

**PEMBERDAYAAN KADER POSBINDU DALAM PENCEGAHAN HIPERTENSI
MELALUI PROGRAM HIPERTENSI NO! (NO OVER PRESSURE) DI DUSUN
ROWOSARI, DESA METESEH**

***EMPOWERING POSBINDU CADRES IN HYPERTENSION PREVENTION THROUGH
THE HIPERTENSI NO! (NO OVER PRESSURE) PROGRAM IN ROWOSARI HAMLET,
METESEH VILLAGE***

Firmansyah Kholiq Pradana PH^{1*}, Muhammad Iqbal²

^{1,2} Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan, Universitas Dian Nuswantoro,
Semarang, Indonesia

Email: ¹firmansyah.kholiq@dsn.dinus.ac.id

Abstrak: Hipertensi merupakan penyakit tidak menular dengan prevalensi tinggi di Indonesia, menjadi faktor risiko utama kematian akibat penyakit kardiovaskular. Di Desa Meteseh, Kecamatan Boja, Kabupaten Kendal, hipertensi menjadi masalah kesehatan yang signifikan, dengan peningkatan jumlah penderita dari 1.403 orang pada 2023 menjadi 1.607 orang pada 2024. Program *Hipertensi NO! (No Over Pressure)* bertujuan memberdayakan kader posbindu dalam pencegahan hipertensi melalui edukasi dan pemantauan kesehatan secara berkala. Pendekatan berbasis komunitas ini melibatkan kader posbindu untuk memberikan penyuluhan mengenai risiko hipertensi, pentingnya pemeriksaan rutin, serta gaya hidup sehat. Selain itu, kader dilatih menggunakan alat tensi digital dan diberi tugas untuk melakukan skrining tekanan darah serta distribusi kartu riwayat kesehatan. Program ini berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pencegahan hipertensi, dengan peningkatan signifikan dalam pemeriksaan tekanan darah (45% menjadi 78%) dan pemahaman risiko hipertensi (50% menjadi 85%) setelah intervensi. Hasil ini menunjukkan bahwa pemberdayaan kader posbindu dalam program berbasis komunitas efektif dalam mengurangi prevalensi hipertensi dan meningkatkan kualitas hidup masyarakat.

Kata Kunci: hipertensi, Edukasi, pemberdayaan kader posbindu

Abstract: Hypertension is a non-communicable disease with a high prevalence in Indonesia and is a leading risk factor for death due to cardiovascular diseases. In Meteseh Village, Boja District, Kendal Regency, hypertension has become a significant health issue, with the number of sufferers increasing from 1,403 people in 2023 to 1,607 people in 2024. The *Hipertensi NO! (No Over Pressure)* program aims to empower Posbindu cadres in hypertension prevention through education and regular health monitoring. This community-based approach involves Posbindu cadres in providing counseling on hypertension risks, the importance of routine checks, and healthy lifestyles. In addition, cadres are trained to use digital blood pressure monitors and tasked with performing blood pressure screenings and distributing health history cards. This program successfully raised community awareness about hypertension prevention, with a significant increase in blood pressure check-ups (from 45% to 78%) and understanding of hypertension risks (from 50% to 85%) after the intervention. These results indicate that empowering Posbindu cadres in a community-based program is effective in reducing hypertension prevalence and improving the community's quality of life.

Keywords: hypertension, Education, Posbindu Cadre Empowerment

Article History:

