

IMPLEMENTASI TEORI PEMBELAJARAN SOSIAL DALAM PROGRAM KASIH UNTUK PENCEGAHAN HIPERTENSI DI KERTOSARI

Ernadila Diasmarani Hargiyanto^{1*}, Lala Citra Susanti², Nabila Putri Dewitasari³, dan Damai Arum Pratiwi⁴

Departemen Epidemiologi, Biostatistika, Kependudukan, dan Promosi Kesehatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia^{1,2,3,4}

*Corresponding Author : ernadila.diasmarani.hargiyanto-2021@fkm.unair.ac.id

ABSTRAK

Dari hasil pengukuran tekanan darah tahun 2021 di Ponorogo terdapat 141.967 laki-laki dan 144.135 perempuan penderita hipertensi berusia >15 tahun. Jumlah penderita hipertensi di Desa Kertosari selalu meningkat pada bulan Juni sampai Juli selama 3 tahun berturut-turut yaitu tahun 2021 sampai dengan tahun 2023. Tujuan dari penelitian ini, yaitu mendeskripsikan Implementasi Teori Pembelajaran Sosial pada Program “KASIH” Terkait Pencegahan Hipertensi di Desa Kertosari. Masyarakat Kecamatan Kertosari, Ponorogo, Jawa Timur. Metode yang digunakan, yaitu observasi disertai catatan mengenai kondisi atau perilaku objek sasaran. Sampel dalam penelitian ini adalah 40 orang yang berusia 15 – 59 tahun. Hasil dari penelitian didapatkan bahwa program “KASIH” merupakan program pencegahan hipertensi yang terdiri dari tiga kegiatan utama yaitu “GAGAH” atau sosialisasi aksi anti hipertensi, “HIPER” atau Hidangan Khusus Pencegah Hipertensi, dan “LEMBAR KERTAS” ATAU Leaflet Resep Masakan Bebas Hipertensi. . Berdasarkan aspek perhatian, retensi, produksi, dan motivasi dalam Teori Pembelajaran Sosial ditemukan bahwa sasaran program tertarik dengan pendidikan yang diberikan. Peneliti memberikan pengulangan pada saat edukasi dengan memberikan pertanyaan kepada sasaran dan menggunakan media demonstrasi berupa penyumbatan pembuluh darah. Peneliti juga memotivasi masyarakat untuk menjaga pola makan dan rutin berolahraga dibantu oleh Tenaga Kesehatan di Kertosari. Namun aspek produksi belum dapat terpenuhi dalam kegiatan “HIPER” sehingga peneliti hanya memaksimalkan pendistribusian Leaflet Resep Masakan Bebas Hipertensi atau “LEMBAR KERTAS” kepada masyarakat. Kesimpulannya implementasi teori pembelajaran sosial pada program “KASIH” terdiri dari aspek perhatian, retensi, dan motivasi. Namun aspek produksi belum bisa terpenuhi karena keterbatasan waktu.

Kata kunci : edukasi kesehatan, hipertensi, pencegahan, pengabdian masyarakat

ABSTRACT

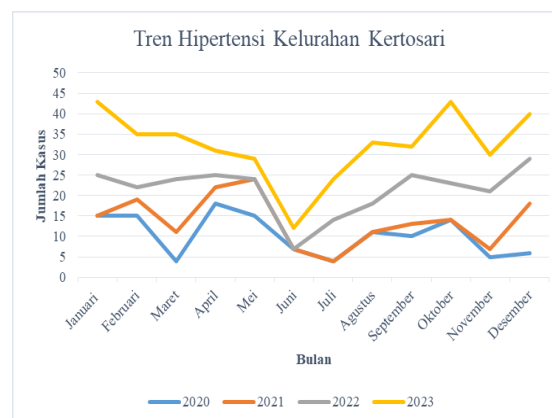
This study aims to describe the Implementation of Social Learning Theory in the "KASIH" Program Related to Hypertension Prevention in Kertosari Village. Kertosari District Community, Ponorogo, East Java. The method used is observation accompanied by notes on the condition or behavior of the target object. The sample in this study was 40 people aged 15 - 59 years. The results of the study showed that the "KASIH" program is a hypertension prevention program consisting of three main activities, namely "GAGAH" or socialization of anti-hypertension actions, "HIPER" or Special Dishes to Prevent Hypertension, and "PAPER SHEET" OR Hypertension-Free Recipe Leaflet. . Based on the aspects of attention, retention, production, and motivation in Social Learning Theory, it was found that the program targets were interested in the education provided. Researchers provided repetition during education by asking questions to the targets and using demonstration media in the form of blood vessel blockages. Researchers also motivated the community to maintain a diet and exercise regularly assisted by Health Workers in Kertosari. However, the production aspect has not been fulfilled in the "HIPER" activity so that researchers only maximized the distribution of Hypertension-Free Cooking Recipe Leaflets or "LEMBAR KERTAS" to the community. In conclusion, the implementation of social learning theory in the "KASIH" program consists of aspects of attention, retention, and motivation. However, the production aspect has not been fulfilled due to time constraints..

