

Edukasi Berbasis Masyarakat terhadap Bahaya Dan Penatalaksanaan Hipertensi Pada Kelompok Usia Dewasa di Kelurahan Penggilingan, Cakung, Jakarta Timur

Eska Riyanti Kariman*¹, Nadhia Elsa Silviani², Nelly Yardes³, Tri Endah Pangastuti⁴

¹ Prodi D III Poltekkes Kemenkes Jakarta I, Indonesia

^{2,3,4} Prodi Sarjana Terapan dan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Jakarta III, Indonesia

*e-mail: riyantieska@gmail.com¹, nadhiaelsasilviani@gmail.com², nellyyardes@yahoo.co.id³, triendahpangastuti@gmail.com⁴

Abstrak

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama di dunia yang sering disebut sebagai "silent killer" karena kerap tidak bergejala, namun dapat menyebabkan komplikasi serius. Kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai bahaya hipertensi meningkatkan risiko komplikasi penyakit dan rendahnya kesadaran dalam pengendalian tekanan darah. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pemahaman usia dewasa tentang risiko dan penatalaksanaan hipertensi. Pengabdian dilaksanakan di Kelurahan Penggilingan, Cakung, Jakarta Timur, diikuti 53 peserta dengan faktor risiko maupun yang telah terdiagnosis hipertensi. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan interaktif, diskusi, dan skrining tekanan darah. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sebelum penyuluhan hampir separuh peserta memiliki pengetahuan kurang (36%), namun setelah diberikan edukasi kesehatan, mayoritas peserta memiliki pengetahuan baik (55%). Terdapat peningkatan pengetahuan peserta setelah edukasi kesehatan diberikan. Edukasi kesehatan efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya pengendalian hipertensi guna mencegah komplikasi jangka panjang. Dampak dari pengabdian masyarakat ini adalah terbentuknya masyarakat mandiri dengan peningkatan pengetahuan terkait dengan bahaya dan tata laksana hipertensi.

Kata kunci: Edukasi, bahaya, penatalaksanaan hipertensi, usia dewasa

Abstract

Hypertension is a major global health problem often referred to as a "silent killer" because it frequently presents without symptoms yet can lead to serious complications. A lack of public awareness about the dangers of hypertension increases the risk of complications and reduces vigilance in blood pressure management. This community service aimed to enhance adults' understanding of hypertension risks and management. The activity was conducted in Penggilingan Village, Cakung, East Jakarta, with 53 participants at risk for, or already diagnosed with, hypertension. Methods included interactive counseling, discussions, and blood pressure screenings. Results showed that before counseling, nearly half the participants had insufficient knowledge (36%); after health education, the majority demonstrated good knowledge (55%). Health education significantly increased participant awareness and understanding of the importance of hypertension control to prevent long-term complications. The impact of this community service is the formation of an independent community with increased knowledge related to the dangers and management of hypertension.

Keywords: Education, dangers, management, hypertension, adulthood

1. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyebab kematian utama di dunia dan menjadi faktor risiko tinggi untuk penyakit tidak menular (PTM) di Indonesia. Prevalensi hipertensi pada penduduk berusia ≥ 18 tahun terus meningkat. Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, hipertensi menyumbang 22,2% dari kasus PTM penyebab disabilitas pada usia ≥ 15 tahun dan menjadi faktor risiko keempat penyebab kematian dengan persentase 10,2% (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2023). Di Provinsi Jawa Timur, termasuk Kabupaten Jombang, hipertensi juga menjadi permasalahan kesehatan penting. Data STP Dinas Kesehatan DKI Jakarta

periode Januari-Desember 2024 menunjukkan bahwa Jakarta Timur memiliki kasus hipertensi tertinggi (31%), diikuti oleh Jakarta Barat (25%), dan kecamatan dengan kasus tertinggi adalah Cakung (8,3%). Sebagian besar penderita hipertensi berasal dari kelompok usia 18 tahun ke atas. Data menunjukkan bahwa total penderita hipertensi di Jakarta Timur menurut jenis kelamin, laki-laki sebanyak 127.943 orang, dan perempuan sebanyak 129.661 (Dinkes Jakarta 2024)