Received	Revised	Published
30 Desember 2024	10 Januari 2025	15 Januari 2025

Pendahuluan

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang memiliki prevalensi tinggi di Indonesia. Berdasarkan data dari WHO, sekitar 33% populasi dunia mengalami hipertensi, yang berarti satu dari tiga orang memiliki tekanan darah yang melebihi batas normal ($>140/90$ mmHg) (Kartika, Subakir and Mirsiyanto, 2021). Hipertensi menjadi penyebab utama berbagai komplikasi serius seperti stroke, gagal jantung, dan penyakit ginjal kronis. (Kemenkes RI, 2023) Di Indonesia, hipertensi merupakan salah satu faktor risiko utama kematian akibat penyakit kardiovaskular. Penyakit ini sering kali tidak menunjukkan gejala yang signifikan pada tahap awal, sehingga banyak penderita yang tidak menyadari bahwa mereka mengidap hipertensi hingga mengalami komplikasi yang lebih serius. (Suoth, Bidjuni and Malara, 2014) Pola hidup yang tidak sehat, konsumsi garam berlebih, stres, serta kurangnya aktivitas fisik menjadi faktor utama yang memperburuk kondisi hipertensi di masyarakat. (Alfian, Susanto and Khadizah, 2017)

Selain itu, hipertensi memiliki dampak ekonomi yang besar baik bagi individu maupun sistem kesehatan secara keseluruhan. Biaya pengobatan hipertensi dan komplikasinya seperti stroke atau gagal ginjal dapat menjadi beban finansial yang signifikan bagi masyarakat. (Suprayitno and Huzaimah, 2020) Tidak hanya itu, hipertensi juga dapat menurunkan produktivitas kerja karena komplikasi yang ditimbulkan, seperti kelelahan kronis dan risiko serangan jantung. (Marbun and Hutapea, 2022). Oleh karena itu, upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi melalui pendekatan berbasis komunitas menjadi sangat penting untuk menekan angka kejadian hipertensi serta meningkatkan kualitas hidup masyarakat.

Di Desa Meteseh, Kecamatan Boja, Kabupaten Kendal, hipertensi menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang signifikan. Berdasarkan data dari Puskesmas Boja 1, jumlah penderita hipertensi di Desa Meteseh meningkat dari 1.403 orang pada tahun 2023 menjadi 1.607 orang pada tahun 2024 (Puskesmas Boja 1, 2024). Peningkatan ini menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi masalah kesehatan yang belum tertangani dengan optimal. Dari sepuluh desa di Kecamatan Boja, Desa Meteseh merupakan salah satu desa dengan prevalensi hipertensi tertinggi, dengan total penduduk sekitar 12.118 jiwa (Dinas Kesehatan Kendal, 2023). Tingginya angka hipertensi ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk pola makan yang tinggi garam dan lemak, rendahnya kesadaran masyarakat untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin, serta minimnya akses terhadap informasi kesehatan yang tepat (Kemenkes RI, 2023).

Desa Meteseh memiliki karakteristik geografis yang mendukung pertumbuhan ekonomi berbasis pertanian dan usaha kecil, namun masih terdapat kendala dalam akses pelayanan kesehatan yang optimal. Sebagian besar masyarakat Desa Meteseh bekerja sebagai petani, buruh, dan pedagang kecil, dengan pola hidup yang masih tradisional (BPS Kabupaten Kendal, 2023). Akses terhadap fasilitas kesehatan yang terbatas dan jarak ke pusat pelayanan kesehatan yang cukup jauh menjadi tantangan bagi masyarakat dalam mendapatkan layanan pemeriksaan kesehatan secara berkala (Dinas Kesehatan Jawa Tengah, 2023). Selain itu, tingkat pendidikan yang masih relatif rendah juga menjadi salah satu faktor yang memengaruhi pemahaman masyarakat terhadap risiko hipertensi dan pentingnya upaya pencegahan (BPS Kabupaten Kendal, 2023).

Dalam upaya mengatasi masalah ini, diperlukan intervensi yang berbasis pemberdayaan masyarakat. Salah satu pendekatan yang dapat dilakukan adalah melalui pelibatan kader kesehatan dalam program pencegahan dan pengelolaan hipertensi. Kader kesehatan memiliki peran strategis dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pencegahan hipertensi melalui edukasi dan pemantauan kesehatan secara berkala. (Mahdur and Sulistiadi, 2020). Melalui kegiatan berbasis komunitas, diharapkan kader kesehatan dapat menjangkau lebih banyak masyarakat, memberikan pemahaman yang lebih baik tentang faktor risiko hipertensi, serta mendorong masyarakat untuk menerapkan pola hidup sehat (Permatasari, Suriani and Kurniawan, 2022).

