

## EFEKTIVITAS PROGRAM BERANI DALAM UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN PRA LANSIA & LANSIA PENDERITA HIPERTENSI

**Yustin Novita<sup>1\*</sup>, Shrimarti Rukmini Devy<sup>2</sup>**

*Departement of Epidemiology, Biostatistic, Population Studies, and Health Promotion, Faculty of Public Health, Universitas Airlangga<sup>1,2</sup>*

*\*Corresponding Author : yustin.novita-2021@fkm.unair.ac.id*

### **ABSTRAK**

Hipertensi termasuk salah satu penyakit tidak menular yang sering dijumpai di masyarakat, khususnya masyarakat pra lansia dan lansia. Menurut Profil Puskesmas Ngrandu pada tahun 2018-2022, hipertensi menjadi urutan tertinggi penyakit tidak menular dengan prevalensi mencapai 3.327 pasien. Program BERANI merupakan sebuah program inovasi yang dilaksanakan oleh Kelompok 9 PKL (Praktek Kerja Lapangan) Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga tahun 2023 untuk meningkatkan pengetahuan, kemauan dan kemampuan pra lansia dan lansia dalam pengendalian hipertensi di Desa Sukosari. Tujuan dari penelitian ini ialah untuk menganalisis efektivitas pelaksanaan Program BERANI dalam meningkatkan pengetahuan pra lansia dan lansia penderita hipertensi di Desa Sukosari Kabupaten Ponorogo. Penelitian ini termasuk dalam penelitian *quasi experiment* dengan design *one group pre test post test* pada pengetahuan pra lansia dan lansia terkait penyakit hipertensi. Populasi dalam penelitian sejumlah 165 orang dengan jumlah sampel sebanyak 38 orang dan sasaran dari kegiatan Program BERANI sebanyak 15 orang penderita hipertensi. Berdasarkan nilai rata-rata *pre test* dan *post test* menunjukkan bahwa terdapat peningkatan rata-rata pengetahuan pada pra lansia dan lansia sebesar 13,78. Hasil penelitian menunjukkan adanya efektivitas Program BERANI berdasarkan hasil uji statistik *paired t-test* dengan nilai *p-value* = 0,00125 (*p* < 0,05). Berdasarkan uji statistik disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pada pengetahuan pra lansia dan lansia sehingga Program BERANI ialah program yang efektif dalam pengendalian hipertensi pada pra lansia dan lansia di Desa Sukosari Kecamatan Kauman Kabupaten Ponorogo. Melalui penyuluhan kesehatan pada Program BERANI dapat meningkatkan pengetahuan mengenai hipertensi sehingga memberikan dampak positif terkait sikap pra lansia dan lansia dalam pengendalian hipertensi.

**Kata kunci** : hipertensi, lansia, pengetahuan

### **ABSTRACT**

*Hypertension is one of the non-communicable diseases that is often found in the community, especially the pre-elderly and elderly. According to the Ngrandu Health Center Profile in 2018-2022, hypertension is the highest rank of non-communicable diseases with a prevalence of 3,327 patients. The BERANI program is an innovative program implemented by Group 9 PKL (Field Work Practice) of the Faculty of Public Health, Universitas Airlangga in 2023 to improve the knowledge, willingness and ability of pre-elderly and elderly people in controlling hypertension in Sukosari Village. The purpose of this study is to analyze the effectiveness of the implementation of the BERANI Program in improving the knowledge of pre-elderly and elderly people with hypertension in Sukosari Village, Ponorogo Regency. This research is included in quasi experimental research using pre and post test of pre-elderly and elderly knowledge variables related to hypertension. The population in the study was 165 people with a sample size of 15 people with hypertension. Based on the average value of the pre-test and post-test, it shows that there is an increase in the average knowledge of pre-elderly and elderly people from 74.66 to 88.44. The results showed the effectiveness of the BERANI Program based on the results of the paired t-test statistical test with a p-value = 0.00125 (*p* < 0.05). Based on statistical tests, it is concluded that there is an influence on the knowledge of pre-elderly and elderly people so that the BERANI Program is an effective program in controlling hypertension in pre-elderly and elderly people in Sukosari Village, Kauman District, Ponorogo Regency. Through health counseling in the BERANI Program, it can increase knowledge about hypertension so that it has a positive impact on the attitudes of pre-elderly and elderly people in controlling hypertension.*

**Keywords** : *hypertension, elderly, knowledge*

## PENDAHULUAN

Sehat merupakan hal yang penting bagi kehidupan. Menurut *World Health Organization* (WHO), sehat didefinisikan sebagai keadaan sempurna baik fisik, mental maupun sosial. Sehingga sehat tidak hanya terbatas pada kondisi tubuh terbebas dari kecacatan atau penyakit. Meningkatnya prevalensi hipertensi secara global disebabkan oleh paparan faktor risiko gaya hidup tidak sehat seperti mengkonsumsi makanan yang mengandung natrium yang tinggi serta kurang melakukan aktivitas fisik (Mills et al., 2020). Seseorang dikatakan mengalami hipertensi apabila kondisi tekanan darahnya berada di atas normal. Tekanan darah dapat dikatakan normal apabila kurang atau setara dengan 120/80 mmHg. Jika tekanan darah diatas 140/90 mmHg maka seseorang tersebut menderita hipertensi (Ekasari et al., 2021). Gejala umum yang dialami oleh penderita hipertensi adalah detak jantung tidak teratur, penglihatan menjadi buram, sakit kepala dan leher terasa tidak nyaman (Alkuhsari et al., 2023).

