



Jurnal Pengabdian Masyarakat Lentora

e-ISSN: 2809-0667

Volume 4 Nomor 1, September 2024, Halaman 1-9

DOI: 10.33860/jpml.v4i1.3837

Website: <https://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/jpml/>

Implementasi CERDIK dan PATUH sebagai Upaya Pencegahan Hipertensi di Kelurahan Kayamanya

Implementation of CERDIK and PATUH as Prevention Efforts Hypertension in Kayamanya Village

Moh.Ichsan¹✉, Fitria Masulili¹, Baiq Emy Nurmalisa¹, Irsanty Collein¹, Helena Pangaribuan¹, Supirno¹, Ismunandar¹-, Nirva Rantesigi², Agusrianto², Nurlailah Umar³, Arifuddin³

1. Poltekkes Kemenkes Palu, Prodi Profesi Ners, Palu, Indonesia

2. Poltekkes Kemenkes Palu, Prodi DIII Keperawatan Poso

3. Poltekkes Kemenkes Palu, Prodi DIII Keperawatan Palu

✉ Korespondensi : ichsanmoh28@gmail.com



Received: 15 Mei 2024

Accepted: 20 September 2024

Published: 30 September 2024

ABSTRAK

Pendahuluan: Penyakit hipertensi atau tekanan darah tinggi menjadi salah satu masalah penyakit yang umum terjadi di masyarakat. Prevalensi Hipertensi yang terus meningkat di masyarakat menjadikan hipertensi masalah serius. Adapun komplikasi hipertensi akan tergantung kepada besarnya peningkatan tekanan darah. Kesadaran masyarakat yang masih rendah terkait bahaya hipertensi menjadi permasalahan hipertensi sangat kompleks di masyarakat. Perlunya membangun kesadaran dalam melakukan upaya pencegahan termasuk melakukan pemeriksaan sedini mungkin untuk deteksi dini risiko hipertensi dan komplikasinya. Salah satu yang dilakukan dalam upaya pencegahan Hipertensi yaitu dengan melakukan implementasi perilaku CERDIK dan PATUH di masyarakat. Tujuan kegiatan ini, yaitu untuk mengedukasi sasaran mengenai perilaku CERDIK dan PATUH sebagai upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi. **Metode** Pengabdian dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu tahap perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi. Pelaksanaan edukasi menggunakan bantuan dari media komunikasi berupa leaflet. Sedangkan evaluasi menggunakan kuisioner *pre-post test* yang dibagikan kepada sasaran. Adapun sasaran dalam kegiatan ini sebanyak 35 orang yang ada di Kelurahan Kayamanya. **Hasil** pengukuran pengetahuan sebelum edukasi pengetahuan baik sebanyak 31,4% dan setelah edukasi pengetahuan baik menjadi 88,5%. **Kesimpulan** Implementasi CERDIK dan PATUH diharapkan menjadi solusi pencegahan hipertensi di masyarakat.

Kata Kunci: Hipertensi; Pencegahan; CERDIK & PATUH

ABSTRACT

Introduction: Hypertensive disease or high blood pressure is one of the common disease problems in the community. The increasing prevalence of hypertension in the community makes hypertension a serious problem. The complications of hypertension will depend on the magnitude of the increase

in blood pressure. Low public awareness regarding the dangers of hypertension is a very complex hypertension problem in the community. It is necessary to build awareness in making prevention efforts including conducting examinations as early as possible for early detection of the risk of hypertension and its complications. One of the efforts to prevent hypertension is by implementing CERDIK and PATUH behaviours in the community. **The aim** of this activity is to educate the target regarding CERDIK and PATUH behaviour as an effort to prevent and control hypertension. **Method** The service is carried out through several stages, namely the planning, implementation and evaluation stages. The implementation of education uses the help of communication media in the form of leaflets. While the evaluation uses a pre-post test questionnaire distributed to the target. The targets in this activity were 35 people in Kayamanya Village. **Results** The results of knowledge measurement before education good knowledge was 31.4% and after education good knowledge became 88.5%. **Conclusions** The implementation of CERDIK and PATUH is expected to be a solution to prevent hypertension in the community.

Keywords : Hypertension; Prevention; CERDIK & PATUH



© 2024 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/>).

