkin penyakit hipertensi. Sehingga dampak yang ditimbulkan dari penyakit tersebut tidak terlalu parah (Ariningtyas, 2024). Dampak dari penyuluhan kesehatan sangat berpengaruh untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi, serta dapat meningkatkan pola hidup sehingga dapat mengontrol tekanan darah. Meningkatnya pengetahuan masyarakat tentang hipertensi, maka semakin mendorong seseorang untuk berperilaku yang lebih baik agar tekanan darah dapat terkendali. Karena semakin meningkatnya pengetahuan masyarakat tentang hipertensi maka akan mendorong seseorang untuk berperilaku yang lebih baik dalam mengontrol hipertensi sehingga tekanan darahnya tetap terkendali, pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi juga mempengaruhi kepatuhan masyarakat dalam melakukan pengobatan. Seiring dengan meningkatnya pengetahuan tentang hipertensi maka dapat melakukan penatalaksanaan penyakitnya sehingga masyarakat menjadi lebih baik (Zaman *et al.*, 2023).

Kesimpulan

Melihat dampak dari upaya yang dilakukan di Balai Desa Sanggula, maka dapat diduga bahwa penyuluhan hipertensi telah memberikan dampak positif dalam memperluas informasi masyarakat dan mengetahui risiko penyakit hipertensi. Penyuluhan ini dilaksanakan oleh tim penyuluh dari mahasiswa PBL kelompok 5 Desa sanggula Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo Kendari, menggunakan metode edukasi melalui presentasi materi dengan media power point.

Evaluasi melalui *Pre-Test* dan *Post-Test* menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan mengenai gejala, penyebab, dampak dan cara mencegah hipertensi semakin luas dengan memberikan penyuluhan kepada masyarakat setempat. Hal ini membantu masyarakat dalam mengingat materi yang disampaikan. Dengan demikian, penyuluhan ini berhasil mencapai tujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang bahaya bahaya hipertensi.

Ucapan Terima Kasih

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Masyarakat di Desa Sanggula, Moramo Utara, Konawe Selatan, Sulawesi Tenggara atas kesempatan yang diberikan kepada kami untuk melakukan penyuluhan di desa ini. Kami sangat menghargai kerja sama dan dukungan dari semua pihak. Semoga informasi yang kami sampaikan bermanfaat dan memberikan wawasan baru bagi seluruh peserta. Kami berharap dapat terus menjalin hubungan baik serta berkontribusi dalam kegiatan positif di Desa Sanggula. Terima kasih atas

perhatian dan sambutan hangat yang kami terima. Semoga Desa Sanggula terus sukses dan semakin maju ke depan.

Referensi

- Albah, D. N. D., Sety, L. O. M., & Harleli, H. (2023). Faktor Risiko Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Pesisir Kecamatan Siompu Kabupaten Buton Selatan Tahun 2023. *Endemis Journal*, 4(3), 1–9. <https://doi.org/10.37887/Ej.V4i3.46519>
- Alkhusari, Anggita, K. D., & Satrio, A. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dalam Pelayanan Home Care Terhadap Perubahan Perilaku Gaya Hidup Penderita Hipertensi. *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 8(2), 42–51.
- Ariningtyas, N. (2024). Penyuluhan Tentang Hipertensi Dan Kolesterol Pada Wanita Usia Dewasa Di Kutuasem Sinduadi Mlati Sleman Yogyakarta. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Mulia Madani Yogyakarta*, 2(1).
- Falo, A., Ludiana, & Ayubbana, S. (2023). Penerapan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Rawat Inap Banjarsari Kota Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(1), 32–40.
- Khomsah, I. Y., & Nurani, R. D. (2022). Pentingnya Pengetahuan Kesehatan Tentang Hipertensi Pada Ibu-Ibu Pengajian Di Kelurahan Kresnomulyo Kecamatan Ambarawa Kabupaten Pringsewu. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 1–6. <https://doi.org/10.59030/Jpmbd.V1i1.5>
- Kristiningtyas, Y. W. (2023). Efektifitas Rendam Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Gsh*, 12(2), 26–33.
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023). Hipertensi; Artikel Review. *Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 2(2), 100–117. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/Nbk558907/>
- Manalu, S. P., Hasibuan, N. H., Sari, Y. A., & Nadhira, A. C. (2023). Penyuluhan Hipertensi Di Desa Perkebunan Tanjung Kasau Kabupaten Batu Bara. *Bubungan Tinggi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(4), 1430. <https://doi.org/10.20527/Btjpm.V5i4.9472>
- Maulidah, K., Neni, N., & Maywati, S. (2022). Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Dengan Upaya Pengendalian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Cikampek Kabupaten Karawang. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 18(2), 484–494. <https://doi.org/10.37058/Jkki.V18i2.5613>
- Putri, A. A., Ludiana, & Ayubbana, S. (2023). Penerapan Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Rawat Inap Banjarsari Kota Metro. *Cendikia Muda*, 3, 23–31. <https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/jwc/article/view/435>
- Rizkiana, I., & Dawu, A. E. (2024). Pengaruh Edukasi Tentang Perilaku Diet Terhadap Kepatuhan Diet Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Konda Kabupaten Konawe Selatan Tahun 2023. *Jurnal Penelitian Sains Dan Kesehatan Avicenna*, 3(2), 47–54.
- Solida, A., Amir, A., & Ena Sari, R. (2023). Upaya Perubahan Perilaku Penderita Hipertensi Menghemat Biaya Kesehatan Melalui Sosialisasi Bahaya Katastropik Di Wilayah Puskesmas Talang Bakung. *Jurnal Salam Sehat Masyarakat (Jssm)*, 5(1), 9–18. <https://doi.org/10.22437/Jssm.V5i1.27770>
- Telaumbanua, A. C., & Rahayu, Y. (2021). Penyuluhan Dan Edukasi Tentang Penyakit Hipertensi. *Jurnal Abdimas Saintika*, 3(1), 119. <https://doi.org/10.30633/Jas.V3i1.1069>
- Wahyuni, W., Haq, A. D., Ardiansyah, M., Fellyta, J., Khairunnisa, P. W., Defirsty, L., Rofiq, R. A. A., Saly, F. F., Prayudipta, J. S., & Saffanah, D. N. (2024). Penyuluhan Kesehatan Terkait Penyakit Hipertensi Dan Diabetes Melitus Pada Masyarakat Desa. *Jmm (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 8(3), 2813–2823. <http://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm/article/view/22901>
- Zaman, B., Munawwarah, K., Nurlaili, N., Putra, M. S., Bukhari, B., Wahyuni, S., Rabial, J., & Husna, N. (2023). Pemeriksaan Tekanan Darah Dan Edukasi Tentang Hipertensi Serta

Penangananya. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 6(8), 3414–3423. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i8.10496>