Namun, banyak masyarakat dewasa masih memiliki pemahaman terbatas tentang definisi, gejala, faktor risiko, serta dampak komplikasi hipertensi seperti stroke, gagal jantung, dan gagal ginjal. Kurangnya kesadaran ini menyebabkan rendahnya frekuensi pemeriksaan tekanan darah rutin dan kepatuhan terhadap penatalaksanaan, yang meningkatkan risiko komplikasi serta dapat menurunkan kualitas hidup (Zatihulwani et al., 2023). Faktor risiko hipertensi pada usia dewasa muda dibagi menjadi dua, yaitu faktor yang tidak dapat diubah (jenis kelamin, usia, genetika) dan yang dapat diubah (kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, kelebihan berat badan, aktivitas fisik, stres, dan komorbid seperti diabetes mellitus, hiperlipidemia, serta penyakit ginjal kronis) (World Health Organization, 2023). Orang usia dewasa muda dengan tekanan darah tinggi berisiko lebih besar daripada usia lanjut. Perkembangan teknologi kadang memudahkan aktivitas, tetapi dapat berkontribusi pada pola hidup tidak sehat. Hipertensi pada dewasa muda biasanya dipicu oleh faktor genetik dan gaya hidup kurang sehat, sehingga berpotensi menimbulkan komplikasi jika tidak dicegah sejak dini (Sarumaha & Diana, 2018).

Berdasarkan pengamatan awal di lapangan, terdapat kecenderungan pola hidup masyarakat yang berisiko, seperti konsumsi makanan tinggi natrium (garam), penggunaan penyedap rasa yang berlebihan, serta kebiasaan merokok yang masih tinggi di kalangan pria dewasa. Pada survei awal, tim melihat sebanyak 50% pola hidup masyarakat berisiko. Situasi ini diperburuk dengan rendahnya frekuensi aktivitas fisik yang terukur dan minimnya kesadaran untuk melakukan skrining tekanan darah secara mandiri. Banyak warga yang menganggap keluhan seperti pusing, tengkuk terasa berat, dan cepat lelah sebagai konsekuensi logis dari aktivitas bertani atau bekerja, sehingga kondisi hipertensi sering kali tidak terdeteksi hingga mencapai stadium lanjut (Istiqomah et al., 2022). Hal ini ditunjukkan dengan 25% Masyarakat.

Pengabdian kepada masyarakat dengan pendekatan edukasi partisipatif yang berfokus pada dua pilar utama: pemahaman risiko dan kemandirian penatalaksanaan. Langkah solutif yang ditawarkan meliputi sosialisasi pencegahan melalui diet DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension), pelatihan deteksi dini dengan teknik pengukuran tekanan darah yang benar, serta pengenalan prinsip PATUH (Periksa kesehatan rutin, Atasi penyakit dengan pengobatan tepat, Tetap diet seimbang, Upayakan aktivitas fisik, Hindari asap rokok) (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Melalui program ini, diharapkan terjadi transformasi perilaku pada warga Kelurahan Penggilingan, dari yang semula abai menjadi proaktif dalam mengontrol tekanan darah demi mewujudkan komunitas masyarakat yang lebih sehat dan tangguh. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah meningkatkan pemahaman tentang bahaya dan penatalaksanaan hipertensi khususnya pada usia dewasa.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Kelurahan Penggilingan dengan sasaran masyarakat usia dewasa (≥ 30 tahun), baik yang memiliki faktor risiko hipertensi maupun yang telah terdiagnosis hipertensi. Metode yang digunakan adalah pendekatan edukatif dan partisipatif dengan fokus pada upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat tentang risiko dan penatalaksanaan hipertensi. Kegiatan diawali dengan tahap persiapan yang meliputi koordinasi dengan lurah, perangkat RW, kader kesehatan, serta tenaga kesehatan puskesmas setempat untuk mengidentifikasi permasalahan kesehatan yang dominan di wilayah tersebut. Pada tahap ini dilakukan observasi awal dan diskusi kelompok kecil guna mengetahui tingkat pemahaman masyarakat terkait hipertensi, kebiasaan pemeriksaan tekanan darah, serta pola hidup sehari-hari yang berpotensi menjadi faktor risiko. Selain itu, tim pengabdian menyiapkan materi edukasi dalam bentuk media

presentasi, leaflet, serta kuesioner pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta.