PENDAHULUAN

Penyakit hipertensi atau tekanan darah tinggi menjadi salah satu masalah penyakit yang umum terjadi di masyarakat. Seringkali, pengidap hipertensi tidak menunjukkan gejala, dan baru diketahui apabila telah terjadi gangguan pada organ seperti gangguan fungsi jantung, stroke, gagal ginjal, bahkan sampai pada kematian (Rizalya et al., 2022). Menurut *World Health Organization* (WHO) penderita hipertensi akan terus meningkat seiring dengan jumlah penduduk yang meningkat. Pada tahun 2025 mendatang, diprediksi sekitar 29% warga dunia terkena hipertensi. Presentase penderita hipertensi saat ini paling banyak terdapat di negara berkembang. Laporan WHO menunjukkan sekitar 4 dari 5 penderita hipertensi tidak mendapat pengobatan yang memadai, namun jika negara-negara dapat meningkatkannya, 76 juta kematian dapat dicegah antara tahun 2023 dan 2050 (WHO, 2023). Berdasarkan hasil riset kesehatan dasar (RISKESDAS) tahun 2018 jumlah penduduk Indonesia yang memiliki prevalensi hipertensi yakni sebesar 34,1%, dimana angka ini meningkat dari hasil yang dilakukan pada tahun 2014 yaitu 25,8%. Kesulitan dalam menjelaskan informasi secara sederhana dan minat masyarakat terhadap pencegahan hipertensi masih sangat kurang dan kesadaran masyarakat dalam memeriksakan kesehatannya secara berkala masih belum baik (Tim Riskesdas, 2018). Hipertensi yang tidak mendapat penanganan dengan baik menyebabkan terjadinya komplikasi-komplikasi yang serius (Sofyan et al., 2022). Hal inilah yang menjadi masalah kesehatan yang semakin mendesak di masyarakat, mengingat jumlah penderita hipertensi yang terus meningkat dari tahun ke tahun, faktor-faktor yang terjadi di masyarakat seperti perubahan gaya hidup, pola makan yang tidak sehat, tingkat stres yang tinggi, dan kurangnya aktivitas fisik menjadi penyebab utama dari peningkatan kasus hipertensi (Mayasari, 2024).

Penyakit hipertensi paling banyak terjadi di Sulawesi Tengah pada tahun 2020, yakni 105.602 kasus. Kenaikan kasus hipertensi diperkirakan sebesar 80% dan diperkirakan 1,15 juta kasus ditahun 2025. Prevalensi hipertensi pada orang dewasa sebesar 6-15% dan 50% diantaranya tidak menyadari bahwa dirinya terkena hipertensi, Data dinas kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah tahun 2022 menunjukkan prevalensi jumlah penduduk yang menderita Hipertensi yang tertinggi yaitu di kabupaten Sigi sebesar 755.279 jiwa. Sedangkan di kabupaten Poso sendiri jumlah penderita Hipertensi yaitu sebesar 52.155 jiwa (Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi

Tengah, 2022). Prevalensi Hipertensi yang terus meningkat di masyarakat menjadikan hipertensi masalah serius. Adapun komplikasi hipertensi akan tergantung kepada besarnya peningkatan tekanan darah (Purwono et al., 2020) dan lamanya kondisi tekanan darah yang tidak terdiagnosis dan tidak diobati (Wibrata et al., 2023). Kepatuhan perawatan dapat mencegah terjadinya komplikasi (Siagian et al., 2021). Kesadaran masyarakat yang masih rendah terkait bahaya hipertensi menjadi permasalahan hipertensi sangat kompleks di masyarakat. Perlunya membangun kesadaran dalam melakukan upaya pencegahan termasuk melakukan pemeriksaan sedini mungkin untuk deteksi dini risiko hipertensi dan komplikasinya (Oktaria et al., 2023). Kementerian Kesehatan telah membuat beberapa program dalam hal pencegahan penyakit termasuk hipertensi yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan mengubah sikap serta perilaku dalam masyarakat. Pengetahuan, sikap dan perilaku merupakan hal yang berhubungan dengan pengendalian hipertensi (Bratajaya & Rejeki, 2020).