Menurut WHO (*World Health Organization*), hipertensi dinyatakan sebagai masalah kesehatan utama dengan menyebabkan 10 juta kematian per tahun (Lu et al., 2020). Kasus hipertensi sebagian besar berasal dari negara dengan ekonomi menengah ke bawah. Pada tahun 2020 prevalensi hipertensi di Asia Tenggara sebesar 39,9% (Laurensia et al., 2022). Berdasarkan Riskesdas Tahun 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,11%. Salah satu kelompok usia yang rentan terhadap hipertensi adalah lansia (Nafilah, 2023). Umumnya seseorang ketika memasuki masa lanjut usia ditandai dengan adanya penuaan, menurunnya fungsi organ tubuh sehingga menyebabkan rentan terhadap berbagai penyakit (Putra, 2019). Data Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi tingginya hipertensi di Indonesia didominasi oleh kelompok pra lansia dan lansia yaitu 45-54 sebesar 45,32%, usia 55-64 sebesar 55,23%, usia 65-74 sebesar 63,22% dan usia 75 ke atas sebesar 69,53% (Riskesdas, 2018).

Hasil Riset Kesehatan Dasar 2018, menunjukkan prevalensi hipertensi di Jawa Timur sebesar 36,3% (Riskesdas, 2018). Prevalensi penduduk dengan hipertensi meningkat seiring dengan pertambahan umur penduduk. Sedangkan hasil Riskesdas 2013 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di Jawa Timur sebesar 26,4%. Kedua angka tersebut memiliki selisih yang jauh sehingga dapat diartikan bahwa prevalensi hipertensi di Provinsi Jawa Timur mengalami peningkatan yang signifikan (Riskesdas, 2018). Hipertensi termasuk faktor resiko utama terjadinya penyakit aterosklerotik, gagal jantung, gagal ginjal, stroke dan penyakit kardiovaskular (Pratiwi, 2020). Pada saat tekanan sistolik dan diastolik meningkat hipertensi dapat menimbulkan risiko mortalitas dini (Ansar & Dwinata, 2019). Terjadinya peningkatan tekanan darah dalam jangka panjang berakibat rusaknya pembuluh darah pada ginjal, jantung, mata dan otak (Putri et al., 2022). Hipertensi termasuk dalam permasalahan kesehatan yang serius karena seringkali hipertensi tidak terdeteksi karena tidak menunjukkan gejala (Sartik et al., 2019).

Menurut Telaumbanua & Rahayu (2021) penyebab terjadinya hipertensi terbagi menjadi 2 bagian yakni hipertensi primer (esensial) dan hipertensi sekunder. Hipertensi primer merupakan hipertensi yang penyebab klinisnya tidak dapat diidentifikasi serta bersifat multifaktor (Octavianie et al., 2022). Sedangkan hipertensi sekunder merupakan hipertensi dengan ciri-ciri adanya peningkatan tekanan darah yang disertai oleh penyebab yang spesifik, seperti kehamilan, penyempitan pada arteri renalis serta penyebab lainnya (Rahmanti & Septediningrum, 2022). Hipertensi memiliki dua faktor resiko yaitu faktor resiko yang dapat diubah dan faktor resiko yang tidak dapat diubah (Purwono et al., 2020). Faktor resiko yang dapat diubah antara lain yakni usia dan genetik (Purwono et al., 2020). Semakin bertambahnya usia maka akan semakin besar pula resiko untuk menderita hipertensi (Suarayasa et al., 2023). Apabila pada keluarga memiliki riwayat hipertensi maka peluang terjadinya hipertensi lebih besar (Patongloan et al., 2021). Beberapa faktor yang tergolong dalam faktor resiko yang dapat

diubah yakni kafein, konsumsi garam, kolesterol, obesitas, merokok, stress, penggunaan kontrasepsi dan kurangnya olahraga (Mardianti et al., 2020)

Kabupaten Ponorogo adalah salah satu kabupaten yang ada di Provinsi Jawa Timur. Secara astronomis Kabupaten Ponorogo terletak pada  $1110\ 07^{\circ}$  hingga  $1110\ 52^{\circ}$  Bujur Timur dan  $070\ 49^{\circ}$  hingga  $080\ 20^{\circ}$  Lintang Selatan. Sebelah utara Kabupaten Ponorogo berbatasan dengan Kabupaten Madiun, Kabupaten Nganjuk dan Kabupaten Magetan. Sebelah selatan berbatasan dengan Kabupaten Pacitan. Sebelah barat berbatasan dengan Kabupaten Pacitan dan Wonogiri. Sebelah timur berbatasan dengan Kabupaten Tulungagung dan Kabupaten Trenggalek. Kabupaten Ponorogo memiliki luas 1.418,77 ha pada akhir tahun 2023. Selain itu, Kabupaten Ponorogo terdiri dari 21 kecamatan serta terbagi dalam 307 desa atau kelurahan. Pada akhir tahun 2023 jumlah penduduk Kabupaten Ponorogo sejumlah 973.503 jiwa (Badan Pusat Statistik, 2023).

Kecamatan Kauman merupakan salah satu kecamatan yang ada di Kabupaten Ponorogo. Kecamatan Kauman memiliki luas  $3.661\ Km^2$  yang tersebar di 16 desa atau kelurahan. Jumlah penduduk di Kecamatan Kauman sebanyak 46.419 jiwa pada tahun 2020. Kecamatan Kauman termasuk dalam wilayah kerja Puskesmas Ngrandu dan Puskesmas Kauman. Puskesmas Ngrandu menaungi 5 desa atau kelurahan sedangkan Puskesmas Kauman menaungi lebih banyak yakni 11 desa atau kelurahan (Badan Pusat Statistik, 2023). Menurut Profil Kesehatan Kabupaten Ponorogo tahun 2022, estimasi penderita hipertensi dengan usia  $\geq 15$  tahun di wilayah kerja Puskesmas Ngrandu sejumlah 3.327 pasien dan hanya 28,1% penderita yang mendapatkan penanganan di pelayanan kesehatan. Sedangkan di Puskesmas Kauman capaian penderita hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan sebesar 27,9% dari 10.373 penderita (Dinas Kesehatan Kabupaten Ponorogo, 2021). Dari angka tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kauman dan Puskesmas Ngrandu masih belum mendapatkan pelayanan kesehatan. Berdasarkan Profil Puskesmas Ngrandu, hipertensi tergolong dalam PTM (Penyakit Tidak Menular). Hipertensi menduduki peringkat pertama dalam 10 besar penyakit yang ada di wilayah kerja Puskesmas Ngrandu. Dari 3.327 penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Ngrandu hanya 935 penderita yang mendapatkan pelayanan kesehatan (Profil Puskesmas Ngrandu, 2022).