Posyandu sebagai salah satu fasilitas kesehatan tingkat desa memiliki peran penting dalam upaya deteksi dini dan pencegahan hipertensi. Posyandu tidak hanya berfungsi untuk pelayanan kesehatan ibu dan anak, tetapi juga dapat digunakan sebagai sarana edukasi kesehatan bagi masyarakat luas (Dinas Kesehatan Kendal, 2023). Dengan memanfaatkan posyandu sebagai pusat informasi kesehatan, diharapkan masyarakat dapat lebih mudah mengakses layanan pemeriksaan tekanan darah serta mendapatkan penyuluhan mengenai pola hidup sehat (Kemenkes RI, 2023). Program yang terintegrasi dengan posyandu dapat membantu meningkatkan cakupan deteksi dini hipertensi serta memudahkan masyarakat dalam memperoleh informasi kesehatan yang valid. (Angelina, Fauziah and Sinaga, 2020)

Kader posyandu memegang peran kunci dalam mengedukasi masyarakat serta membantu pelaksanaan program pencegahan hipertensi. Mereka tidak hanya bertugas dalam kegiatan rutin posyandu, tetapi juga memiliki peran sebagai fasilitator dalam memberikan informasi mengenai pentingnya pemeriksaan tekanan darah secara berkala dan cara mengadopsi gaya hidup sehat. Oleh karena itu, peningkatan kapasitas kader melalui pelatihan mengenai hipertensi dan penggunaan alat tensi digital sangat diperlukan. Dengan kader yang terampil dan berpengetahuan luas, diharapkan masyarakat akan lebih terdorong untuk aktif menjaga kesehatannya. (Masitha Arsyati and Krisna Chandra, 2020).

Program *Hipertensi NO! (No Over Pressure)* merupakan salah satu strategi intervensi yang dirancang untuk meningkatkan kapasitas kader posbindu dalam mengelola hipertensi di komunitas. Program ini mencakup kegiatan penyuluhan kepada masyarakat tentang hipertensi, pelatihan kader dalam penggunaan alat tensi digital, serta pembagian kartu riwayat pemeriksaan tekanan darah. Dengan pendekatan ini, diharapkan kader posbindu dapat berperan lebih aktif dalam mendeteksi dini hipertensi dan memberikan edukasi kepada masyarakat tentang pentingnya pengendalian tekanan darah (Dinas Kesehatan Kendal, 2023).

Selain itu, program ini juga bertujuan untuk meningkatkan partisipasi masyarakat dalam pemeriksaan kesehatan secara rutin. Melalui kegiatan skrining kesehatan yang terintegrasi dengan posyandu, masyarakat didorong untuk lebih sadar terhadap kondisi kesehatannya dan lebih proaktif dalam melakukan tindakan pencegahan. Dengan adanya keterlibatan kader yang terlatih, masyarakat diharapkan dapat lebih memahami risiko hipertensi dan langkah-langkah yang dapat dilakukan untuk mencegahnya. (Angelina *et al.*, 2020).

Dalam implementasi program ini, pendekatan berbasis komunitas menjadi kunci keberhasilan. Melalui metode diskusi warga dan Musyawarah Masyarakat Dusun (MMD), masyarakat dilibatkan dalam proses identifikasi masalah dan perencanaan intervensi. Hal ini dilakukan untuk memastikan bahwa program yang dijalankan sesuai dengan kebutuhan dan

karakteristik masyarakat setempat. Selain itu, dengan menggunakan metode Multiple Criteria Utility Assessment (MCUA), prioritas masalah kesehatan dapat ditentukan secara lebih objektif sehingga intervensi yang dilakukan menjadi lebih efektif dan tepat sasaran.

Berdasarkan hasil analisis MCUA, tiga faktor utama yang menjadi prioritas dalam penanganan hipertensi di Desa Meteseh adalah sikap masyarakat terhadap hipertensi, perilaku hidup sehat, dan akses terhadap pelayanan kesehatan. Dengan demikian, program *Hipertensi NO!* difokuskan pada peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dalam mengedukasi masyarakat serta melakukan pemantauan tekanan darah secara mandiri.