Salah satu program yang dicetuskan oleh Kemenkes ialah CERDIK. Program CERDIK merupakan program kesehatan yang bertujuan sebagai upaya dalam peningkatan status kesehatan, peningkatan terhadap perilaku hidup bersih dan sehat, penurunan angka kematian serta upaya dalam memonitoring dan deteksi dini pada faktor resiko penyakit tidak menular. Adapun CERDIK yakni cek kesehatan secara rutin, enyahkan asap rokok, rajin aktifitas fisik, diet seimbang istirahat cukup dan kelola stress (Leftungun et al., 2023) dan Program lainnya yang dikeluarkan oleh pemerintah dalam menanggulangi masalah penyakit hipertensi yakni Program PATUH. PATUH singkatan dari periksa kesehatan secara rutin dan ikuti anjuran dokter, atasi penyakit dengan pengobatan tepat dan teratur, tetap diet dengan gizi seimbang, upayakan aktivitas fisik dengan aman, dan hindari asap rokok, alkohol dan zat karsinogenik (Purwono et al., 2020) Perlu dilakukan upaya dalam deteksi dini dan pencegahan komplikasi hipertensi dengan melibatkan peran serta masyarakat (Sari & Putri, 2023).

Salah satu yang dilakukan dalam upaya pencegahan Hipertensi yaitu dengan melakukan implementasi perilaku CERDIK dan PATUH (Novitri et al., 2021) di masyarakat dimana sebagian besar penderita Hipertensi tidak mengetahui bahwa dirinya sedang terdiagnosis Hipertensi sehingga tidak mendapatkan pengobatan lebih awal karena terlambatnya deteksi (Widiyanto et al., 2020). Permasalahan hipertensi yang ditemukan di Kelurahan Kayamanya yaitu prerevalensi hipertensi yang terus meningkat setiap tahun, beberapa faktor yang mempengaruhi yaitu gaya hidup yang tidak sehat, seperti pola makan tinggi garam, kurangnya aktivitas fisik, dan obesitas. Permasalahan lain banyak individu tidak menyadari bahwa mereka menderita hipertensi karena sering kali kondisi ini tidak menunjukkan gejala yang jelas. Kurangnya edukasi dan kesadaran tentang pentingnya pemeriksaan rutin tekanan darah menyebabkan banyak kasus hipertensi tidak terdiagnosis. Program perilaku CERDIK dan PATUH apabila di implementasi pada masyarakat dalam kehidupan sehari-hari dapat mencegah hipertensi dan menurunkan komplikasi akibat hipertensi. Salah satu upaya tenaga kesehatan dalam mengatasi tingginya peningkatan hipertensi ialah meningkatkan pengetahuan khususnya pada masyarakat dalam menurunkan angka kejadian hipertensi dengan upaya pecegahan. Dengan ini harapannya adalah masyarakat dapat mencegah sedini mungkin dan tekanan darah berada dalam kisaran normal serta mencegah terjadinya komplikasi hipertensi (Leftungun et al., 2023). Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat melalui implementasi perilaku CERDIK dan gerakan PATUH dalam kehidupan sehari-hari untuk mencegah hipertensi.

METODE PELAKSANAAN

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Kelurahan Kayamanya dengan melakukan kegiatan pemeriksaan tekanan darah pada masyarakat dan implementasi Program CERDIK dan gerakan PATUH melalui edukasi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan implementasi pencegahan hipertensi. Sebanyak 35 orang masyarakat terlibat dalam kegiatan ini. Masyarakat diberi edukasi tentang pencegahan penyakit hipertensi, deteksi dini hipertensi dan pengelolaan hipertensi. Masyarakat dimotivasi untuk melakukan perilaku CERDIK atau gerakan PATUH. Pengabdian memberikan contoh perilaku CERDIK atau PATUH. Media edukasi yang digunakan yaitu leaflet tentang pengendalian hipertensi melalui perilaku CERDIK dan gerakan PATUH. Evaluasi dilakukan dengan mengukur pengetahuan masyarakat tentang hipertensi dan pencegahannya. Pengabdian dilaksanakan melalui beberapa tahap, yakni tahap persiapan yang dilakukan dengan menyusun materi yang akan dibawakan, membuat leaflet dan membuat kuisisioner sejumlah 10 pertanyaan. Setelah itu masuk dalam kegiatan pelaksanaan yakni pengenalan, lalu memberikan pre-test, memberikan materi pada responden, kemudian memberikan post-test yang dilakukan pada hari yang sama sesaat setelah penyuluhan berakhir. Pre-test dan post-test dilakukan untuk menilai apakah terjadi peningkatan pengetahuan responden setelah dilaksanakan edukasi. Adapun tahapan kegiatan yang dilakukan sebagai berikut :

1. Persiapan

Tahap ini dilakukan sosialisasi kegiatan dengan pihak Kelurahan Kayamanya terkait dengan kegiatan yang akan dilaksanakan, lokasi kegiatan dan waktu pelaksanaan.