Tahap pelaksanaan dimulai dengan pemberian pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta mengenai definisi hipertensi, faktor risiko, tanda dan gejala, komplikasi, serta cara penatalaksanaannya. Selanjutnya dilakukan penyuluhan kesehatan secara interaktif menggunakan metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab. Materi yang disampaikan mencakup pengertian hipertensi, klasifikasi tekanan darah, faktor risiko yang dapat dimodifikasi dan tidak dapat dimodifikasi, dampak jangka panjang hipertensi seperti stroke dan penyakit jantung, serta pentingnya pengendalian tekanan darah melalui perubahan gaya hidup dan kepatuhan terhadap pengobatan. Sebagai bentuk deteksi dini, kegiatan dilanjutkan dengan pemeriksaan tekanan darah kepada seluruh peserta menggunakan alat tensimeter. Hasil pemeriksaan dicatat dan dijelaskan secara individual kepada peserta, termasuk kategori tekanan darah dan rekomendasi tindak lanjut. Peserta dengan tekanan darah tinggi diberikan edukasi tambahan mengenai pengelolaan hipertensi, seperti pembatasan konsumsi garam, peningkatan aktivitas fisik, pengelolaan stres, serta pentingnya kontrol rutin ke fasilitas kesehatan.

Evaluasi melalui pemberian post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan setelah edukasi. Selain itu, dilakukan refleksi bersama peserta dan kader kesehatan mengenai rencana tindak lanjut, termasuk anjuran pemeriksaan tekanan darah secara rutin dan pemberdayaan kader sebagai penggerak monitoring kesehatan di tingkat dusun. Keberhasilan kegiatan diukur dari peningkatan skor pengetahuan, partisipasi aktif peserta, serta komitmen masyarakat untuk menerapkan perilaku hidup sehat dalam pengendalian hipertensi. Melalui metode pelaksanaan yang sistematis dan partisipatif ini, diharapkan terjadi peningkatan pemahaman masyarakat usia dewasa di Kelurahan Penggilingan tentang risiko dan penatalaksanaan hipertensi, sehingga mampu mendorong perubahan perilaku yang berkelanjutan dalam upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi di tingkat komunitas. Penilaian evaluasi ini menggunakan kuesioner pengetahuan yang telah dilakukan validasi dan reliabel pada penelitian yang telah dilakukan oleh tim pelaksana pengabdian masyarakat.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di kelurahan Penggilingan yang diikuti oleh pasien dewasa baik pria dan wanita yang mempunyai riwayat penyakit hipertensi sebanyak 53 orang. Karakteristik umum responden dirangkum dalam tabel 1.

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden

	Karakteristik	Frekuensi	%
Usia	< 50 tahun	22	41.5
	50 tahun keatas	31	58.5
Jenis kelamin	Laki-laki	18	34
	Perempuan	35	66

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar peserta berasal dari kelompok usia 50 tahun ke atas, yaitu sebanyak 31 orang (58,5%), dan berjenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 35 orang (66%). Sedangkan peserta paling sedikit adalah laki-laki, yaitu sebanyak 18 orang (34%). Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang peningkatan pemahaman risiko dan penatalaksanaan hipertensi di Kelurahan Penggilingan diikuti oleh masyarakat usia dewasa sebanyak 53 peserta. Kegiatan diawali dengan pengisian pre-test untuk mengukur tingkat pengetahuan awal peserta mengenai definisi hipertensi, faktor risiko, komplikasi,

serta penatalaksanaannya. Pre-test dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang telah dipastikan valid dan reliabel dan sudah digunakan sebelumnya pada penelitian tim pelaksana.