Melalui intervensi yang terstruktur dan berbasis pemberdayaan masyarakat, program ini diharapkan dapat memberikan dampak positif dalam menurunkan angka kejadian hipertensi di Desa Meteseh. Dengan meningkatkan kapasitas kader posbindu dan keterlibatan aktif masyarakat, diharapkan kesadaran akan pentingnya pencegahan hipertensi dapat meningkat, sehingga angka kejadian hipertensi dapat dikendalikan secara lebih efektif dalam jangka panjang.

Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini berbasis pendekatan partisipatif dengan pemberdayaan masyarakat melalui kader posbindu. Subjek dalam program ini adalah masyarakat Desa Meteseh, Kecamatan Boja, terutama individu yang berisiko atau telah didiagnosis hipertensi. Selain itu, kader posbindu yang berperan sebagai fasilitator utama dalam kegiatan ini juga menjadi sasaran intervensi. Metode pengumpulan data dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu:

- **Observasi langsung**, untuk melihat kondisi masyarakat terkait pola hidup dan kesadaran terhadap hipertensi.
- **Kuesioner**, digunakan untuk mengumpulkan informasi terkait pengetahuan, sikap, dan praktik masyarakat mengenai hipertensi sebelum dan sesudah intervensi.
- **Wawancara mendalam**, dilakukan dengan kader posbindu untuk mengetahui peran serta kendala dalam kegiatan deteksi dini hipertensi.
- **Pemeriksaan tekanan darah**, sebagai metode skrining awal yang dilakukan oleh kader posbindu untuk mengetahui prevalensi hipertensi di masyarakat.

Intervensi yang dilakukan dalam program ini mencakup beberapa tahap sebagai berikut:

1. **Pelatihan Kader Posbindu**: Pelatihan diberikan untuk meningkatkan keterampilan kader dalam mendeteksi hipertensi, memberikan edukasi, serta mengajarkan cara menggunakan alat pengukur tekanan darah digital.
2. **Penyuluhan Kesehatan**: Kegiatan edukasi bagi masyarakat mengenai faktor risiko hipertensi, pencegahan, serta pentingnya pola hidup sehat.
3. **Skrining dan Monitoring Tekanan Darah**: Pemeriksaan tekanan darah dilakukan secara berkala oleh kader posbindu untuk mendeteksi dini hipertensi.
4. **Distribusi Kartu Riwayat Kesehatan**: Setiap peserta program diberikan kartu riwayat tekanan darah untuk memantau kondisi kesehatannya secara berkala.

4. Metode Analisis Efektivitas Program

Efektivitas program diukur menggunakan pendekatan evaluasi berbasis dampak dengan

membandingkan kondisi masyarakat sebelum dan sesudah intervensi. Metode analisis yang digunakan meliputi:

- **Analisis Deskriptif:** Menggunakan data dari kuesioner sebelum dan sesudah intervensi untuk mengukur peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap masyarakat.
- **Evaluasi Partisipasi:** Melihat tingkat keterlibatan masyarakat dan kader posbindu dalam program melalui laporan kehadiran dan keterlibatan dalam kegiatan.

Berikut merupakan alur metode yang digunakan dalam program pengabdian:



Gambar 1. Tahapan Pelaksanaan Program Pengabdian

Melalui pendekatan ini, diharapkan program dapat memberikan dampak yang signifikan dalam meningkatkan kesadaran dan pengendalian hipertensi di Desa Meteseh.

Hasil dan Pembahasan

Program pengabdian yang telah dilaksanakan menunjukkan hasil yang signifikan dalam upaya menurunkan angka kejadian hipertensi di Desa Meteseh. Berdasarkan data yang diperoleh sebelum dan setelah intervensi, terjadi peningkatan kesadaran masyarakat terhadap pencegahan hipertensi. Hasil survei sebelum pelaksanaan program menunjukkan bahwa hanya 45% responden yang rutin memeriksakan tekanan darahnya, sementara setelah intervensi angka ini meningkat menjadi 78%.