2. Pelaksanaan

Implementasi Program CERDIK dan PATUH adalah suatu pendekatan yang komprehensif dalam manajemen hipertensi yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku masyarakat.

a. Edukasi tentang hipertensi

Kegiatan ini dilakukan dengan memberikan edukasi tentang hipertensi meliputi pengertian, tanda dan gejala, penyebab, pencegahan, komplikasi dan pengobatan. Sebelum diberikan edukasi sebelumnya dilakukan pengukuran pengetahuan masyarakat tentang hipertensi.

b. Deteksi Dini Hipertensi

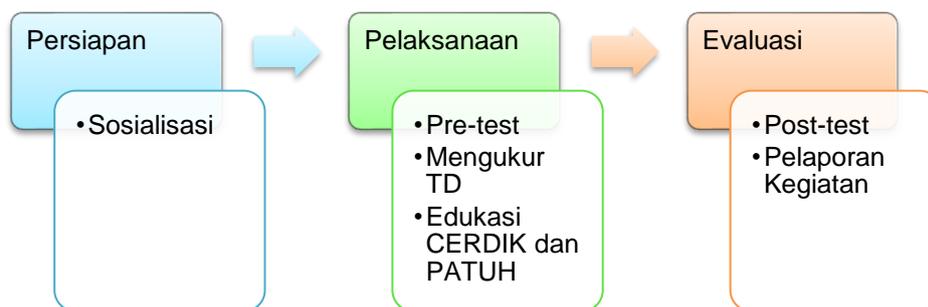
Kegiatan ini dilakukan dengan mengukur tekanan darah masyarakat untuk mendeteksi risiko hipertensi sedini mungkin

c. Edukasi CERDIK dan PATUH

Edukasi Program CERDIK dan PATUH untuk membantu masyarakat dalam melakukan pencegahan hipertensi sejak dini dan bagaimana mengelola hipertensi untuk mencegah komplikasi.

d. Evaluasi

Kegiatan ini bertujuan untuk mengevaluasi kegiatan sesuai dengan tujuan yang diharapkan, pada tahap ini pengabdian melakukan pengukuran pengetahuan masyarakat setelah diberikan edukasi.



Gambar 1 Skema Alur Kegiatan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Kelurahan Kayamanya, Kecamatan Poso Kota, Kabupaten Poso Sulawesi Tengah. Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 21 Mei 2024. Kegiatan dilakukan yaitu implementasi program CERDIK dan PATUH dengan memberikan edukasi tentang hipertensi, selanjutnya dilakukan pengukuran tekanan darah. Tujuan pemeriksaan tekanan darah adalah untuk mendeteksi hipertensi sedini mungkin, sehingga memungkinkan penanganan tepat waktu dan pencegahan komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal. Pemeriksaan rutin membantu memantau efektivitas pengobatan pada penderita hipertensi dan menilai risiko kesehatan seseorang (Akbar & Tumiwa, 2020). Selain itu, pemeriksaan tekanan darah dapat memberikan gambaran umum tentang kesehatan kardiovaskular, sehingga individu dapat mengambil langkah-langkah preventif seperti mengubah gaya hidup dan diet (Sari et al., 2023). Deteksi dini dan pemantauan teratur berperan penting dalam mengurangi morbiditas dan mortalitas terkait hipertensi (Hamria et al., 2020).



Gambar 2 Pemeriksaan Tekanan Darah

Implementasi gerakan CERDIK (Cek kesehatan, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet sehat, Istirahat cukup, Kelola stres) dan PATUH (Periksa kesehatan rutin, Atasi penyakit dengan pengobatan, Tetap diet sehat dengan kalori seimbang, Upayakan aktivitas fisik, Hindari rokok, dan zat berbahaya) bermanfaat untuk pencegahan dan pengelolaan hipertensi. Gerakan ini meningkatkan kesadaran dan edukasi masyarakat mengenai pentingnya gaya hidup sehat, mendorong deteksi dini, dan mengurangi risiko komplikasi. Dengan menjalankan prinsip-prinsip ini, individu dapat mengontrol tekanan darah, meningkatkan kualitas hidup, dan mengurangi beban kesehatan masyarakat secara keseluruhan (Pitayanti & Priyoto, 2021).