Desa Sukosari merupakan bagian dari Kecamatan Kauman serta termasuk dalam wilayah kerja dari Puskesmas Ngrandu. Desa Sukosari di sebelah utara berbatasan dengan Desa Ngrandu, sebelah selatan berbatasan dengan Desa Tatung, sebelah timur berbatasan dengan Desa Nglarangan dan sebelah barat berbatasan dengan Desa Karanglo Kidul. Berdasarkan Profil Desa Sukosari tahun 2022, Desa Sukosari memiliki luas  $228\ Km^2$  dan terdiri dari 2 dusun yakni Dusun Kropak dan Dusun Karanggayam. Desa Sukosari terdiri dari 8 RT dan 1 RW dengan jumlah penduduk sebanyak 1.504 yang terdiri dari 770 penduduk laki-laki dan 730 penduduk perempuan (Profil Desa Sukosari, 2022).

Berdasarkan informasi yang diperoleh dari petugas kesehatan Puskesmas Ngrandu, sebagian besar penderita hipertensi di Desa Sukosari adalah pra lansia dan lansia dengan rentang usia 45-65 tahun. Penyebab utama terjadinya hipertensi di Desa Sukosari ialah rendahnya pola hidup sehat yang diterapkan oleh masyarakat Desa Sukosari. Terdapat 42,08% masyarakat yang mengkonsumsi garam secara berlebihan, makanan bersantan serta minuman berkeafein seperti kopi dan teh. Sebagian penderita hipertensi enggan melakukan pemeriksaan kesehatan di puskesmas maupun polindes dikarenakan pasien tidak merasakan gejala apapun (hipertensi tidak bergejala) alasan lain yang disampaikan oleh informan (petugas puskesmas) ketika musim tanam dan musim panen banyak pasien yang tidak datang ke posyandu lansia maupun posbindu dengan alasan sibuk bekerja di sawah karena sebagian besar penduduk Desa Sukosari bermata pencaharian sebagai petani dan buruh tani. Oleh karena itu, peneliti melakukan penelitian terkait Efektivitas Program BERANI Dalam Upaya Peningkatan Pengetahuan Penderita Hipertensi Di Desa Sukosari Kabupaten Ponorogo. Penelitian ini

bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan pra lansia dan lansia penderita hipertensi di Desa Sukosari sebelum dan sesudah dilaksanakannya program BERANI.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian *quasi experiment* dengan menggunakan desain *one group pre test post test*. Populasi dalam penelitian ini terdiri dari populasi pra lansia dan lansia di Desa Sukosari dengan jumlah sebesar 165 orang. Jumlah sampel dari penelitian ini dihitung dengan menggunakan rumus slovin yakni sebanyak 38 orang. Pada penelitian ini sampel berasal dari populasi survey mawas diri (SMD) pada masyarakat Desa Sukosari sebanyak 539 KK (Kepala Keluarga) sehingga sesuai dengan perhitungan sampel diperoleh sebanyak 86 KK (Kartu Keluarga). Sasaran dari pengabdian masyarakat berjumlah 15 peserta dengan memiliki riwayat penyakit hipertensi dan berusia 45-65 tahun. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini ialah *probability sampling* dengan menggunakan metode *simple random sampling*. Penelitian ini diawali dengan melakukan analisis situasi terkait permasalahan yang terdapat di Desa Sukosari dengan menggunakan data primer dan data sekunder. Selanjutnya yang dilakukan ialah melakukan pemeringkatan prioritas masalah dengan menggunakan metode USG (*Urgency, Seriousness and Growth*) dan melakukan analisis akar masalah dengan menggunakan metode *fishbone*.

Berdasarkan hasil penyebaran kuisioner sebesar 42,08% masyarakat Desa Sukosari mengkonsumsi garam yang berlebihan, makanan yang mengandung santan dan mengkonsumsi minuman berkarbohidrat. Hal tersebut disebabkan oleh kurangnya pengetahuan pra lansia dan lansia mengenai hipertensi serta tidak adanya *community based program*. Selanjutnya dilakukan penyusunan alternatif solusi bersama dengan bidan desa, pihak Puskesmas Ngrandu, kader posyandu lansia dan posbindu serta perwakilan dari Pemerintah Desa Sukosari dengan menggunakan metode MEER (Metodologi, Efektivitas, Efisiensi dan Relevansi). Alternatif solusi terbaik yang ditemukan untuk meningkatkan pengetahuan pra lansia dan lansia mengenai hipertensi ialah pemberian penyuluhan KIE (Komunikasi, Informasi dan Edukasi) terkait urgensi hipertensi dengan keluarga dengan riwayat hipertensi. Penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 30 Januari 2024 yang bertempat di Balai Desa Sukosari dengan menggunakan metode ceramah dan memanfaatkan media promosi kesehatan berupa kalender kesehatan. Media kalender kesehatan telah melalui uji kelayakan atau uji media, dimana kalender kesehatan ditinjau ulang oleh petugas puskesmas desa dan kader posyandu lansia serta posbindu sebagai bentuk dari persetujuan kelayakan media yang akan digunakan. Program BERANI diawali dengan pre test diawali kegiatan dan post test di akhir kegiatan kepada peserta program. Aspek pengetahuan yang ditanyakan pada *pre test* dan *post test* meliputi definisi, karakteristik, gejala, pola hidup dan pencegahan hipertensi. Metode efektivitas Program BERANI menggunakan uji normalitas dengan *shapiro test* dan uji analisis statistik menggunakan uji *paired t-test*. Penilaian kuesioner hasil *pre test* dan *post test* dengan variabel pengetahuan terkait hipertensi digunakan untuk menganalisis efektivitas kegiatan.