Keywords : community development, health education, hypertension, prevention

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang masih menjadi masalah serius karena disebut sebagai *silent killer*. Menurut American Heart Association (AHA), gejala yang ditimbulkan dari hipertensi sangat beragam dari setiap individu dan seringkali penderita tidak merasakan gejala tersebut sehingga untuk mengetahui bahwa dirinya mengidap hipertensi hanya ketika melakukan pemeriksaan tekanan darah (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Hal ini dikarenakan gejala dari hipertensi hampir sama dengan beberapa penyakit ringan lainnya. Gejala yang timbul pada penderita hipertensi atau mengalami tekanan darah tinggi yang mencapai lebih dari 140/90 mmHg adalah sakit kepala, nyeri dada, mual, dan sebagainya. Penyakit ini tidak hanya menjadi kontributor penyakit jantung, tetapi juga penyakit lain seperti penyakit saraf, ginjal, dan penyakit lainnya (Triyanto, 2017).

Hipertensi menyebabkan sekitar 8 juta kematian setiap tahunnya dengan 1,5 juta kematian terjadi di Asia Tenggara salah satunya adalah Indonesia (Kementerian Kesehatan RI, 2017). Prevalensi penderita hipertensi di Jawa Timur berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur pada tahun 2021 mencapai 35,60 persen. Dari hasil pengukuran tekanan darah tahun 2021 di Ponorogo terdapat 141.967 laki-laki dan 144.135 perempuan penderita hipertensi berusia >15 tahun (Maulida, 2023). Berdasarkan data dari Profil Kesehatan Kabupaten Ponorogo, kasus hipertensi di Kabupaten Ponorogo meningkat dua kali lipat pada tahun 2022 sebanyak 89.478 kasus dan hipertensi menjadi salah satu penyakit tidak menular tertinggi di wilayah kerja Puskesmas Babadan, Ponorogo. Kelurahan Kertosari di wilayah kerja Puskesmas Babadan memiliki kasus hipertensi yang tinggi dan terus meningkat pada bulan Juni hingga Juli selama 3 tahun berturut-turut pada tahun 2021 hingga 2023 (Profil Puskesmas Babadan, 2023).



Gambar 1. Tren Hipertensi Kelurahan Kertosari Tahun 2020-2023

Upaya pencegahan dan penanganan hipertensi dapat dilakukan dengan cara menjaga pola hidup mulai dari mengatur pola makan yang sehat, olahraga secara teratur, berhenti merokok, mengonsumsi obat anti hipertensi, sampai dengan rutin memeriksakan tekanan darah (Lestari, 2021). Berdasarkan analisis yang dilakukan, wilayah Kelurahan Kertosari mengalami peningkatan kasus hipertensi. Hal ini disebabkan karena rendahnya kewaspadaan masyarakat terhadap risiko hipertensi. Meskipun sudah terjadi kemajuan teknologi alat untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah dan antihipertensi, permasalahan utama terletak pada kebiasaan dari masyarakat, khususnya dalam menjaga pola hidup atau mengonsumsi obat (Nugroho, 2023). Selain itu, banyak dari masyarakat yang mengerti segala risiko hipertensi, seperti seringnya mengonsumsi makanan tinggi garam atau yodium, merokok, dan kurangnya aktivitas fisik tetapi tidak melakukan upaya pencegahannya (Pratama et al, 2025). Kondisi tersebut salah satunya dapat disebabkan karena masih maraknya budaya atau tradisi dari masyarakat yang

masih kental dan sulit untuk diubah karena perilaku yang ditampilkan setiap hari merupakan gambaran tingkah laku yang dipelajari dari lingkungan di sekelilingnya (Alfitri, 2023).