Gambar 1 Pelaksanaan Pre-Test Sebelum Penyuluhan Kesehatan

Tabel 2. Hasil Pre-test

Variabel			Jumlah	
			N	%
Tingkat Pengetahuan	Baik	10	19	
Bahaya dan Cukup		24	45	
Penatalaksanaan Hipertensi	Kurang	19	36	

Berdasarkan hasil pre-test di atas menunjukkan bahwa hampir setengah peserta mempunyai pengetahuan cukup sebanyak 45%. Hasil pre-test menunjukkan bahwa sebagian besar peserta masih memiliki pemahaman yang rendah terkait hipertensi. Dan sekitar 60% peserta belum mengetahui batas normal tekanan darah, 65% belum memahami bahwa hipertensi dapat terjadi tanpa gejala, dan 70% belum mengetahui bahwa konsumsi garam berlebihan merupakan faktor risiko utama. Selain itu, sebagian peserta beranggapan bahwa hipertensi hanya terjadi pada lansia dan tidak memerlukan pengobatan rutin jika tidak disertai keluhan. Setelah dilakukan penyuluhan interaktif dan diskusi, kegiatan dilanjutkan dengan pemeriksaan tekanan darah. Hasil skrining menunjukkan bahwa 40% peserta memiliki tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg, dengan sebagian di antaranya belum pernah melakukan pemeriksaan sebelumnya. Peserta yang terdeteksi memiliki tekanan darah tinggi diberikan edukasi lanjutan dan anjuran kontrol ke fasilitas kesehatan. Berdasarkan hasil post-test di atas menunjukkan bahwa Sebagian besar peserta mempunyai pengetahuan baik sebanyak 53%. Evaluasi melalui post-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan. Sebanyak 75% peserta telah memahami batas tekanan darah normal, 80% memahami faktor risiko yang dapat dimodifikasi, serta 78% menyadari pentingnya pengobatan teratur dan perubahan gaya hidup. Secara umum, terjadi peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari kategori "cukup" menjadi "baik".

Selain peningkatan kognitif, peserta juga menunjukkan antusiasme dalam diskusi serta komitmen untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang peningkatan pemahaman risiko dan penatalaksanaan hipertensi pada usia dewasa di kelurahan Penggilingan menunjukkan bahwa intervensi edukatif

dalam meningkatkan literasi kesehatan masyarakat. Peningkatan skor pengetahuan setelah penyuluhan mengindikasikan bahwa metode ceramah interaktif, diskusi, serta pemeriksaan tekanan darah langsung mampu memperkuat pemahaman peserta terkait definisi, faktor risiko, komplikasi, dan pengendalian hipertensi (Fandinata et al., 2022).



Gambar 2 Kegiatan Penyuluhan Kesehatan



Gambar 3. Pelaksanaan Post Test

Tabel 3. Hasil Post Test

Variabel		Jumlah	
		N	%
Tingkat	Baik	28	53
Pengetahuan	Cukup	13	25
Bahaya dan	Kurang	12	22
Penatalaksanaan			
Hipertensi			

Evaluasi melalui post-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan. Hasil menunjukkan bahwa sebanyak 28 (53%) orang dengan pengetahuan baik, sebanyak 13 orang (25%) menunjukkan pengetahuan cukup. Sebanyak 12 orang (22%) menunjukkan pengetahuan kurang. Sebanyak 75% peserta telah memahami batas tekanan darah normal, 80% memahami faktor risiko yang dapat dimodifikasi, serta 78% menyadari pentingnya pengobatan teratur dan perubahan gaya hidup. Secara umum, terjadi peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari kategori "cukup" menjadi "baik". Selain peningkatan kognitif, peserta juga menunjukkan antusiasme dalam diskusi serta komitmen untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang peningkatan pemahaman risiko dan penatalaksanaan hipertensi pada usia dewasa di Kelurahan Penggilingan menunjukkan bahwa intervensi edukatif meningkatkan literasi kesehatan masyarakat. Peningkatan skor pengetahuan setelah penyuluhan mengindikasikan bahwa metode ceramah interaktif, diskusi, serta pemeriksaan tekanan darah langsung mampu memperkuat pemahaman peserta terkait definisi, faktor risiko, komplikasi, dan pengendalian hipertensi (Fandinata et al., 2022).