Kategori	Sebelum Intervensi (%)	Sesudah Intervensi (%)
Rutin Periksa Tekanan Darah	45	78
Memahami Risiko Hipertensi	50	85
Mengurangi Konsumsi Garam	40	72
Melakukan Aktivitas Fisik	38	70

Tabel 1. Perubahan Kesadaran Masyarakat terhadap Hipertensi Sebelum dan Sesudah Intervensi

Hasil pada Tabel 1 menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam kesadaran masyarakat terkait hipertensi. Sebelum program, hanya 45% masyarakat yang rutin memeriksa tekanan darah, tetapi setelah intervensi angka ini meningkat menjadi 78%. Begitu pula dengan pemahaman mengenai risiko hipertensi, yang meningkat dari 50% menjadi 85%. Perubahan pola konsumsi garam dan aktivitas fisik juga mengalami peningkatan yang signifikan, yang

menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan telah mendorong perubahan gaya hidup yang lebih sehat.

Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh (Maulidah, Neni and Maywati, 2022) yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan berbasis komunitas meningkatkan kesadaran akan hipertensi sebesar 30-40% dalam periode enam bulan. Studi lain oleh (Astuti, Tasman and Amri, 2021) menunjukkan bahwa pelatihan kader kesehatan efektif dalam meningkatkan kepatuhan terhadap pemeriksaan tekanan darah di wilayah dengan tingkat kesadaran rendah.

Perubahan perilaku masyarakat dalam mengontrol hipertensi juga tampak dalam pola kebiasaan sehari-hari. Banyak peserta program melaporkan bahwa mereka mulai lebih sering memperhatikan pola makan dan mengurangi konsumsi makanan olahan yang tinggi garam. Sebagian besar peserta juga lebih disiplin dalam mengonsumsi obat antihipertensi dan melakukan pemeriksaan kesehatan rutin di posbindu.

Perilaku	Sebelum Intervensi (%)	Sesudah Intervensi (%)
Mengurangi Garam	40	72
Rutin Olahraga	38	70
Pemeriksaan Rutin	45	78

Tabel 2. Perubahan Pola Perilaku Masyarakat Sebelum dan Sesudah Program

Dari Tabel 2, terlihat bahwa jumlah masyarakat yang mengurangi konsumsi garam meningkat dari 40% menjadi 72%, sementara yang rutin berolahraga meningkat dari 38% menjadi 70%. Selain itu, pemeriksaan tekanan darah rutin meningkat dari 45% menjadi 78%, menunjukkan adanya kesadaran yang lebih tinggi dalam menjaga kesehatan.

Penelitian oleh (A *et al.*, 2022) mendukung hasil ini dengan menemukan bahwa intervensi berbasis komunitas yang mengedukasi masyarakat tentang diet rendah garam dan peningkatan aktivitas fisik dapat mengurangi kejadian hipertensi hingga 35%. Studi serupa oleh Lee *et al.* (2018) menunjukkan bahwa perubahan pola makan dan peningkatan aktivitas fisik dapat menurunkan tekanan darah rata-rata sebesar 10-15 mmHg dalam tiga bulan.

Hasil yang diperoleh dari program ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa edukasi dan intervensi berbasis komunitas efektif dalam menurunkan prevalensi hipertensi. Selain itu, program ini juga membuktikan bahwa pelibatan kader kesehatan dalam edukasi masyarakat dapat meningkatkan kepatuhan dalam pemeriksaan tekanan darah secara berkala. (Marbun and Hutapea, 2022)

Selain manfaat langsung yang dapat diukur melalui data tekanan darah dan kebiasaan hidup sehat, program ini juga membawa dampak psikososial yang positif. Beberapa peserta melaporkan adanya peningkatan motivasi dalam menjaga kesehatan dan meningkatnya dukungan sosial dari keluarga dan komunitas dalam menjalankan pola hidup sehat. Studi oleh

(Suoth, Bidjuni and Malara, 2014) menunjukkan bahwa keberhasilan program kesehatan komunitas sangat dipengaruhi oleh faktor dukungan sosial, yang dapat meningkatkan kepatuhan individu dalam menjalankan rekomendasi kesehatan.