Manusia akan selalu memiliki kecenderungan untuk mengembangkan kehidupan sosialnya dengan menggunakan akal pikiran untuk memperbaiki kualitas hidupnya (Pinem, 2016). Hal ini terlihat dimana masyarakat di Kelurahan Kertosari memiliki kegiatan sosial yang cukup banyak, seperti senam bersama, posyandu balita dan lansia, pengajian, dan arisan sehingga perilaku masyarakat seperti pola hidup dapat terbentuk karena lingkup sosialnya. Dengan adanya sebuah pendidikan atau edukasi kesehatan yang dilakukan dalam sebuah kelompok sosial, dapat membentuk sebuah perilaku kesehatan yang diinginkan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan implementasi *Social Learning Theory* pada Program “KASIH” terkait pencegahan hipertensi pada masyarakat Kecamatan Kertosari Ponorogo Jawa Timur.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan desain destruktif dimana dilakukan pengamatan atau observasi terhadap perilaku individu dalam program KASIH (Kertosari Atasi Hipertensi). Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi disertai catatan mengenai kondisi atau perilaku objek sasaran. Populasi dalam penelitian ini adalah masyarakat di wilayah Kelurahan Kertosari yang mengikuti program KASIH. Sampel berjumlah 40 orang dipilih berdasarkan kriteria usia antara 15 hingga 59 tahun, dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan program KASIH. Penelitian ini dilaksanakan di Kelurahan Kertosari dengan kegiatan lapangan dilakukan selama pelaksanaan program KASIH, yaitu pada bulan Januari sampai Februari 2024. Instrumen yang digunakan adalah catatan lapangan yang digunakan untuk mencatat perilaku Masyarakat kelurahan Kertosari dan interaksi yang dilakukan oleh para Masyarakat. Data diperoleh dan dianalisis melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan Kesimpulan sebagai tujuan dari penelitian untuk menggambarkan perilaku peserta berdasarkan aspek-aspek *Social Learning Theory*.

HASIL

Program KASIH (Kertosari Atasi Hipertensi)

Program KASIH atau Kertosari Atasi Hipertensi merupakan program yang dirancang oleh Kelompok 11 Praktik Kerja Lapangan sebagai upaya untuk pencegahan dan penanganan kasus hipertensi di Wilayah Kelurahan Kertosari. Program ini terdiri dari beberapa kegiatan, yaitu:

Penyuluhan GAGAH (Gaungkan Aksi Anti Hipertensi)

Latar belakang dari kegiatan GAGAH adalah masyarakat wilayah Kertosari masih memiliki perilaku mengonsumsi makanan yang mengarah pada faktor-faktor risiko hipertensi, seperti makanan yang mengandung garam/yodium tinggi dan berminyak meskipun pengetahuan terkait hipertensi sudah baik. Oleh karena itu, kegiatan yang dilakukan yaitu memaparkan informasi terkait faktor risiko dan bahaya hipertensi dan memaparkan demonstrasi terkait penyumbatan pembuluh darah akibat konsumsi makanan tinggi garam dan lemak jenuh.

Demo Masak HIPER (Hidangan Istimewa Pencegah Hipertensi)

Kegiatan HIPER dilaksanakan untuk menunjang upaya pencegahan hipertensi dari kegiatan penyuluhan GAGAH. Dalam kegiatan penyuluhan GAGAH, diberikan sehingga dalam program ini, masyarakat wilayah Kertosari diberikan sebuah rekomendasi serta peragaan memasak untuk menu ramah penyintas hipertensi dan kelompok yang memiliki risiko

hipertensi. Kegiatan ini digunakan agar masyarakat diharapkan mampu menghasilkan sesuatu dari hasil penyuluhan pencegahan hipertensi, yaitu masyarakat memiliki kemampuan dalam mengelola makanan ramah hipertensi. Kegiatan ini memiliki hambatan, yaitu keterbatasan waktu sehingga masyarakat hanya dapat menyaksikan proses memasak secara singkat dan mencicipi masakan ramah hipertensi tersebut.

