

PERBEDAAN PENGETAHUAN PEMBERIAN “TRAFFIC LIGHT CARD HYPERTENSION REMINDER” PADA PASIEN PROLANIS DI KECAMATAN MONDOKAN

Aulia Beta Riswandha^{1*}, Yeni Indriyani²

Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta^{1,2}

*Corresponding Author : auliabeta21@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi termasuk gangguan kesehatan utama pada lansia dan menjadi salah satu penyebab kematian dini. Rendahnya partisipasi lansia dalam Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) menunjukkan bahwa kurangnya pemahaman mengenai hipertensi. Salah satu media edukatif yang efektif untuk mengelola pemahaman lansia mengenai hipertensi yaitu *Traffic Light Card Hypertension Reminder* (TLC-HR). Tujuan penelitian ini guna mengetahui dampak pemberian media TLC-HR pada peningkatan pengetahuan hipertensi pada pasien Prolanis di Kecamatan Mondokan. Penelitian ini memakai desain *pra-eksperimental one group pre-test post-test*. Penelitian ini dilakukan melalui penyebaran kuesioner dengan jumlah responden 44 orang. Kuesioner mencakup pertanyaan pengetahuan hipertensi, faktor risiko, dan aspek pola makan. Data dianalisis univariat dan bivariat (uji *Paired T-Test*) dengan menggunakan statistik SPSS 22.0 untuk Windows. Hasil penelitian menunjukan bahwa terdapat peningkatan skor pengetahuan dari rata-rata 62.39 (*pre-test*) menjadi 75.32 (*post-test*), dengan nilai signifikansi $p = 0.000$. Disimpulkan bahwa terdapat pengaruh dari penerapan media *traffic light card hypertension* terhadap peningkatan pengetahuan mengenai hipertensi kepada pasien prolanis.

Kata kunci: Hipertensi, *traffic light card*, lansia

ABSTRACT

Hypertension is a major health issue among the elderly and a leading cause of premature death. The low participation of elderly individuals in the Chronic Disease Management Program (Prolanis) indicates a lack of understanding regarding hypertension. An effective educational medium for managing hypertension understanding among the elderly is the Traffic Light Card Hypertension Reminder (TLC-HR). This study intends to investigate the effect of providing TLC-HR media on increasing hypertension knowledge among Prolanis patients in Mondokan District. This research used a pre-experimental one-group pre-test post-test design. The research was implemented by distributing questionnaires to 44 respondents. The questionnaire included questions on hypertension knowledge, risk factors, and dietary aspects. Data were examined using univariate and bivariate (Paired T-Test) analyses with SPSS 22.0 for Windows. The effect displayed an increase in knowledge scores from an average of 62.39 (pre-test) to 75.32 (post-test), with a significance value of $p = 0.000$. Based on the findings, it is concluded that the application of the traffic light card hypertension media has an effect on increasing hypertension knowledge among Prolanis patients.

Kata kunci: Hypertension, *traffic light card*, elderly

PENDAHULUAN

Penuaan dapat diartikan sebagai suatu siklus alami yang dialami setiap manusia dan sering kali disertai dengan perubahan fisiologis yang dapat meningkatkan risiko penyakit degeneratif, salah satunya hipertensi (Berta Afriani, 2023). Hipertensi dapat terjadi apabila tekanan darah seseorang meningkat secara terus menerus, apabila kondisi ini tetap dibiarkan akan menyebabkan penyakit lain seperti stroke, penyakit jantung dan gagal ginjal. (Wulandari et al.,

2023). Menurut (WHO, 2023), salah satu pemicu kematian dini terbanyak di dunia merupakan hipertensi, dengan lebih dari 1,28 miliar penderita, terutama di negara berkembang seperti Indonesia. Menurut (Riskesdas (Badan Litbangkes), 2018), prevalensi kasus hipertensi di Indonesia sampai 34,1%, dengan angka kejadian yang lebih tinggi pada lansia, mayoritas pada individu berumur di atas 60 tahun.