Secara teori, perubahan perilaku masyarakat dalam menjaga kesehatan dapat dijelaskan melalui model Health Belief Model (HBM) yang mengemukakan bahwa individu akan lebih cenderung melakukan tindakan pencegahan jika mereka memahami risiko dan manfaat dari tindakan tersebut. Dalam program ini, pendekatan edukatif yang diberikan telah meningkatkan kesadaran masyarakat akan bahaya hipertensi dan manfaat dari pencegahan dini. (Istiqomah *et al.*, 2022)



Gambar 2. Proses Kegiatan Pengabdian

Hasil dari pengabdian ini menunjukkan bahwa peningkatan kapasitas kader posbindu memiliki dampak positif dalam pengendalian hipertensi di komunitas. Dengan adanya kader yang terlatih, masyarakat lebih mudah mendapatkan informasi dan akses terhadap pemeriksaan tekanan darah rutin. Hal ini membuktikan bahwa pendekatan berbasis komunitas dapat menjadi strategi efektif dalam menurunkan angka kejadian hipertensi secara berkelanjutan.

Selain itu, program ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang berkelanjutan perlu didukung dengan intervensi berbasis kebijakan. Sebagai contoh, kerja sama antara puskesmas dan pemerintah desa dalam menyediakan fasilitas pemeriksaan tekanan darah gratis dapat meningkatkan cakupan deteksi dini hipertensi. Studi oleh (Alfian, Susanto and Khadizah, 2017) menemukan bahwa daerah dengan program kesehatan terpadu antara pemerintah dan masyarakat cenderung memiliki angka keberhasilan lebih tinggi dalam mengontrol penyakit kronis seperti hipertensi.

Keberhasilan program ini dapat dijadikan model bagi daerah lain dengan permasalahan serupa. Untuk pengembangan ke depan, program ini dapat diperluas dengan pemanfaatan teknologi dalam monitoring tekanan darah, seperti aplikasi seluler yang memudahkan pencatatan dan analisis tren tekanan darah individu. Digitalisasi pencatatan tekanan darah telah terbukti efektif dalam meningkatkan kepatuhan pasien hipertensi terhadap pengobatan dan perubahan gaya hidup. (HALIM and SUTRIYAWAN, 2022).

Dengan adanya hasil temuan ini, program dapat dikembangkan lebih lanjut dengan memperluas cakupan wilayah serta menambahkan metode digitalisasi dalam pencatatan

tekanan darah untuk monitoring yang lebih efektif. Keberhasilan program ini juga dapat menjadi model bagi daerah lain dalam menerapkan strategi serupa untuk menurunkan angka hipertensi secara nasional.

Kesimpulan

Program Hipertensi NO! di Dusun Rowosari, Desa Meteseh berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pencegahan hipertensi, dengan angka pemeriksaan tekanan darah rutin meningkat dari 45% menjadi 78%. Peningkatan pemahaman tentang risiko hipertensi juga tercatat signifikan, dari 50% menjadi 85%. Selain itu, terdapat perbaikan pola hidup sehat, seperti pengurangan konsumsi garam dan peningkatan aktivitas fisik. Program ini menunjukkan efektivitas pemberdayaan kader posbindu dalam mengedukasi dan memantau kesehatan masyarakat untuk mencegah hipertensi. Diperlukan penguatan peran kader posbindu dalam implementasi program kesehatan masyarakat untuk meningkatkan efektivitas pencegahan hipertensi. Pendekatan ini diharapkan dapat memperluas jangkauan dan memastikan keberlanjutan upaya pencegahan hipertensi dalam masyarakat.