## HASIL

Program Bersama Sukosari Melawan Hipertensi (BERANI) merupakan program yang salah satu tujuannya ialah meningkatkan pengetahuan pra lansia dan lansia penderita hipertensi untuk menurunkan prevalensi hipertensi di wilayah Desa Sukosari. Program ini terdiri dari beberapa kegiatan antara lain ialah, kegiatan pemberian KIE (Komunikasi, Informasi, Edukasi) terkait urgensi hipertensi pada keluarga dengan riwayat hipertensi dan pemanfaatan media kalender kesehatan sebagai kartu monitoring yang harus dibawa ketika mengikuti posyandu lansia dan posbindu. Kegiatan penyuluhan dilaksanakan secara *offline* dan bertempat di Balai

Desa Sukosari dengan penyampaian materi terkait hipertensi menggunakan metode ceramah. Aktivitas lain yang ada di Program Berani mencakup pengukuran tinggi badan, berat badan, tes kadar gula dan tekanan darah serta pemberian obat secara gratis. Kalender kesehatan ialah alat yang digunakan untuk memantau tekanan darah pada pra lansia dan lansia penderita hipertensi. Kalender kesehatan ini memuat informasi mengenai pengertian hipertensi, ciri-ciri, cara pencegahan hipertensi. Adanya informasi tersebut bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan pra lansia dan lansia terkait hipertensi serta dapat melakukan pengendalian hipertensi dengan makanan yang rendah natrium, lemak dan kolestrol serta terdapat kolom yang berfungsi sebagai pencatatan hasil dari pengukuran tinggi badan, berat badan, lingkar perut dan tekanan darah. Dengan adanya kalender kesehatan tersebut dapat mempermudah kader untuk melakukan monitoring tekanan darah pada pra lansia dan lansia. Harapannya dengan adanya media kalender kesehatan dapat menjadi media yang berkelanjutan dalam mengatasi permasalahan hipertensi di Desa Sukosari.



**Gambar 1. Media Kalender Kesehatan yang Digunakan Dalam Monitoring Tekanan Darah pada Program BERANI**

Kegiatan penyuluhan kesehatan mengenai hipertensi pada Program BERANI dilaksanakan pada hari Selasa, 30 Januari 2024 mulai pukul 09.07 hingga selesai. Kegiatan penyuluhan diawali dengan registrasi peserta program dan pembagian dan penjelasan mengenai penggunaan kalender kesehatan. Setelah itu dilanjutkan dengan pengecekan tekanan darah pengukuran tinggi badan, berat badan, lingkar perut dengan pencatatan menggunakan kalender kesehatan. Pelaksanaan kegiatan penyuluhan di Balai Desa Sukosari juga di hadiri oleh *stake holder* terkait yaitu Kepala Desa Sukosari, Ketua PKK, perawat dan bidan desa, kader posyandu, dan petugas Puskesmas Ngrandu. Kegiatan dilanjutkan dengan pengisian *pre test* oleh peserta program yang didampingi oleh anggota kelompok pengabdian dan dilanjutkan dengan sesi penyampaian materi. Kemudian dilanjutkan dengan sesi diskusi dan ditutup dengan pengisian *post test* serta pengambilan dokumentasi kegiatan.

**Tabel 1. Hasil Nilai *Pre test* dan *Post test***

Keterangan	Nilai Rata-Rata	Kategori
Tingkat pengetahuan <i>pre test</i>	74,66	Cukup
Tingkat pengetahuan <i>post test</i>	88,44	Baik

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan peserta Program BERANI mengenai hipertensi sebelum dilakukan penyuluhan sebesar 74,66 yang termasuk dalam kategori cukup. Namun, setelah dilakukannya penyuluhan Program BERANI rata-rata tingkat

pengetahuan peserta meningkat menjadi 88,64 yang termasuk dalam kategori baik. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan peserta Program BERANI mengenai pengertian hipertensi, ciri-ciri, cara pencegahan hipertensi. Tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui efektivitas Program BERANI dalam upaya meningkatkan pengetahuan pra lansia dan lansia penderita hipertensi di Desa Sukosari. Oleh karena itu, dilakukan analisis dengan menggunakan uji *paired t-test*.

**Tabel 2. Hasil Uji Paired T-Test**

<i>p</i> -value	<b>0,00125</b>
<i>Mean difference</i>	2.06

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa nilai signifikan sebesar  $p = 0,00125$  ( $p < 0,05$ ), yang diartikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat pengetahuan pra lansia dan lansia ketika sebelum dan sesudah dilakukannya penyuluhan kesehatan, Hal tersebut menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan terkait hipertensi pada Program BERANI dapat meningkatkan pengetahuan lansia dan pra lansia mengenai hipertensi di Desa Sukosari. Hal ini sejalan dengan penelitian pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan perilaku klien hipertensi di Puskesmas Bahu Manado, terdapat peningkatan pengetahuan setalah dilakukannya penyuluhan yang dibuktikan dengan hasil dari uji statistik *Wilcoxon* dengan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) (Purwati et al., 2014). Sejalan dengan penelitian pengaruh penyuluhan dengan menggunakan media video terhadap pengetahuan pra lansia mengenai hipertensi dengan hasil penelitian terdapat pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan pra lansia mengenai hipertensi sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan yang dibuktikan dengan hasil dari uji *T-Dependent* dengan nilai  $p = 0,0000$  ( $p < 0,05$ ). (Luthfiani et al., 2021).