Berdasarkan hasil Riskesdas (Jateng Dinkes, 2021) prevalensi di Jawa Tengah sebanyak 50,9%. Sedangkan Kabupaten Sragen sendiri menurut (Jateng Dinkes, 2021) terdapat pada urutan keempat sebanyak 95,1%. Salah satu kecamatan dengan angka hipertensi yang cukup tinggi adalah Kecamatan Mondokan. Jumlah pasien hipertensi mencapai 463 orang namun hanya 79 lansia yang tercatat dalam pelaporan kesehatan di Puskesmas. Hal tersebut menunjukkan bahwa banyak lansia penderita hipertensi yang tidak rutin memeriksakan kesehatannya. Dari jumlah tersebut, hanya 44 orang yang terdaftar dalam Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis), yang masih tergolong sedikit.

Menurut (Kemenkes RI, 2020) prolanis merupakan sistem yang menghubungkan layanan kesehatan dan penyampaian informasi untuk membantu pasien penyakit kronis mengelola kesehatannya secara mandiri. Program ini bertujuan meningkatkan kualitas hidup pasien melalui edukasi, pemantauan berkala, dan pengobatan. Namun, rendahnya partisipasi dan kepatuhan pasien dalam program ini menunjukkan adanya kendala dalam pemahaman dan kesadaran mereka terhadap pentingnya pengobatan dan perubahan gaya hidup.

Menurut teori *Health Belief Model* (HBM), perubahan gaya hidup atau perilaku kesehatan sangat dipengaruhi oleh tingkat pemahaman individu terhadap suatu penyakit. Salah satu upaya meningkatkan pemahaman seseorang dapat dilakukan dengan pemberian informasi yang dapat disebarluaskan melalui berbagai macam media, salah satunya media cetak (Lilawati, 2024). Menurut penelitian Fitriah tahun 2023 menunjukkan bahwa edukasi berbasis HBM menggunakan media *leaflet* mampu meningkatkan pemahaman dan motivasi pasien dalam mengelola kesehatannya.

Selain itu pada penelitian oleh Finda Istiqomah pada tahun 2022 di Puskesmas Brambang, Kabupaten Jombang mengenai pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pemahaman hipertensi terhadap anggota prolanis menegaskan apabila media edukatif terbukti lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman pasien dibandingkan dengan metode ceramah tanpa bantuan media. Salah satu bentuk media edukatif yang terbukti efektif dalam memperluas wawasan pasien hipertensi adalah *Traffic Light Card Hypertension Reminder*. Media ini berupa kartu cetak yang memuat informasi mengenai hipertensi dalam format visual berbasis warna lalu lintas (merah, kuning, hijau), sehingga lebih mudah dipahami dan diingat oleh pasien. Penelitian oleh Nur tahun 2021 membuktikan bahwa penggunaan *traffic light card* dapat meningkatkan pemahaman dan sikap dalam memilih pola hidup sehat, sementara penelitian oleh Fathin pada tahun 2020 di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta menunjukkan dimana media tersebut juga bermanfaat dalam meningkatkan pemahaman mengenai hipertensi pada karyawan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah media *traffic light card* juga berpengaruh terhadap perubahan pengetahuan pada anggota prolanis di Kecamatan Mondokan guna mengoptimalkan edukasi dalam pencegahan dan pengelolaan hipertensi supaya lebih efektif.

METODE

Jenis penelitian yang dipakai merupakan penelitian kuantitatif melalui desain *pr-experimental*, yaitu dengan melakukan *pre-test* dan *post-test* pada *One Group Pre and Post-Test Design*. Penelitian diselenggarakan di UPTD Puskesmas Mondokan Sragen. Waktu penelitian dari bulan November - Februari 2025 meliputi observasi awal sampai pengambilan data. Sampel pada penelitian ini diperoleh dari teknik sampling, yaitu *Total Sampling* yang

berdasarkan pada kriteria inklusi meliputi lansia yang tergabung sebagai anggota prolanis, lansia terdaftar sebagai peserta prolanis berusia diatas 60, dan bersedia dijadikan sampel. Kuesioner penelitian tersebut didesain dari studi sebelumnya (Fathin, 2020). Kuesioner mencakup pertanyaan pengetahuan hipertensi, faktor risiko, dan aspek pola makan. Data dianalisis univariat untuk menggambarkan karakteristik, distribusi, frekuensi, dan pengetahuan responden sebelum serta sesudah edukasi. Sedangkan analisis bivariat (uji *Paired T-Test*) menguji pengaruh media edukasi hipertensi terhadap peningkatan pengetahuan. Uji statistik dikerjakan menggunakan statistik SPSS 22.0 untuk Windows.