Referensi

- A, D.A. *et al.* (2022) 'Faktor - Faktor Yang Menyebabkan Hipertensi Di Kelurahan Medan Tenggara', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), pp. 136–147. Available at: <https://doi.org/10.14710/jkm.v10i2.32252>.
- Alfian, R., Susanto, Y. and Khadizah, S. (2017) 'Kualitas Hidup Pasien Hipertensi Dengan Penyakit Penyerta Di Poli Jantung RSUD Ratu Zalecha Martapura', *Jurnal Pharmascience*, 4(2). Available at: <https://doi.org/10.20527/jps.v4i2.5774>.
- Angelina, R. *et al.* (2020) 'Peningkatan kinerja kader kesehatan melalui pelatihan kader posyandu di Desa Babakan Kecamatan Ciparay 2019', *JPkMI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia)*, 1(2), pp. 68–76.
- Angelina, R., Fauziah, L. and Sinaga, A. (2020) 'Peningkatan Kinerja Kader Kesehatan Melalui Pelatihan Kader Posyandu di Desa Babakan Kecamatan Ciparay', *JPkMI* [Preprint].
- Astuti, V.W., Tasman, T. and Amri, L.F. (2021) 'Prevalensi Dan Analisis Faktor Risiko Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang', *BIMIKI (Berkala Ilmiah Mahasiswa Ilmu Keperawatan Indonesia)*, 9(1), pp. 1–9. Available at: <https://doi.org/10.53345/bimiki.v9i1.185>.
- HALIM, R. and SUTRIYAWAN, A. (2022) 'Studi Retrospektif Gaya Hidup Dan Kejadian Hipertensi Pada Usia Produktif', *Journal of Nursing and Public Health*, 10(1), pp. 121–128. Available at: <https://doi.org/10.37676/jnph.v10i1.2376>.
- Istiqomah, F. *et al.* (2022) 'Pengaruh Pemberian Edukasi Terhadap Pengetahuan Hipertensi Peserta Prolanis Perempuan Di Puskesmas Brambang, Kabupaten Jombang', *Media Gizi Kesmas*, 11(1), pp. 159–165. Available at: <https://doi.org/10.20473/mgk.v11i1.2022.159-165>.
- Kartika, M., Subakir, S. and Mirsiyanto, E. (2021) 'Faktor-Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Hipertensi', *Jurnal Kesmas Jambi*, 5(1), pp. 1–9.

- Kemenkes RI (2023) *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2023*, Kementrian Kesehatan Repoblik Indonesia.
- Mahdur, R.R. and Sulistiadi, W. (2020) 'Evaluasi Program Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Posbindu PTM)', *JURNAL ILMIAH KESEHATAN MASYARAKAT: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 12(1), pp. 43–48. Available at: <https://doi.org/10.52022/jikm.v12i1.55>.
- Marbun, W.S. and Hutapea, L.M.N. (2022) 'Penyuluhan Kesehatan pada Penderita Hipertensi Dewasa terhadap Tingkat Pengetahuan Hipertensi', *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(1), pp. 89–99. Available at: <https://doi.org/10.31539/jks.v6i1.4170>.
- Masitha Arsyati, A. and Krisna Chandra, V. (2020) 'Assesment Kesiapan Kader Posyandu Dalam Pelatihan Penggunaan Media Online', *Hearty*, 8(1), pp. 27–32. Available at: <https://doi.org/10.32832/hearty.v8i1.3635>.
- Maulidah, K., Neni, N. and 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), pp. 484–494. Available at: <https://doi.org/10.37058/jkki.v18i2.5613>.
- Permatasari, R., Suriani, E. and Kurniawan (2022) 'Hubungan Kadar Kolesterol Total Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi pada Usia ≥ 40 Tahun', *Jurnal Labora Medika*, 6(2022), pp. 16–21.
- Suoth, M., Bidjuni, H. and Malara, R. (2014) 'Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Kolongan Kecamatan Kalawat Kabupaten Minahasa Utara', *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 2(1), p. 105951.
- Suprayitno, E. and Huzaimah, N. (2020) 'Pendampingan Lansia Dalam Pencegahan Komplikasi Hipertensi', *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(1), p. 518. Available at: <https://doi.org/10.31764/jpmb.v4i1.3001>.