LEMBAR KERTAS (Leaflet Resep Masakan Bebas Hipertensi Menuju Kertosari Sehat)

Kegiatan LEMBAR KERTAS juga dilaksanakan untuk menunjang upaya pencegahan hipertensi dengan memberikan referensi menu makanan yang ramah hipertensi. Leaflet ini berisi resep yang terdiri dari 5 menu masakan dengan mengacu pada pola makan DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*), yaitu ikan kukus, tempe kukus sambal kemiri, brokoli putih telur lada hitam, pepes tahu jamur, dan tumis labu siam. Menu disesuaikan dengan kondisi dari masyarakat wilayah Kertosari dimana bahan-bahan yang digunakan sangat mudah ditemukan di pasar atau tempat perbelanjaan terdekat dengan harga yang terjangkau. Leaflet yang berisikan menu tersebut dibagikan kepada peserta yang hadir dan peneliti juga menyediakan soft file yang akan dititipkan kepada pihak Poskesdes atau Pos Kesehatan Desa sebagai media edukasi di kegiatan lainnya

PEMBAHASAN

Social Learning Theory

Social Learning Theory atau biasa disebut sebagai Teori Pembelajaran Sosial merupakan teori yang menekankan interaksi timbal balik antara kognitif, perilaku, dan pengaruh lingkungan dari perilaku manusia (Bandura, A., 1977). Teori ini disebut sebagai teori yang menyatakan bahwa perilaku akan terbentuk karena mengamati dan meniru orang lain. Peran dari elemen sosial terletak bahwa seseorang dapat belajar atau mendapatkan suatu informasi dengan cara melihat perilaku orang lain agar terbentuk perilaku baru. Menurut Albert Bandura, pembelajaran terjadi melalui hasil pengamatan dan pemodelan yang dipengaruhi oleh faktor perhatian, motivasi, sikap, dan juga emosi (Firmansyah dan Saepuloh, 2022). Beberapa proses pengamatan yang dilakukan oleh individu terhadap orang lain dapat melalui interaksi secara langsung maupun tidak langsung sehingga memerlukan perantara sebuah media. Teori ini tidak hanya melibatkan seorang siswa dengan guru, tetapi juga dapat melibatkan masyarakat terhadap para tenaga kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap pencegahan suatu penyakit sehingga masyarakat di wilayah tersebut memiliki derajat kesehatan yang optimal.

Berdasarkan *Social Learning Theory* terdapat empat aspek dalam proses belajar meniru atau *modeling* melalui sebuah pengamatan, yaitu aspek *attention* (perhatian), *retention* (daya ingat), *motor reproduction* (produksi), dan *motivation* (motivasi). Aspek *attention* (perhatian) berkaitan dengan minat sasaran atau pembelajar terhadap materi yang diberikan. Aspek *retention* (daya ingat) berkaitan dengan ingatan sasaran terhadap materi dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Aspek *motor reproduction* (produksi) berkaitan dengan bentuk peniruan materi dimana sasaran menghasilkan sesuatu dari pembelajaran yang telah diterima. Aspek *motivation* (motivasi) berkaitan dengan lemah kuatnya keinginan sasaran pembelajaran untuk melakukan peniruan.



Gambar 2. *Social Learning Theory* (Albert Bandura)

Implementasi *Social Learning Theory* dalam Program KASIH (Kertosari Atasi Hipertensi)

Implementasi *Social Learning Theory* dalam Program KASIH (Kertosari Atasi Hipertensi) pada Aspek *Attention* (Perhatian), *Retention* (Daya Ingat), *Motor Reproduction* (Produksi), Dan *Motivation* (Motivasi), yaitu:

Aspek *Attention* (Perhatian)