HASIL

Penelitian dilakukan kepada pasien prolanis di Puskesmas Mondokan. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan angket yang dibagikan kepada subjek penelitian. Kuesioner yang dipakai merupakan kuesioner untuk menilai tingkat pengetahuan pasien tentang penyakit hipertensi. Total responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini yaitu 44 orang dengan kriteria Inklusi yang telah ditentukan sebelumnya. Secara detail, hasil karakteristik pasien prolanis di Puskesmas Mondokan dapat diperhatikan pada tabel 1.

Tabel 1. Data Karakteristik Responden

Karakteristik	Hasil	Frekuensi	Presentase
Jenis Kelamin	Laki-laki	5	11.4
	Perempuan	39	88.6
Total		44	100.0
Usia	45-59 tahun	19	43.2
	60-74 tahun	23	52.3
	75-90 tahun	2	4.5
Total		44	100.0
Riwayat Hipertensi	Ya	24	54.5
	Tidak	20	45.5
Total		44	100.0
Pernah mendapatkan konseling hipertensi	Pernah	20	45.5
	Tidak Pernah	24	54.5
		44	100.0
Status Gizi	Gemuk	8	18.2
	Normal	36	81.8
Total		44	100.0

Tabel 2. Skor Pengetahuan Responden

Variabel Skor	Hasil Kuesioner	
	Pre-Test	Post-Test
Mean	62.39	75.32
Skor Minimal	33	42
Skor Maksimal	88	96
Median	63	75
St.Deviasi	12.479	12.178

Rata-rata skor pengetahuan menunjukkan peningkatan dari 62.39 menjadi 75.32. Skor minimal sebelumnya 33 meningkat menjadi 42. Sedangkan skor maksimal dari 88 meningkat menjadi 96 pada. Selain itu, standar deviasi mengalami sedikit penurunan dari 12.479 menjadi 12.178. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa skor responden meningkat setelah dilakukannya *post-test*.

Tabel 3. Perbedaan Skor *Pre-Test* dan *Post-Test* Responden

Skor Pengetahuan	Mean	Min	Max
<i>Pre-Test</i>	62.39	33	88
<i>Post-Test</i>	75.32	42	96

Terdapat peningkatan skor pengetahuan setelah diberikan edukasi, terlihat dari peningkatan skor rata-rata dari 62.39 menjadi 75.32. Skor minimal juga meningkat dari 33 menjadi 42, sementara skor maksimal naik dari 88 menjadi 96. Setelah dilakukan uji statistik dapat dilihat bahwa nilai signifikan menunjukkan nilai 0.000, yang mengindikasikan terdapat perubahan yang cukup besar dari skor sebelum dan sesudah dilakukannya intervensi.

Tabel 4. Pengetahuan tentang Hipertensi

Soal	Pre-Test		Post-Test	
	Benar (%)	Salah (%)	Benar (%)	Salah (%)
Hipertensi merupakan tekanan darah sistolik dan diastolic >140 mmHg/ 90 mmHg	93.3	4.4	97.8	2.2
Hipertensi primer diakibatkan oleh kelainan hormon yang muncul dalam tubuh	26.7	71.1	40.0	57.8
Hipertensi sekunder diakibatkan dari gangguan ginjal, disfungsi hormon, atau konsumsi obat-obatan	62.2	35.6	80.0	17.8
Seseorang merasakan kesemutan di kakinya, itu termasuk gejala hipertensi	24.4	73.3	33.3	64.4
Sakit kepala dan tengkuk terasa berat adalah gejala hipertensi	84.4	13.3	93.3	4.4
Gejala hipertensi dapat berupa jantung berdebar-debar	40.0	57.8	77.8	20.0
Nyeri pada dada serta sering lelah adalah tanda-tanda hipertensi	46.7	51.1	60.0	35.6
Malnutrisi pada lansia adalah kondisi kekurangan gizi atau ketidakseimbangan nutrisi yang dapat berdampak pada kesehatan, termasuk hipertensi	64.4	33.3	82.2	15.6
Lansia yang mengalami malnutrisi atau gizi buruk menunjukkan berat badan yang turun sebesar 5–10 kg selama 3–6 bulan.	68.9	28.9	86.7	11.1
Penderita hipertensi disarankan untuk berolahraga sedikitnya 3–5 kali seminggu, dalam 30 menit per sesi	73.3	24.4	91.1	6.7

Sebagian besar peserta telah memahami definisi hipertensi sejak pre-test (93.3%) dan meningkat menjadi 97.8% pada post-test. Peningkatan pemahaman juga terlihat pada gejala hipertensi, seperti sakit kepala di tengkuk (84.4% menjadi 93.3%) dan jantung berdebar-debar (40% menjadi 77.8%). Selain itu, pemahaman mengenai pentingnya olahraga sebagai upaya pencegahan hipertensi meningkat dari 73.3% menjadi 91.1%.