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang prevalensinya terus meningkat secara global maupun nasional. Organisasi Kesehatan Dunia menyebutkan bahwa hipertensi adalah faktor risiko utama penyakit kardiovaskular, stroke, dan gagal ginjal, serta sering tidak terdeteksi karena bersifat tanpa gejala (silent killer) (World Health Organization, 2023). Kondisi ini sejalan dengan temuan di kelurahan Penggilingan, di mana sebagian peserta tidak mengetahui batas normal tekanan darah dan tidak menyadari bahwa hipertensi dapat terjadi tanpa keluhan. Hasil skrining tekanan darah dalam kegiatan ini menunjukkan adanya peserta dengan tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg yang sebelumnya belum pernah melakukan pemeriksaan rutin. Temuan ini memperkuat data nasional bahwa deteksi dini hipertensi di masyarakat masih rendah. Berdasarkan laporan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melalui Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), prevalensi hipertensi pada penduduk dewasa Indonesia berada di atas 30%, namun hanya sebagian yang terdiagnosis dan mendapatkan pengobatan secara teratur (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Rendahnya kesadaran untuk melakukan pemeriksaan rutin menjadi salah satu faktor penyebab tingginya komplikasi hipertensi di masyarakat (Putra et al., 2025).

Peningkatan pemahaman peserta mengenai faktor risiko yang dapat dimodifikasi, seperti konsumsi garam berlebih, kurang aktivitas fisik, obesitas, dan stres, menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan telah menyentuh aspek preventif. Menurut pedoman Global Hypertension Practice Guidelines yang diterbitkan oleh International Society of Hypertension (2020), pengendalian hipertensi tidak hanya bergantung pada terapi farmakologis tetapi juga sangat ditentukan oleh perubahan gaya hidup, termasuk diet rendah garam, aktivitas fisik teratur, pengendalian berat badan, dan berhenti merokok. Oleh karena itu, edukasi yang menekankan modifikasi gaya hidup menjadi strategi yang tepat dalam pengabdian berbasis komunitas (World Health Organization, 2023). Selain itu, pendekatan partisipatif yang melibatkan diskusi dan konsultasi individu terbukti meningkatkan motivasi peserta untuk melakukan perubahan perilaku. Edukasi kesehatan berbasis masyarakat diketahui efektif dalam meningkatkan kepatuhan pengobatan dan kontrol tekanan darah, terutama jika dilakukan secara interaktif dan kontekstual sesuai kebutuhan komunitas (World Health Organization, 2023). Hal ini terlihat dari meningkatnya komitmen peserta untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah secara berkala setelah kegiatan berlangsung.

Meskipun terjadi peningkatan pengetahuan, perubahan perilaku jangka panjang memerlukan dukungan sistem yang berkelanjutan. Oleh karena itu, pemberdayaan kader kesehatan dan kolaborasi dengan puskesmas setempat menjadi langkah strategis untuk menjaga kontinuitas monitoring tekanan darah serta penguatan edukasi lanjutan. Pendekatan ini sejalandengan strategi pengendalian penyakit tidak menular berbasis komunitas yang direkomendasikan oleh WHO dan Kementerian Kesehatan RI (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa intervensi edukasi disertai skrining tekanan darah efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat usia dewasa tentang risiko dan penatalaksanaan hipertensi. Peningkatan literasi kesehatan di tingkat dusun diharapkan dapat mendorong deteksi dini, kepatuhan pengobatan, serta penerapan gaya hidup sehat secara berkelanjutan guna menurunkan risiko komplikasi hipertensi (Vitniawati et al., 2023)

4.KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang peningkatan pemahaman risiko dan penatalaksanaan hipertensi pada usia dewasa di Kelurahan Penggilingan menunjukkan hasil yang positif. Edukasi kesehatan yang diberikan melalui penyuluhan interaktif, diskusi, serta pemeriksaan tekanan darah terbukti mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai definisi hipertensi, faktor risiko, komplikasi, serta pentingnya pengendalian tekanan darah secara rutin. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan

Hasil skrining tekanan darah juga menunjukkan adanya masyarakat dengan tekanan darah tinggi yang sebelumnya belum terdeteksi, sehingga kegiatan ini berperan penting dalam upaya deteksi dini. Peningkatan pemahaman peserta setelah intervensi menunjukkan bahwa pendekatan edukatif berbasis komunitas efektif dalam memperkuat literasi kesehatan dan menumbuhkan kesadaran akan pentingnya perubahan gaya hidup sehat serta kepatuhan terhadap pengobatan. Hal ini ditunjukkan dengan menunjukkan bahwa sebanyak 28 (53%) orang dengan pengetahuan baik, sebanyak 13 orang (25%) menunjukkan pengetahuan cukup. Sebanyak 12 orang (22%) menunjukkan pengetahuan kurang. Sebanyak 75% peserta telah memahami batas tekanan darah normal, 80% memahami faktor risiko yang dapat dimodifikasi, serta 78% menyadari pentingnya pengobatan teratur dan perubahan gaya hidup. Secara umum, terjadi peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari kategori “cukup” menjadi “baik”.

Secara keseluruhan, program ini tidak hanya meningkatkan aspek kognitif masyarakat, tetapi juga mendorong komitmen untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah secara berkala dan menerapkan perilaku hidup sehat. Untuk menjaga keberlanjutan dampak program, diperlukan pendampingan berkelanjutan melalui pemberdayaan kader kesehatan dan kolaborasi dengan fasilitas pelayanan kesehatan setempat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak Puskesmas Cakung yang telah mengizinkan tim untuk melakukan pengabdian masyarakat di wilayah kerjanya.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2023). <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/hasil-ski-2023/>
- Dinkes Jakarta. Web. https://satudata.jakarta.go.id/open-data/detail?kategori=dataset&page_url=persentase-penduduk-penderita-hipertensi-yang-mendapatkan-pelayanan-kesehatan-sesuai-standar-tahun-2023&data_no=1. Diakses pada 24 April 2026
- Fandinata, S. S., Lubada, E. I., & Darmawan, R. (2022). Edukasi Pemberdayaan Kader Dan Masyarakat Dalam Peningkatan Self Management Pengetahuan Pengobatan Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Indonesia*, 2(2), 115–122.
- Fuad, Iqbal, M. (2025). Analisis Kejadian Hipertensi dengan Pendekatan Epidemiologi Deskriptif pada Data Surveilens Daerah Khusus Ibukota Jakarta. *Jakarta: Jurnal Intan Husada*. Vol. 13 No.1, Januari 2025

- Istiqomah, F., Tawakal, A. I., Haliman, C. D., & Atmaka, D. R. (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>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021).
- Laporan Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Pedoman Posbindu PTM Terintegrasi. Kementerian Kesehatan RI. (2020).
- Panduan GERMAS: Gerakan Masyarakat Hidup Sehat. Jakarta: Kemenkes RI.
- Putra, N. T., Harun, L., Azwa, A. N., Susnati, Resa T., Sa'diah, & Sananiyah. (2025). Edukasi Pencegahan Hipertensi Dalam Upaya Meningkatkan Derajat Kesehatan Masyarakat. *Masyarakat: Jurnal Pengabdian*, 2(3), 253–261.
- Sarumaha, E. K., & Diana, V. E. (2018). Faktor Risiko Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda Di Uptd Puskesmas Perawatan Plus Teluk Dalam Kabupaten Nias Selatan. *Jurnal Kesehatan Global*, 1(2), 70–77.
- Vitniawati, V., Herawati, A. T., Suprpti, T., & Darajat, A. M. (2023). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Meningkatkan Self Management Hipertensi Dan Diabetes Mellitus Melalui Edukasi Pada Masyarakat Di Puskesmas Panyileukan Bandung. *Lambung Inovasi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 8(4), 695–700.
- World Health Organization. (2023). Hypertension. Geneva: WHO.
- Zatihulwani, E. Z., Rustanti, E., Puspita, S., & Sholikhah, D. U. (2023). Edukasi Manajemen Diri Pasien Hipertensi Sebagai Upaya Pengendalian Dan Pencegahan Komplikasi Hipertensi. *JPPNu (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Nusantara)*, 5(1), 85–90