## PEMBAHASAN

Pengetahuan ialah suatu pemahaman, informasi dan ketrampilan yang diperoleh dari pendidikan maupun pengalaman (Rosa & Natalya, 2023). Pengetahuan memiliki kaitan erat dengan perilaku yang diterapkan oleh individu dalam kehidupan sehari-hari. Apabila individu sudah memiliki tingkat pengetahuan yang baik terkait hipertensi, maka sangat memungkinkan bahwa individu tersebut akan menjaga pola makan dan jenis makanan yang dikonsumsi setiap hari (Komalasari et al., 2020). Kurangnya pengetahuan mengenai hipertensi pada pra lansia dan lansia di Desa Sukosari disebabkan oleh rendahnya tingkat pendidikan. Rendahnya tingkat pendidikan berpengaruh terhadap penyakit hipertensi yang dialami oleh lansia. Hal tersebut disebabkan oleh kurangnya pengetahuan terkait kesehatan sehingga menimbulkan pola pikir yang kurang efektif dalam menjaga dan menangani permasalahan kesehatan (Rosa & Natalya, 2023). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wiranto et al., (2023) diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Jekan Raya. Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Muryani et al., (2020) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan pada lansia penderita hipertensi di Puskesmas Ngaglik II, Sleman Yogyakarta. Semakin baik tingkat pengetahuan mengenai hipertensi pada individu maka dapat mengontrol hipertensi sehingga tekanan darahnya dapat terkendali (Irianti et al., 2021). Pengetahuan yang baik terkait hipertensi dapat mempengaruhi perilaku masyarakat dalam mencegah dan mengendalikan hipertensi (Wandira et al., 2020).

Mudah tidaknya seseorang dalam memahami dan menyerap pengetahuan yang diperoleh juga dipengaruhi oleh tingkat pendidikan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Kholifah et al., (2020) menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara tingkat pendidikan dengan kejadian hipertensi. Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Maulidina (2019) bahwa tingkat pendidikan berpengaruh terhadap kejadian hipertensi.

Individu dengan pendidikan rendah memiliki kemungkinan untuk mengalami hipertensi yang disebabkan oleh kurangnya pengetahuan yang dapat membentuk perilaku hidup yang tidak sehat (Fitria & Moerdhanti, 2022). Hal tersebut dikarenakan individu dengan tingkat pendidikan rendah memiliki kemungkinan tidak mengetahui bahaya dan cara pencegahan serta pengendalian hipertensi (Sukri et al., 2024). Secara umum, semakin tinggi tingkat pendidikan individu maka semakin baik pula tingkat pengetahuannya. Dengan tingkat pendidikan yang tinggi maka individu akan cenderung untuk dapat memperoleh informasi baik yang berasal dari orang lain maupun media massa. Apabila informasi yang diperoleh semakin banyak maka pengetahuan mengenai kesehatan semakin banyak pula (Rejo & Nurhayati, 2020).

Selain pengetahuan, dukungan keluarga juga menjadi faktor yang mempengaruhi pra lansia dan lansia dalam menyikapi penyakit hipertensi. Salah satu dukungan utama bagi individu penderita hipertensi dalam mempertahankan kesehatannya ialah keluarga (Nyaaba et al., 2019). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Daziah & Rahayu (2020) diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan perawatan penderita hipertensi. Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Johan et al., (2024) bahwa dukungan keluarga berpengaruh signifikan terhadap tekanan darah terkontrol pada lansia penderita hipertensi. Dukungan keluarga termasuk salah satu harapan yang dapat memudahkan penderita hipertensi untuk memecahkan suatu persoalan, karena dari dukungan keluarga penderita hipertensi akan memperoleh berbagai sikap positif yang dapat memberikan rasa aman dan nyaman pada penderita hipertensi (Adinda et al., 2023).

Berbagai dukungan yang dapat diberikan oleh keluarga kepada penderita hipertensi ialah dukungan informasional, dukungan instrumental dan dukungan emosional dan. Dukungan informasional merupakan dukungan yang diberikan dalam bentuk informasi berupa nasehat maupun saran (Bobu, 2023). Menurut Wanta et al., (2024) dukungan informasional yang diberikan oleh keluarga sangat dibutuhkan oleh penderita hipertensi dalam upaya meningkatkan status kesehatannya. Dukungan instrumental merupakan dukungan yang diberikan oleh keluarga dalam bentuk bantuan tenaga maupun waktu. Sedangkan dukungan emosional merupakan dukungan yang diberikan oleh keluarga yang menimbulkan rasa nyaman, rasa aman, percaya diri dan merasa dicintai (Athiutama et al., 2023). Keluarga memiliki peran penting dalam pencegahan maupun perawatan kesehatan bagi pra lansia dan lansia. Oleh karena itu keluarga memegang peranan manajemen penyakit pada penderita hipertensi, mulai dari aktivitas fisik, makanan yang dikonsumsi hingga manajemen stres (Wahyuni, 2021).