Tabel 5. Faktor Resiko Hipertensi

Soal	Pre-Test		Post-Test	
	Benar (%)	Salah (%)	Benar (%)	Salah (%)
Faktor risiko hipertensi salah satunya adalah tinggi badan	66.7	31.1	77.8	20.0
Hipertensi dapat disebabkan dari faktor usia dan jenis kelamin	55.6	42.2	82.2	15.6
Obesitas dapat membuat seseorang memiliki risiko hipertensi lebih tinggi	91.1	6.7	93.3	4.4
Riwayat gizi buruk pada keluarga dapat menjadi penyebab hipertensi	53.3	44.4	46.7	51.1
Seseorang yang merokok dapat lebih beresiko terkena hipertensi	86.7	11.1	91.1	6.7

Pemahaman peserta mengenai faktor risiko hipertensi meningkat. Kesadaran bahwa usia dan jenis kelamin berpengaruh terhadap hipertensi meningkat dari 55.6% menjadi 82.2%. Kesadaran mengenai bahaya merokok meningkat dari 86.7% menjadi 91.1%. Terjadi penurunan pemahaman mengenai riwayat gizi buruk dalam keluarga sebagai faktor risiko dari 53.3% menjadi 46.7%, yang menunjukkan masih adanya miskonsepsi di kalangan peserta.

Tabel 6. Jenis makanan yang diperbolehkan untuk dikonsumsi

Soal	Pre-Test		Post-Test	
	Benar (%)	Salah (%)	Benar (%)	Salah (%)
Mengurangi konsumsi roti dan kue <3x/hari dapat menurunkan penyakit hipertensi	66.7	31.1	77.8	20.0
Konsumsi daging rendah lemak akan memperbesar risiko terkena hipertensi	51.1	46.7	68.9	28.9
Mengontrol asupan teh/kopi <3x/minggu bisa menurunkan risiko penyakit hipertensi	20.0	77.8	88.9	8.9

Adanya peningkatan pemahaman mengenai pola makan sehat. Kesadaran akan manfaat membatasi konsumsi roti dan kue meningkat dari 66.7% menjadi 77.8%, sedangkan pemahaman tentang pengurangan konsumsi teh/kopi meningkat signifikan dari 20%.

Tabel 7. Jenis makanan yang dihindari untuk mencegah hipertensi

Soal	Pre-Test		Post-Test	
	Benar (%)	Salah (%)	Benar (%)	Salah (%)
Mengurangi konsumsi margarin >5x/minggu saat memasak makanan dapat menurunkan terkena penyakit hipertensi	40.0	57.8	57.8	40.0
Membatasi asupan makanan dengan penambah rasa/MSG >1 sdt/hari bisa memperkecil kejadian hipertensi	31.1	66.7	57.8	40.0
Makan jeroan dan telur dapat memicu risiko hipertensi	20.0	77.8	91.1	6.7
Membatasi konsumsi makanan kaleng seperti ikan sarden >5x/minggu berpotensi menurunkan risiko penyakit hipertensi	35.6	62.2	60.0	37.8
Gorengan adalah salah satu faktor pemicu seseorang terkena penyakit hipertensi	73.6	24.4	93.3	4.4
Minuman kemasan berpotensi menyebabkan seseorang mengalami penyakit hipertensi	53.3	44.4	82.2	15.6