Perhatian menjadi hal utama dalam *Social Learning Theory* karena digunakan untuk tindak lanjut dalam pemahaman sasaran terkait pembelajaran yang dilakukan. Dalam meningkatkan perhatian masyarakat, peneliti harus menerangkan materi dengan sangat baik sehingga mampu menarik minat sasaran terhadap materi. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan, masyarakat yang hadir untuk mengikuti program KASIH tertarik dengan kegiatan penyuluhan. Peneliti memberikan penjelasan terkait gambaran hipertensi, faktor risiko hipertensi, dan upaya pencegahan maupun penanganan hipertensi dengan sangat jelas. Penyuluhan yang dilakukan juga melibatkan interaksi antara peneliti dan sasaran. Interaksi ini mengakibatkan sasaran berperan aktif selama kegiatan berlangsung. Selain itu, ketertarikan sasaran terhadap kegiatan dapat dilihat dari beberapa peserta kegiatan tersebut kerap memotret materi yang diterangkan oleh peneliti dan menyebarkannya melalui media sosialnya. Sasaran juga bertanya dengan antusias selama kegiatan penyuluhan GAGAH. Perhatian dapat dibentuk oleh karakteristik dari setiap model yang menjadi daya tarik masyarakat, seperti tokoh masyarakat atau tenaga Kesehatan. Interaksi dengan bantuan sebuah materi yang menarik dan kondisi individu yang mampu mengobservasi dapat meningkatkan jeleasan pesan yang ingin disampaikan (Akers dan Jennings, 2016).

Aspek *Intention* (Daya Ingat)

Aspek *intention* merupakan lanjutan yang diharapkan oleh peneliti dimana sasaran dapat mengingat materi yang telah diberikan. Kegiatan ini diawali dengan analisis kebutuhan pembelajaran dari masyarakat terkait mengobati dan mencegah penyakit hipertensi. Penyampaian materi dapat diberikan dengan menggunakan media pembelajaran agar sasaran lebih mengingat materi yang disampaikan. Dalam penelitian ini, peneliti sering memberikan pengulangan pada saat penyuluhan tersebut dengan memberikan pertanyaan kepada sasaran dan jawaban yang diberikan juga menunjukkan bahwa mereka juga memahami dan mengingat materi yang telah diberikan sebelumnya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mayer, 2014 yang membuktikan bahwa pembelajaran yang diberikan dapat meningkatkan daya ingat seseorang sebesar 30 persen ketika menggunakan media digital.

Selain itu, di kegiatan GAGAH (Gaungkan Aksi Anti Hipertensi), peneliti juga menggunakan media demonstrasi alat peraga berbentuk penyumbatan pembuluh darah yang terdiri dari saluran antara paru-paru, jantung, dan seluruh tubuh agar sasaran tersebut lebih dapat mengingat bahaya dari mengonsumsi makanan yang bersantan dan makanan berlemak. Dengan kombinasi yang bervariasi dapat mendukung peningkatan pengetahuan seseorang dengan baik (Dhian, 2011). Penggunaan antara alat peraga dan ceramah yang diberikan dapat melibatkan banyak panca Indera sehingga informasi yang disampaikan mudah diterima oleh individu (Marsella, 2017). Alat peraga yang diberikan dapat memusatkan perhatian dari masyarakat sehingga memberi dorongan yang kuat untuk meniru atau tidak melakukan hal yang dimaksud (Jatmika, 2019).

Aspek *Motor Reproduction* (Produksi)

Setelah melalui tahap pemahaman, sasaran sebagai pengamat dapat mengubah ide atau gambar yang terdapat dalam ingatannya menjadi sebuah tindakan. Sasaran dapat menggunakan media yang diberikan untuk menghasilkan sesuatu dari pembelajaran yang dilakukan

sebelumnya. Dalam program KASIH, salah satu kegiatan yang dilakukan yaitu Demo Masak HIPER (Hidangan Istimewa Pencegah Hipertensi). Pada kegiatan tersebut dilakukan demo masak dengan harapan sasaran dapat juga melakukan uji coba untuk memasak masakan ramah hipertensi dengan menggunakan panduan pada LEMBAR KERTAS (Leaflet Resep Masakan Bebas Hipertensi Menuju Kertosari Sehat). Tetapi dikarenakan keterbatasan waktu, kegiatan yang dilakukan, yaitu peneliti hanya menunjukkan dan mempraktikkan resep masakan ramah hipertensi tersebut dan sasaran hanya mencicipi masakan tersebut.