Kurangnya informasi yang diperoleh oleh pra lansia dan lansia berpengaruh dalam perilaku pengendalian hipertensi. Penyebab kurangnya informasi salah satunya ialah karena keterbatasan dalam mengakses sumber informasi (Es & Tohri, 2020). Hal tersebut dibuktikan dengan hasil Survey Mawas Diri (SMD) dengan masih banyaknya pra lansia dan lansia yang mengkonsumsi makanan tinggi natrium, mengkonsumsi cafein, merokok dan sering mengkonsumsi makanan yang bersantan. Apabila informasi terkait hipertensi diterima dengan baik dan benar maka *self management behavior* pada pra lansia dan lansia dapat terlaksana dengan maksimal (Ida et al., 2021). Umumnya perilaku kesehatan yang baik timbul akibat *health literacy* yang baik sehingga tepat dapat memutuskan sesuatu yang terkait dengan kesehatannya (Ida et al., 2021).

Salah satu upaya dalam menyebarkan pesan kesehatan, menanamkan keyakinan terkait kesehatan, mencegah timbulnya penyakit, meningkatkan dan mempertahankan derajat kesehatan ialah penyuluhan. Dengan adanya penyuluhan diharapkan masyarakat menjadi tahu, sadar dan mampu melakukan perilaku yang dianjurkan (Sumarni et al., 2020). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wulandari & Muthmainnah (2022) diperoleh hasil bahwa penyuluhan merupakan suatu cara efektif untuk menyampaikan pesan kesehatan terkait hipertensi. Menurut Karini et al., (2022) penyuluhan kesehatan sangat diperlukan bagi masyarakat penderita

hipertensi yang bertujuan agar dapat memahami hipertensi serta merubah pola hidup agar mencapai hidup sehat. Oleh karena itu, diperlukan adanya penyuluhan kesehatan untuk meningkatkan pemahaman dan pengetahuan pra lansia dan lansia terkait pentingnya penanggulangan dan pengendalian penyakit hipertensi. Perawat desa dan bidan desa memiliki peranan penting dalam memberikan penyuluhan terkait hipertensi. Perawat desa dan bidan desa tidak hanya bertanggung jawab untuk memberikan pelayanan, tetapi juga memberikan informasi atau melakukan sosialisasi terkait hipertensi sehingga pra lansia dan lansia memiliki pengetahuan penting terkait hipertensi sehingga dapat meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan pra lansia dan lansia untuk meningkatkan perilaku hidup sehat (Daling et al., 2024).

## **KESIMPULAN**

Program BERANI (Bersama Sukosari Melawan Hipertensi) merupakan program yang digagas oleh kelompok 9 PKL (Praktek Kerja Lapangan) Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga Tahun 2023. Tujuan dari pelaksanaan program ini adalah meningkatkan pemahaman dan pengetahuan masyarakat terkait urgensi hipertensi dalam pengendalian prevalensi hipertensi di Desa Sukosari, Kecamatan Kauman, Kabupaten Ponorogo. Sebelum dilakukan penyuluhan kesehatan rata-rata pengetahuan pra lansia dan lansia sebesar 74,66 dan termasuk dalam kategori cukup. Setelah dilakukan penyuluhan terdapat peningkatan pengetahuan pra lansia dan lansia yang ditunjukkan dengan rata-rata pengetahuan sebesar 88,44 dan termasuk dalam kategori baik. Untuk menguji efektivitas Program BERANI (Bersama Sukosari Melawan Hipertensi) dianalisis dengan menggunakan uji statistik *paired t-test* dan diperoleh  $p\text{-value} = 0,00125$  ( $p < 0,05$ ). Berdasarkan angka tersebut berarti terdapat pengaruh yang signifikan terkait pengetahuan pra lansia dan lansia sebelum dan sesudah dilaksanakannya penyuluhan kesehatan. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa Program BERANI (Bersama Sukosari Melawan Hipertensi) merupakan program yang efektif dalam pengendalian penyakit hipertensi pada pra lansia dan lansia di Desa Sukosari Kabupaten Ponorogo.

## **UCAPAN TERIMAKASIH**

Ucapan terimakasih diberikan kepada kelompok 9 Praktek Kerja Lapangan (PKL) Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga “Kawan Bumdes”, pihak Pemerintah Desa Sukosari, pihak Puskesmas Ngrandu, Perawat dan Bidan Desa Sukosari yang telah membantu kelompok pengabdi dalam menyusun dan mengimplementasikan Program BERANI (Bersama Sukosari Melawan Hipertensi). Ucapan terimakasih selanjutnya diberikan kepada Bapak Hananto dan Bapak Arif yang telah membantu kelompok pengabdi dalam menyebarkan undangan program. Terakhir, ucapan terimakasih dan apresiasi kami sampaikan kepada seluruh masyarakat Desa Sukosari yang turut berpartisipasi dalam pelaksanaan Program BERANI.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Adinda, S., Hidayati, H., Arnita, Y., Program Studi Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh, M., & Keilmuan Keperawatan Keluarga Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh, B. (2023). Gambaran Dukungan Keluarga pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Banda Aceh Family support for individual with hypertension in Banda Aceh Community Health Center. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, VII(2), 160–167. <https://jim.usk.ac.id/FKep/article/view/24264>