Pemahaman mengenai makanan yang harus dihindari juga meningkat. Pengetahuan bahwa mengonsumsi jeroan dan telur dapat menyebabkan hipertensi meningkat drastis dari 20% menjadi 91.1%. Pemahaman bahwa gorengan berisiko menyebabkan hipertensi meningkat dari 73.6% menjadi 93.3%, sedangkan kesadaran akan bahaya minuman kemasan meningkat dari 53.3% menjadi 82.2%.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Menurut hasil penelitian mengenai data karakteristik responden yang ditunjukkan di Tabel 1. bahwa mayoritas responden terdiri dari perempuan yang berjumlah 39 responden (88.6%) lebih dominan dibandingkan dengan jumlah pada laki-laki yaitu 5 responden (11.4%). Dengan responden yang mempunyai riwayat hipertensi terbanyak pada usia 60-74 dengan jumlah 26 responden (59.1%). Sebagian besar memiliki riwayat hipertensi dalam keluarga sejumlah 24 responden (54.5%) dan pada jumlah tersebut belum mendapatkan konseling tentang hipertensi. Mayoritas memiliki status gizi normal sejumlah 36 responden (81.8%).

Pengetahuan Responden Pasien Prolanis

Berdasarkan data skor pengetahuan responden yang dapat dilihat pada Tabel 2, terdapat peningkatan pengetahuan mengenai penyakit hipertensi. Terdapat kenaikan skor rata-rata dari *pre-test* ke *post-test*, sehingga terbukti bahwa media *traffic light card hypertension* berpengaruh meningkatkan keefektifan dalam meningkatkan pemahaman terhadap pasien prolanis di Puskesmas Mondokan. Penelitian ini serupa dengan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Fathin Alfarizka dan Susilo (2020) yang menunjukan bahwa adanya peningkatan pengetahuan karyawan dalam penyuluhan kesehatan tentang penyakit hipertensi menggunakan media *traffic light card hypertension*.

Media *traffic light card hypertension* efektif dalam meningkatkan pemahaman dan pengetahuan responden dikarenakan media ini berupa gambar, warna, dan desain yang dapat digunakan untuk menyampaikan materi secara menarik, sehingga responden tidak merasa bosan dengan materi yang disampaikan (Sari, 2023). Peneliti juga menerapkan metode ceramah sebagai salah satu cara edukasi. Menurut Sukmawati (2022), metode ceramah efektif digunakan untuk kelompok yang perlu menyimpan dan memanfaatkan informasi yang diterima. Setelah diberikannya ceramah mengenai penyakit hipertensi, peserta diminta mengisi kuesioner yang bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman mengenai hipertensi.

Dari data tersebut, diperoleh hasil yang tercantum dalam Tabel 4, bahwa edukasi kesehatan efektif dalam meningkatkan pemahaman lansia mengenai hipertensi. Peningkatan tersebut meliputi peningkatan pemahaman mengenai pengertian, faktor risiko, dan pola hidup sehat mengenai hipertensi. Peningkatan ini sesuai dengan hasil kasian penelitian dari (Burhannudin Ichsan, 2023) yang membuktikan bila edukasi mampu meningkatkan kesadaran lansia dalam mengenali gejala dan pencegahan hipertensi.

Selain itu pada Tabel 5, pemahaman tentang faktor risiko seperti usia, status gizi, dan kebiasaan merokok juga meningkat setelah adanya edukasi. Hasil penelitian tersebut sejalan dengan temuan (Fauziyyah et al., 2022) bahwa kesadaran terhadap faktor risiko berperan penting dalam pencegahan hipertensi.

Dalam aspek pola makan pada Tabel 6 dan Tabel 7 bahwa edukasi yang diberikan berhasil meningkatkan pemahaman mengenai makanan yang dianjurkan dan yang harus dihindari. Peserta semakin paham akan pentingnya membatasi asupan makanan yang tinggi garam, lemak jenuh, serta makanan olahan yang mampu menyebabkan peningkatan risiko pada hipertensi. Temuan ini sejalan dengan penelitian dari (Rahayu et al., 2024) yang menunjukkan

bahwa edukasi gizi dapat mengurangi kebiasaan konsumsi makanan berisiko hipertensi. Dari hasil kuesioner tersebut terdapat perbedaan peningkatan yang signifikan terhadap pengetahuan *post-test* (akhir) yang lebih tinggi dibandingkan *pre-test* (awal) setelah diberikan edukasi mengenai hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan kesesuaian dengan penelitian yang dilakukan oleh Fathurozaq Wibowo (2022), didapatkan bahwa terdapat perbandingan antara tingkat pengetahuan sesudah dengan pengetahuan sebelum pada lansia di Desa Siwal Kabupaten Sukoharjo yang mendapat penyuluhan kesehatan.

Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah pengisian kuesioner, seperti adanya lansia yang mengalami kesulitan mengingat informasi setelah diberikan konseling yang disebabkan oleh faktor usia, sehingga pemahaman mereka terbatas. Selain itu, lingkungan saat penyuluhan kurang kondusif karena beberapa peserta sedang menjalani pemeriksaan, yang dapat mengganggu konsentrasi dalam menerima materi. Faktor lain yang berpengaruh adalah adanya komunikasi atau diskusi antar responden saat mengisi soal *pre-test* dan *post-test*, yang bisa memengaruhi daya terima individu terhadap materi yang telah diberikan.

Hasil ini sejalan oleh teori yang disampaikan oleh Notoadmojo (2020) yaitu pengetahuan dipengaruhi beberapa hal yaitu usia, pendidikan, informasi, lingkungan, pengalaman, ekonomi, dan sosial budaya. Namun hal ini dapat dilakukan dengan upaya pemberian edukasi lebih dari satu kali dengan durasi yang lebih lama serta dibutuhkan lingkungan yang lebih kondusif.

KESIMPULAN

Setelah dilakukan penyuluhan mengenai hipertensi kepada prolanis di Puskesmas Mondokan, terdapat pengaruh dari penerapan media *traffic light card hypertension* terhadap peningkatan pengetahuan mengenai hipertensi pada pasien prolanis. Terjadinya kenaikan nilai rata-rata sebelum dan setelah konseling menjadi indikator yang mendukung temuan ini. Dengan rata-rata skor sebelum sebesar 62.39 dan rata-rata skor sesudah sebesar 75.23. Melalui penyuluhan tentang penyakit hipertensi ini, peserta menjadi lebih mengerti dan diharapkan dapat melakukan gaya hidup sehat guna mencegah tekanan darah tinggi. Penelitian ini memiliki keterbatasan, dimana pasien prolanis tidak sepenuhnya memahami cara menggunakan media *traffic light card hypertension* dengan efektif dikarenakan keterbatasan literasi kesehatan maupun faktor usia.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami sampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah memberi bantuan dan berkontribusi pada penelitian ini yaitu, Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Sragen dan Puskesmas Mondokan yang sudah memberikan izin untuk pengambilan data penelitian. Dan saya ucapan untuk Civitas Akademika Universitas Muhammadiyah Surakarta yang sudah medukung, dengan demikian penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfarizka, Fathin, A. W., & Susilo, J. (2020). Pengaruh Pemberian Media “Traffic Light Card Hypertension Reminder / TLC-HR” Terhadap Perubahan Pengetahuan Hipertensi Pada Karyawan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. 001, 2–3.
- Berta Afriani, Rini Camelia, & Willy Astriana. (2023). Analisis Kejadian Hipertensi pada Lansia. *Jurnal Gawat Darurat*, 5(1), 1–8.