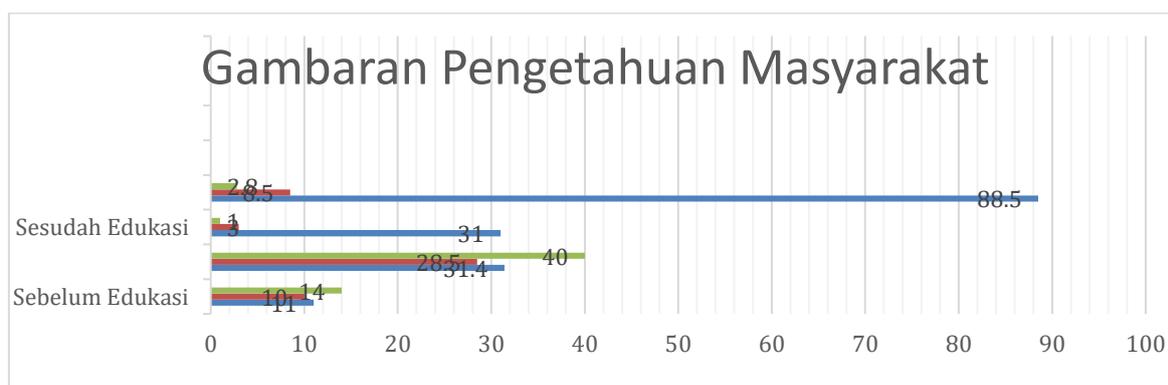


Gambar 3 Edukasi CERDIK dan PATUH



Gambar 4 Pembagian Leaflet

Edukasi tentang hipertensi memberikan manfaat signifikan dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat. Dengan informasi yang tepat mengenai penyebab, gejala, dan cara pencegahan hipertensi, masyarakat dapat lebih memahami pentingnya pola hidup sehat, seperti diet rendah garam, olahraga teratur, dan pengendalian berat badan (Pitayanti & Priyoto, 2021). Edukasi juga membantu individu mengenali tanda-tanda awal hipertensi dan mendorong mereka untuk rutin memeriksa tekanan darah. Dengan pengetahuan yang lebih baik, masyarakat dapat mengambil langkah-langkah preventif yang efektif, mengurangi risiko komplikasi serius seperti stroke dan penyakit jantung, dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan (Oktaviana & Rispawati, 2023).



Gambar 5 Grafik Gambaran Pengetahuan Masyarakat

Grafik menunjukkan bahwa Sebagian besar masyarakat memiliki pengetahuan yang kurang tentang hipertensi sebanyak 40% dan setelah diberikan edukasi pengetahuan masyarakat meningkat dengan pengetahuan baik sebanyak 88,5%. Hasil skrining tekanan darah menunjukkan bahwa Sebagian besar sasaran yang mengikuti kegiatan memiliki tekanan darah > 120 mmHg. Tekanan darah tinggi pada masyarakat disebabkan oleh berbagai faktor. Pola makan yang tinggi garam, lemak, dan kolesterol meningkatkan risiko hipertensi. Kurangnya aktivitas fisik dan gaya hidup sedentari juga berkontribusi. Obesitas, konsumsi alkohol berlebihan, dan merokok memperburuk kondisi ini. Faktor genetik dan riwayat keluarga dengan hipertensi juga memainkan peran penting. Stres kronis dan kurang tidur dapat memperburuk tekanan darah. Selain itu, penuaan meningkatkan risiko hipertensi karena elastisitas pembuluh darah menurun. Faktor sosio-ekonomi, seperti akses terbatas ke layanan kesehatan dan edukasi yang rendah tentang gaya hidup sehat, juga berkontribusi. Edukasi CERDIK dan PATUH memiliki dampak signifikan terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat dan perubahan perilaku terkait kesehatan.