Dengan kondisi tersebut, proses produksi yang dilakukan adalah diskusi bersama dengan cara sasaran memberikan pendapat atau saran terkait dengan masakan yang disajikan dan kemudian dikaitkan dengan masakan sehari-hari. Sasaran akan termotivasi untuk memasak menu masakan ramah hipertensi ketika sudah dikaitkan dengan masakan yang biasa dimasak oleh mereka. Proses produksi yang dilakukan hanya berupa pendapat atau ide baru terkait masakan ramah hipertensi sebagai hasil dari pembelajaran yang telah dilaksanakan. Kondisi tersebut sejalan menjelaskan bahwa integrasi teknologi dalam sebuah pembelajaran yang berbasis pengalaman dari suatu kelompok atau individu dapat membantu seseorang tersebut untuk dapat praktik secara langsung akibat dari menggabungkan teori-teori yang telah diberikan (Tunjera dan Chigona, 2020).

Aspek *Motivation* (Motivasi)

Aspek motivasi merupakan tahap terakhir dalam prinsip *modeling* Bandura yang menjadi penggerak individu untuk berperilaku. Respon positif yang diberikan oleh masyarakat ini diharapkan dapat memotivasi dan terjadi perubahan perilaku sesuai dengan strategi Pendidikan Kesehatan yang dikeluarkan oleh WHO bahwa masyarakat dapat berubah dari tidak tahu menjadi tahu, tidak mampu menjadi mampu, dan tidak ingin menjadi ingin (Amalia, 2024). Sifat dari motivasi ini berguna untuk meningkatkan produksi sendiri dari pembelajaran. Dalam penelitian ini, peneliti memberikan motivasi kepada para peserta program pada saat kegiatan berlangsung. Peneliti memberikan motivasi kepada Masyarakat untuk menjaga pola makan dan rutin berolahraga. Untuk membantu proses penyerapan motivasi, pemberian motivasi ini juga dibantu oleh Tenaga Kesehatan di Kelurahan Kertosari sebagai tokoh masyarakat. Bantuan motivasi dari tenaga kesehatan, yaitu para bidan dapat mempengaruhi para peserta untuk dapat termotivasi untuk melakukan upaya pencegahan hipertensi. Kegiatan yang dilakukana dapat menjadi permanen karena partisipasi aktif dari masyarakat yang membuat masyarakat mengetahui dan memahami pentingnya melakukan pengolahan dan pemilihan makanan yang baik untuk pencegahan hipertensi (Sukraniti et al, 2018).

KESIMPULAN

Berdasarkan aspek *attention*, *retention*, *motor reproduction*, dan *motivation* dalam Social Learning Theory, ditemukan bahwa sasaran program tertarik oleh penyuluhan yang diberikan oleh peneliti dilihat dari beberapa kerap memfoto materi yang sedang disajikan dan bertanya dengan antusias selama kegiatan GAGAH. Peneliti memberikan pengulangan pada saat penyuluhan tersebut dengan memberikan pertanyaan kepada sasaran dan menggunakan media demonstrasi alat peraga berbentuk penyumbatan pembuluh darah agar masyarakat ingat bahaya dari mengonsumsi makanan yang santan dan makanan berlemak. Selain itu, proses produksi yang dilakukan adalah diskusi bersama dengan cara sasaran memberikan pendapat atau saran terkait dengan masakan yang disajikan dan kemudian dikaitkan dengan masakan sehari-hari. Kemudian, peneliti juga memberikan motivasi kepada masyarakat untuk menjaga pola makan dan rutin berolahraga dibantu oleh Tenaga Kesehatan di Kelurahan Kertosari.

Berdasarkan penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa implementasi *social learning theory* dalam program “KASIH” yang terdiri dari aspek *attention*, *retention*, dan *motivation*