- Burhannudin Ichsan, Jayanti Wulansari, D. U. (2023). Hubungan Pengetahuan Tentang Hipertensi Dengan Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Poliklinik Penyakit Dalam Rsud Dr.Moewardi. *Biomedika*, 5(1), 32.
- Dewi, A. A. R., & Ayuningtyas, D. (2023). Health Prevention Interventions for the Control of Hypertension: a Systematic Review. *Journal of Social Research*, 2(6), 2036–2044.
- Fathurozaq Wibowo, S., Dwi Hermawan, G., Ilhaq Aulia Faristyana, N., Muthohar, N., Azulla, S., Retno Luluk Fauziah, A., Fadhilah Nufus Muthmainah, N., Wiji Lestari, F., Fadilah Afifah, A., Afiqah Widayadari, S., Raharjo, S., Farchamni Hermalia Putri Wahyudi, S., Maliya, A., Setiyaningrum, Z., Ilmu Kesehatan, F., Muhammadiyah Surakarta, U., & Gizi, I. (2022). Penyuluhan Hipertensi untuk Meningkatkan Pengetahuan pada Lanjut Usia di Desa Siwal, Kabupaten Sukoharjo. *National Conference on Health Sciene (NCoHS)*, 291–292.
- Fauziyaha, R., Ika K, F. F., Aziz, A. A. B., Ayuningtyas, N., Larasati, I. L., Damayanti, E. N. A., Fadhilah, I. Y., Astuti, L., Apriana, N. A., Hapsari, A. F., Choirunnisa, P., Wulandari, A., Kartinah, K., & Kisnawaty, S. W. (2022). Penyuluhan Mengenai Hipertensi Menggunakan Media Poster pada Lansia di Desa Mancasan Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo. *Proceeding National Health Conference of Science, penulis 1*, 307–313.
- Fitriah, E., Sari, I. N. S., Novani, N., Norsafitri, R. A., Setiawan, D., & Handayani, N. (2023). Edukasi Menggunakan Leaflet Berdasarkan Teori Health Believe Model (HBM) pada Pasien Hipertensi. *Abdimasku : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(2), 432.
- Goorani, S., Zangene, S., & Imig, J. D. (2025). Hypertension: A Continuing Public Healthcare Issue. *International Journal of Molecular Sciences*, 26(1), 1–18.
- Istiqlomah, F. (2022). Pengaruh Pemberian Edukasi Terhadap Pengetahuan Hipertensi Peserta Prolanis Perempuan Di Puskesmas Brambang, Kabupaten Jombang. *Media Gizi Kesmas*, 11(1), 159–165. <https://doi.org/10.20473/mgk.v11i1.2022.159-165>
- Jateng Dinkes. (2021). Jawa Tengah Tahun 2021. *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2021*, i–123.
- Kemenkes RI. (2020). *Peraturan Bersama Sekretaris Jenderal Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Dan Direktur Utama Badan Penyelenggara Jaminan Sosial Kesehatan*. 4(June), 2016.
- Lilawati, I., & Muthmainnah, M. (2024). Efektivitas Media Terhadap Peningkatan Pengetahuan Hipertensi Berdasarkan Teori P-Process. 5(September), 7261–7268.
- Lu, X., Wang, J., Chen, S., Lv, L., & Yu, J. (2025). Analysis of Adherence Status and Influencing Factors Among Middle-Aged and Elderly Hypertension Patients in Rural Areas of Northeast China. *International Journal of Hypertension*, 2025(1).
- Nadapdap, T. P., Nasution, Z., & Wahyudi, I. (2021). Factors Affecting the Incidence of Uncontrolled Hypertension in Patients Performing Routine Examinations at the Kebayakan Public Health Center, Central Aceh Regency. *International Journal Papier Advance and Scientific Review*, 2(2), 105–116.
- Notoadmojo. (2020). *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Nur, R. (2021). Pengaruh Pendidikan Gizi Dengan Traffic Light Card Terhadap Pengetahuan, Sikap, Dan Konsumsi Makanan Cepat Saji Pelajar Sman 6 Surabaya. *Perpustakaan Universitas Airlangga*, 2013, 1–7.
- Puspitaloka Mahadewi, E., Silviana Mustikawati, I., Heryana, A., & Harahap, A. (2021). Public Health Promotion and Education with Hypertension Awareness in West Jakarta Indonesia. *International Journal Of Community Service*, 101–107.
- Rahayu, S., Arifah, S., Widodo, A., Rahayuningsih, F. B., Kristinawati, B., Dewi, E., Tamelia, Y., Azizah, I. N., Citra, N., Baety, N., Pratiwi, J. S., Dinasti, T. W., Fauzan, A., & Ananta, D. S. (2024). *Peningkatan Pengetahuan Kader 'Aisyiyah Tentang Hipertensi*

- Melalui Kegiatan Edukasi Kesehatan.* 8(1), 8–12.
- Riskesdas (Badan Litbangkes). (2018). Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes* (p. 674).
- Sari, M. P., Palupi, I. R., & Jamil, M. D. (2023). Persepsi Dan Sikap Konsumen Terhadap Penerapan Traffic Light Card Pada Produk Pangan Kemasan (Consumer'S Perception and Attitude Towards Implementation of Traffic Light Card for Packaged Food Products). *Penelitian Gizi Dan Makanan (The Journal of Nutrition and Food Research)*, 39(1), 27–36.
- Sukmawati, I., Kusumawaty, J., Nurapandi. Adi, Lestari, D. A., Novianty, E., & Rahyu, Y. (2022). Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Ceramah Dan Audio Visual Terhadap Pengetahuan Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari). *Healthcare Nursing Jurnal*, 4(2), 333–341.
- WHO. (2023). *Hypertension*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Wulandari, A., Sari, S. A., & Ludiana. (2023). Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rsud Jendral Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2022. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(2), 163–171.