- 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.
- Ansar, J., Dwinata, I., & M, A. (2019). Determinan Kejadian Hipertensi Pada Pengunjung Posbindu DiWilayah Kerja Puskesmas Ballaparang Kota Makassar. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, 1(3), 28–35.
- Athiutama, A., Satyawan, W. D., Febrianti, K. N., & Sekaryanti, D. A. (2023). Dukungan Emosional Keluarga Dengan Pelaksanaan Continuity Of Care Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 15, 1311–1318. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>
- Badan Pusat Statistik, K. P. (2023). Kabupaten Ponorogo dalam angka 2023. *Badan Pusat Statistika Kabupaten Ponorogo*, 1102001.35, 275.
- Bobu, L. (2023). Dukungan Informatif Keluarga Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Wiraraja Medika*, 13, 7–13.
- Daling, C., Kasim, Z., & Rantiasa, I. M. (2024). Hubungan Peran Perawat Sebagai Edukator Dengan Kepatuhan Minum Obat Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Bitung Barat. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 3(1), 01–12. <https://doi.org/10.55606/jurrikes.v3i1.2361>
- Daziah, E., & Rahayu, S. (2020). Hubungan antara dukungan keluarga dengan perilaku perawatan hipertensi yang dilakukan oleh keluarga di rumah. *Dinamika Kesehatan: Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 11(1), 79–88. <https://doi.org/10.33859/dksm.v11i1.477>
- Dinas Kesehatan Kabupaten Ponorogo. (2021). Profil Kesehatan Kabupaten Ponorogo Tahun 2021. *Dinas Kesehatan Kabupaten Ponorogo*, 1–220.
- Ekasari, M. F., Suryati, E. S., Badriah, S., Narendra, S. R., & Amini, F. I. (2021). Kenali penyebab, tanda gejala dan penangannya. *Hipertensi*, 28.
- Es, R., & Tohri, T. (2020). *Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Pengendalian Tekanan Darah pada Hipertensi di Puskesmas Garuda Bandung Tahun 2020 Relationship between Knowledge Level and Blood Pressure Control in Hypertension at Garuda Bandung Health Center in 2020*. 10(2), 68–82.
- Fitria Dhirisma, & Idhen Aura Moerdhanti. (2022). Hubungan Antara Tingkat Pendidikan Terhadap Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi Di Posbindu Desa Srigading, Sanden, Bantul, Yogyakarta. *Jurnal Kefarmasian Akfarindo*, 7(1), 40–44. <https://doi.org/10.37089/jofar.vi0.116>
- Ida, M., Fatmawati, B. R., Prihatin, K., Arifin, Z., & Albayani, M. I. (2021). Health Literacy Dan Perilaku Cerdik Penderita Hipertensi Dimasa Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah*, 8(1), 59–67. <https://doi.org/10.33867/jka.v8i1.242>
- Irianti, C. H., Antara, A. N., & Jati, M. A. S. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi dengan Tindakan Pencegahan Hipertensi di BPSTW Budi Luhur Bantul. *Jurnal Riset Daerah*, 21(3), 4015–4032. <https://ojs.bantulkab.go.id/index.php/jrd/article/view/56>
- Johan, D. N., Kapadia, R., & Fittarsih, N. (2024). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tekanan Darah Terkontrol Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Singkawang Utara I Tahun 2023. *Scientific Journal of Nursing Research*, 5(1), 25. <https://doi.org/10.30602/sjnr.v5i1.1337>
- Karini, T. A., Syahrir, S., W, S. S. R., Lestari, N. K., & Mardiah, A. (2022). Penyuluhan Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi. *Sociality: Journal of Public Health Service*, 1(1), 72–79.
- Kholifah, S. H., Budiwanto, S., & Katmawanti, S. (2020). Sosioekonomi, Obesitas, dan Riwayat Diabetes Melitus (DM) dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 1(2), 157–165. <https://doi.org/10.15294/jppkmi.v1i2.40323>

- Komalasari, V., Shalahuddin, I., & Harun, H. (2020). Gambaran pengetahuan, sikap dan perilaku tentang manajemen diet pada pasien hipertensi di Garut, Indonesia. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 14(4), 494–502. <https://doi.org/10.33024/hjk.v14i4.2989>
- Laurensia, L., Destra, E., Saint, H. O., Syihab, M. A. Q., & Ernawati, E. (2022). Program Intervensi Pencegahan Peningkatan Kasus Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sindang Jaya. *E-Amal: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 1227–1232. <https://doi.org/10.47492/eamal.v2i2.1472>
- Lu, Y., Yan, H., Yang, J., & Liu, J. (2020). Occupational stress and psychological health impact on hypertension of miners in noisy environment in Wulumuqi, China: a case-control study. *BMC Public Health*, 20(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09760-9>
- Luthfiani, R., Lina, N., & Maywati, S. (2021). Pengaruh Penyuluhan Dengan Menggunakan Media Video Terhadap Pengetahuan Pra Lansia Mengenai Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 17(2), 329–338. <https://doi.org/10.37058/jkki.v17i2.3891>
- Mardianti, F., Rachmawati, D., & Suprajitno. (2020). Faktor Risiko Kejadian Hipertensi Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti*, 10(01), 43–55. <https://doi.org/10.47794/jkhws>
- Maulidina, F. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Luhur Bekasi Tahun 2018. *ARKESMAS (Arsip Kesehatan Masyarakat)*, 4(1), 149–155. <https://doi.org/10.22236/arkesmas.v4i1.3141>
- Mills, K. T., Stefanescu, A., & He, J. (2020). The global epidemiology of hypertension. *Nature Reviews Nephrology*, 16(4), 223–237. <https://doi.org/10.1038/s41581-019-0244-2>
- Muryani, M., Chasanah, S. U., & Kaka, A. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi Dengan Gaya Hidup Penderita Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Ngaglik Ii Sleman, Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 13(2), 325–338. <https://doi.org/10.47317/jkm.v13i2.287>
- Nafilah. (2023). Implementasi program lansia gerakan cermat hadapi hipertensi (GEMATI) melalui simulation game. *Bhakti Sabha Nusantara*, 2(1), 1–7. <https://doi.org/10.58439/bsn.v2i1.87>
- Nyaaba, G. N., Stronks, K., Meeks, K., Beune, E., Owusu-Dabo, E., Addo, J., de-Graft Aikins, A., Mockenhaupt, F., Bahendeka, S., Klipstein-Grobusch, K., Smeeth, L., & Agyemang, C. (2019). Is social support associated with hypertension control among Ghanaian migrants in Europe and non-migrants in Ghana? The RODAM study. *Internal and Emergency Medicine*, 14(6), 957–966. <https://doi.org/10.1007/s11739-019-02075-7>
- Octavianie, G., Pakpahan, J., Maspupah, T., & Debora, T. (2022). Promosi Kesehatan Hipertensi Pada Usia Produktif Sampai Lansia di Wilayah Desa Lulut RT 04 RW 02 Kec. Klapanunggal Kab. Bogor. *Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas*, 01(02), 32–38.
- Patongloan, N., Darmawan, S., & Dewi, I. (2021). Determinan Faktor Risiko Terjadinya Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 1(4), 475–482.
- Pemerintah Desa Sukosari. *Profil Desa Sukosari 2022*.
- Pratiwi, A. (2020). Pengaruh Slow Deep Breathing Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Masker Medika*, 8(2), 263–267. <https://doi.org/10.52523/maskermedika.v8i2.414>
- Profil Puskesmas Ngrandu. *Puskesmas Ngrandu 2023*.
- Purwati, R. D., Bidjuni, H., & Babakal, A. (2014). Perilaku Klien Hipertensi Di Puskesmas Bahu Manado. *Journal Keperawatan*, 2(2), 1–8.
- Purwono, J., Sari, R., Ratnasari, A., & Budianto, A. (2020). Pola Konsumsi Garam Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 5(1), 531. <https://doi.org/10.52822/jwk.v5i1.120>
- Putra, I. G. Y. (2019). Gambaran Gula Darah Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Wredha Wana Sraya Denpasar Dan Panti Sosial Wredha Santi Tabanan. *Bali Medika Jurnal*, 6(1), 44–