berjalan dengan baik, tetapi aspek motor reproduction tidak terlaksana secara efektif karena keterbatasan waktu.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada dosen Pembimbing Praktik Kerja Lapangan sebagai pembimbing pelaksanaan kegiatan, pihak kelurahan, Ponkesdes, dan para kader yang membantu dan mendampingi, serta menjadi peserta atau bagian dari kegiatan, serta Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, atas fasilitas dan kesempatan yang diberikan dalam pelaksanaan kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Akers, R. L., & Jennings, W. G. (2015). Social learning theory. *The handbook of criminological theory*, 230-240.
- Alfitri, A. (2023). Pengukuran Modal Sosial. Idea Press Yogyakarta. <https://repository.unsri.ac.id/103595/1/18.%20Buku%20%3B%20PENGUKURAN%20MODAL%20SOSIAL.pdf>
- Amalia, S. (2024). Pengolahan Makanan Berbasis Pangan Lokal: Demo Masak Pangan Lokal. *Jurnal Abdimas Universitas Insan Pembangunan Indoneisa*, 2(1).
- Andayani, N. D., Suciptaningsih, O. A., & Mas' ula, S. (2025). Pengembangan Modul Ajar Materi Panca Indra Berbasis TPACK untuk Siswa Kelas IV Sekolah Dasar. *JlIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 8(4), 4517-4527.
- Ariesta, F. W. (2021). Implementasi Teori Belajar Sosial Dalam Pandangan Albert Bandura dan Lev Vygotsky. *Binus University*, Juli, 8.
- Dhian, A. (2011). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Metode Ceramah dengan Audiovisual terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Menopause di Dukuh Girimulyo, Kelurahan Gergunung, Kecamatan Klaten Utara. *Skripsi Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta*.
- Firmansyah, D., & Saepuloh, D. (2022). *Social Learning Theory: Cognitive and Behavioral Approaches*. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, 1(3), 297–324. <https://doi.org/10.55927/jiph.v1i3.2317>
- Jannah, Maulida Zahrotul (2023) *Hubungan antara Obesitas dengan Kejadian Hipertensi pada Lanjut Usia di Posyandu Lansia Desa Ngampel, Kecamatan Balong, Kabupaten Ponorogo*. Skripsi (S1) thesis, Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
- Lestari, P. (2021). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Kabupaten Magelang* (Doctoral dissertation, Skripsi, Universitas Muhammadiyah Magelang).
- Jatmika, S. E. D., & Safrilia, F. E. (2019). Perbedaan Edukasi Konsumsi Sayur Dan Buah Pada Anak Sd Menggunakan Metode Ceramah Dengan Alat Peraga Dan Media Audiovisual. *Gizi Indonesia*, 42(1), 53-60.
- Marsella, A., & Wiyatmo, Y. (2017). Efektivitas alat peraga dengan media audio visual dan alat peraga riil terhadap peningkatan minat dan hasil belajar peserta didik SMA N 3 Klaten materi fluida dinamis. *Jurnal Pendidikan Fisika*, 6(5), 401-408.
- Mayer, R. E. (2014). *The Cambridge handbook of multimedia learning, second edition*. In *The Cambridge Handbook of Multimedia Learning, Second Edition*. <https://doi.org/10.1017/CBO9781139547369>
- McLeod, S. (2024). *Albert bandura's Social Learning Theory*. [online] Simply Psychology. Available at: <https://www.simplypsychology.org/bandura.html>.

- Muhaimin, A. (2018). Implementasi Social Learning Theory Albert Bandura Dalam Pembelajaran Fikih di MTs. DDI Paria Kabupaten Wajo. *Skripsi. Fakultas Tarbiyah dan Keguruan. Jurusan Pendidikan Islam. Universitas Islam Negeri Alauddin. Makassar.*
- Mulyaningsih, I. (2017). Alternatif Model Pembelajaran Dengan Social Learning Bandura. <https://doi.org/10.31219/osf.io/3zev6>
- Nugroho, A. W., & Masrika, N. U. E. (2023). Implementasi Studi TENSI sebagai Upaya Pencegahan Peningkatan Kejadian Hipertensi Masyarakat Pesisir Kota Ternate. *Inovasi Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 37-42.
- Pratama, A. M., Hermawan, N. S. A., & Novariana, N. (2025). Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kenali Lampung Barat. *Malahayati Nursing Journal*, 7(2), 692-707.
- Pinem, M. (2016). Pengaruh pendidikan dan status sosial ekonomi kepala keluarga bagi kesehatan lingkungan masyarakat. *JPPUMA: Jurnal Ilmu Pemerintahan dan Sosial Politik UMA (Journal of Governance and Political UMA)*, 4(1), 97-106.
- Puskesmas Babatan. (2023). Profil Puskesmas Babatan tahun 2023. Ponorogo.
- Sukraniti, Taufiqurrahman, Iwan. (2018). Buku Ajar Konseling Gizi. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Triyanto, E. (2017). Pelayanan Keperawatan bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Tunjera, N., & Chigona, A. (2020). *Teacher Educators' Appropriation of TPACK-SAMR Models for 21st Century Pre-Service Teacher Preparation. International Journal of Information and Communication Technology Education.* <https://doi.org/10.4018/IJICTE.2020070110>