CERDIK adalah singkatan dari Cek kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet sehat dengan kalori seimbang, Istirahat cukup, dan Kelola stres. PATUH terdiri dari Periksa kesehatan secara rutin, Atasi penyakit dengan pengobatan yang benar, Tetap diet sehat dengan gizi seimbang, Upayakan aktivitas fisik, dan Hindari rokok, alkohol, serta zat karsinogenik lainnya (Hidayatullah et al., 2023). Dengan edukasi CERDIK, masyarakat menjadi lebih sadar akan pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin dan perilaku hidup sehat, seperti berhenti merokok, berolahraga, dan mengelola stres. Program PATUH membantu individu yang sudah terdiagnosis penyakit kronis untuk mematuhi pengobatan dan menjaga gaya hidup sehat, sehingga mengurangi risiko komplikasi (Nuraisyah & Kusumo, 2021). Penerapan kedua program ini secara terpadu meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan tindakan preventif terhadap berbagai penyakit, terutama penyakit tidak menular seperti hipertensi dan diabetes, serta meningkatkan kualitas hidup masyarakat secara keseluruhan (Pitayanti & Priyoto, 2021).

SIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil kegiatan yang dikemukakan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan setelah dilakukan implementasi perilaku CERDIK dan PATUH melalui kegiatan edukasi hipertensi. Hal ini berarti edukasi perilaku CERDIK dan PATUH sebagai upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi pada masyarakat Kelurahan Kayamanya dinilai telah memenuhi indikator keberhasilan yang ditetapkan sebelumnya sehingga dinyatakan berhasil. Saran bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan pengabdian masyarakat tentang pentingnya menerapkan perilaku CERDIK dan PATUH tidak hanya dalam menanggulangi hipertensi. Namun juga dalam menanggulangi masalah kesehatan lainnya seperti diabetes melitus, obesitas, dan lainnya. Adapun saran lain bagi stakeholder setempat dapat menjadikan perilaku CERDIK dan PATUH sebagai bahasan paling utama dan penekanan kepada sasaran terkait dengan edukasi yang diberikan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih Kepada Lurah, Ketua RW dan Ketua RT Kelurahan Kayamanya yang telah memberikan dukungan sehingga kegiatan ini dapat terlaksana,