49. <https://doi.org/10.36376/bmj.v6i1.65>
- Putri, N. tri, R, R., Febrianti, N., & S, S. (2022). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Ibu Hamil. *An Idea Nursing Journal*, 1(01), 43–50. <https://doi.org/10.53690/inj.v1i01.114>
- Rahmanti, A., & Septediningrum, S. (2022). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kegagalan Pemberian Asi Ekslusif Pada Ibu Bekerja. *Jurnal Fisioterapi Dan Ilmu Kesehatan Sisthana*, 4(1), 7–12. <https://doi.org/10.55606/jufdikes.v4i1.2>
- Rejo, & Nurhayati, I. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Keluarga Tentang Hipertensi dengan Klasifikasi Hipertensi. *PROFESI (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 18(2), 72–80.
- Riset Kesehatan Dasar. Laporan Provinsi Jawa Timur RISKESDAS 2018. *Kementerian Kesehatan RI*.
- Rosa, R. D., & Natalya, W. (2023). Hubungan Usia dan Pendidikan Klien Hipertensi dengan Pengetahuan Mengenai Diet Rendah Natrium. *Prosiding Snppm-5*, 5, 120–128. <https://prosiding.ummetro.ac.id/index.php/snppm>
- Sartik, S., Tjekyan, R. S., & Zulkarnain, M. (2019). Risk Factors and the Incidence of Hypertension in Palembang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8(3), 180–191. <https://doi.org/10.26553/jikm.2017.8.3.180-191>
- Suarayasa, K., Ilham Hidayat, M., & Gau, R. (2023). Faktor Resiko Kejadian Hipertensi Pada Lansia (Risk Factors of Hypertension in Elderly). *Jurnal Medical Profession (MedPro)*, 5(3), 253–258. <https://jurnal.fk.untad.ac.id/index.php/medpro/article/view/1151>
- Sukri, S., Palinggi, Y., & Petrus Taliabo, L. (2024). The Influence of Health Education on the Level of Knowledge about Hypertension. *Jurnal Promotif Reventif*, 7(1), 52–57. <http://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP>
- Sumarni, N., Rosidin, U., & Sumarna, U. (2020). menjadi lebih besar . sehat . Padahal jajanan tersebut mengandung zat-zat aditif yang dapat bersifat karsiogenik bagi dilarang digunakan untuk pangan seperti formalin , boraks , zat pewarna rhodamin ( Rismawati 2018 ). Hasil Riset Kesehatan Dasar ( Kemenk. *Kumawula: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 289–297.
- 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, S. (2021). Dukungan Keluarga dan Manajemen Hipertensi. *The Indonesian Journal of Health Science*, 12(2), 199–208. <https://doi.org/10.32528/ijhs.v12i2.4876>
- Wandira, W., Hidayat, U. R., & Purnomo, A. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Pengendalian Hipertensi dan Tingkat Pemanfaatan Fasilitas Kesehatan dengan Terjadinya Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Kakap. *Khatulistiwa Nursing Journal*, 2(1), 22–31. <https://doi.org/10.53399/knj.v2i1.25>
- Wanta, M. V. M., Karepouwan, J. G., Sigar, A. E. E., Caroline, A., & Pitoy, F. F. (2024). Dukungan Keluarga Dan Kepatuhan Minum Obat Hipertensi Pada Lansia Di Kecamatan Ratahan. *Journal Nursing Care Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Gorontalo*, 10(1), 12. <https://doi.org/10.52365/jnc.v10i1.978>
- Wiranto, E., Tambunan, L. N., & Baringbing, E. P. (2023). Hubungan Pengetahuan dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Jekan Raya Kota Palangka Raya Provinsi Kalimantan Tengah. *Jurnal Surya Medika*, 9(1), 226–232. <https://doi.org/10.33084/jsm.v9i1.5189>
- Wulandari, E. A., & Muthmainnah, M. (2022). *Efektifitas Penyuluhan Hipertensi dalam Gerakan Kedaton Peduli Hipertensi*. 1–12.