Kepada masyarakat Kelurahan Kayamanya dan semua pihak yang telah membantu sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, H., & Tumiwa, F. F. (2020). Edukasi Upaya Pencegahan Hipertensi pada Masyarakat di Kecamatan Passi Barat Kabupaten Bolaang Mongondow. *JPKMI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia)*, 1(3), 154–160. <https://www.icsejournal.com/index.php/JPKMI/article/view/61>
- Bratajaya, C., & Rejeki, G. (2020). *Jurnal Medika Cendikia. Hubungan Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Tentang Perawatan Hipertensi Pada Lansia Yang Menderita Hipertensi Di Johar Baru Jakarta Pusat*, 2(7), 87–93. <https://jurnalskhg.ac.id/index.php/medika/article/view/126>
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah. (2022). Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah. In *Profil kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah*. <https://dinkes.sultengprov.go.id/wp-content/uploads/2018/06/profil-kesehatan-tahun-2020.pdf>
- Hamria, Mien, & Saranani, M. (2020). Hubungan Pola Hidup Penderita Hipertensi Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Batalaiworu Kabupaten Muna. *Jurnal Keperawatan*, 4(1), 17–21. <https://stikesks-kendari.e-journal.id/JK/article/view/239>
- Hidayatullah, F., Hamim, N., & ... (2023). Pengaruh Penerapan Edukasi Patuh Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Poli Umum Puskesmas Jati Kota Probolinggo. *Jurnal Ilmu ...*, 244–254. <http://journal-mandiracendikia.com/index.php/JIK-MC/article/view/613>
- Leftungun, S. Y., Listriyani, A. S., Manenti, D. A., Sandya, F., Cahyani, I., Prawira, L. Y., Sopian, S. M., Alifiana, W., & Nina, N. (2023). Fasilitasi Kesehatan Pencegahan Hipertensi di Kampung Nangleng, Desa Lemah Duhur, Kabupaten Bogor. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas*, 2(3), 200–205. <https://doi.org/10.53801/jpmsk.v2i3.115>
- Mayasari, I. G. A. (2024). Strategi Komunikasi Petugas Promosi Kesehatan Dalam Mencegah Hipertensi Di Puskesmas Karang Taliwang. *Jurnal Intelek Dan Cendikiawan Nusantara*, 1(4), 955–964. <https://jicnusantara.com/index.php/jicn/article/view/123>
- Novitri, S. A., Saibi, Y., & Muhtaromah, M. (2021). Kajian Metode Peningkat Kepatuhan Pada Pasien Hipertensi: Telaah Literatur Sistematis. *Pharmaceutical and Biomedical Sciences Journal (PBSJ)*, 3(1), 17–30. <https://doi.org/10.15408/pbsj.v3i1.20357>
- Nuraisyah, F., & Kusumo, H. R. (2021). Edukasi Pencegahan dan Penanganan Hipertensi Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Pada Lansia. *BAKTI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 35–38. <https://doi.org/10.51135/baktivol1iss2pp35-38>
- Oktaria, M., Hardono, H., Wijayanto, W. P., & Amiruddin, I. (2023). Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Diet Hipertensi pada Lansia. *Jurnal Ilmu Medis Indonesia*, 2(2), 69–75. <https://doi.org/10.35912/jimi.v2i2.1512>
- Oktaviana, E., & Rispawati, B. H. (2023). Pengaruh Edukasi Terhadap Pengetahuan Pasien Hipertensi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(1), 153–158. <https://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP/article/view/1343>
- Pitayanti, A., & Priyoto. (2021). EDUKASI PERILAKU CERDIK DAN PATUH DALAM PENGENDALIAN HIPERTENSI. *Jurnal Bhakti Civitas Akademika*, IV(2), 15–22. <https://e-journal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/jbca/article/view/162>
- Purwono, J., Sari, R., Ratnasari, A., & Budianto, A. (2020). Pola Konsumsi Garam Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 5(1), 531–542. <https://doi.org/10.52822/jwk.v5i1.120>
- Rizalya, D., Ilmi, M. B., Renate, & Fauzi, C. (2022). Pencegahan Hipertensi Melalui Promosi Kesehatan di Wilayah Kerja Puskesmas Banjarmasin Indah Kota Banjarmasin. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 4(3), 361–366. <https://doi.org/10.36565/jak.v4i3.333>
- Sari, M. T., & Putri, M. E. (2023). Pengendalian dan Pencegahan Komplikasi Hipertensi pada Lansia Melalui Pendidikan Kesehatan Perilaku Patuh dan Teknik Relaksasi Otot Progresif. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 5(1), 145. <https://doi.org/10.36565/jak.v5i1.483>
- Sari, N., Dewi, L. A., Rafliansyah, R., Ramadani, A. B., Zainuddin, F. A., Marzuki, M. F., Syam,

- D. F., & Assyarifah, K. (2023). Penyuluhan Perilaku CERDIK dan PATUH sebagai Upaya Penanggulangan Hipertensi pada Lansia di Desa Tonasa, Takalar. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 1–10. <https://doi.org/10.33860/pjpm.v4i1.1295>
- Siagian, H. J., Alifariki, L. O., & Tukatman, T. (2021). Karakteristik Merokok Dan Tekanan Darah Pada Pria Usia 30-65 Tahun: Cross Sectional Study. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 7(1), 106–109. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol7.iss1.871>
- Sofyan, O., Wijaya, A., Azzahra, F., Rissa, M. M., Yulianto, D., & Sa'adah, H. (2022). Penyuluhan Pencegahan Hipertensi Dengan Cerdik. *Jurnal Bakti Untuk Negeri*, 2(2), 140–143. <https://e-jurnal.stikes-isfi.ac.id/index.php/JBN/article/view/1293>
- Tim Riskesdas. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Nasional. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes*. <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/>
- WHO. (2023). *Hipertensi*.
- Wibrata, D. A., Fadilah, N., Wijayanti, D., & Kholifah, S. N. (2023). Persepsi tentang Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Kepatuhan pada Klien Hipertensi. *Jl-KES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 6(2), 135–140. <https://doi.org/10.33006/jikes.v6i2.529>
- Widiyanto, A., Atmojo, J. T., Fajriah, A. S., Putri, S. I., & Akbar, P. S. (2020). Pendidikan Kesehatan Pencegahan Hipertensi. *Jurnalempathy.Com*, 1(2), 172–181. <https://doi.org/10.37341/jurnalempathy.v1i2.27>