

UPAYA PENCEGAHAN HIPERTENSI MELALUI PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN KESADARAN MASYARAKAT DI POSYANDU DESA BANYULEGI MOJOKERTO

Oleh:

Nirmala Azarin¹

Dini Setiyo Rini²

Siti Zahrotul Widad³

Hadi Ismanto⁴

Rohmatin Agustina⁵

Vembri Aulia Rahmi⁶

Universitas Muhammadiyah Gresik

Alamat: Jl. Sumatera No.101, Gn. Malang, Randuagung, Kec. Kebomas, Kabupaten
Gresik, Jawa Timur (61121).

Korespondensi Penulis: nirmalaazarin2019@gmail.com, dinisetiyorini7@gmail.com,
sitizahrotulwidad63@gmail.com, hadi_ismanto@umg.ac.id, rohmatin@umg.ac.id,
vembriaulia@umg.ac.id.

Abstract. *Non-communicable diseases (NCDs) are diseases that cannot be transmitted from one person to another. These types of diseases often do not cause symptoms or complaints, allowing them to develop slowly over a long period of time. Hypertension is a condition in which a person experiences an increase in blood pressure above the normal limit of 140/90 mmHg. According to the results of the 2023 Indonesian Health Survey (SKI), approximately 30.8% of Indonesian adults aged ≥ 18 years suffer from hypertension based on blood pressure checks. Based on available data, 152 people, or approximately 5.1% of the total population of 2,971, suffer from hypertension, with 125 female patients and 27 male patients. The purpose of this activity was to increase public knowledge and awareness about hypertension. The method used was counseling about hypertension, targeting elderly people aged 40-80 years. The activity was carried out at*

UPAYA PENCEGAHAN HIPERTENSI MELALUI PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN KESADARAN MASYARAKAT DI POSYANDU DESA BANYULEGI MOJOKERTO

the Posyandu (integrated health service post) and consisted of health screening, anti-hypertension exercises, leaflet distribution, and hypertension counseling. The results showed that the percentage of community knowledge at the health post after the education session using leaflets increased by 100% of all respondents present. Through this education activity, it is hoped that the elderly will be able to recognize the risks and understand the necessary preventive measures, thereby reducing the potential for further health problems.

Keywords: *Hypertension, Prevention Strategies, Increasing Knowledge, Elderly.*

Abstrak. Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan jenis penyakit yang tidak bisa ditularkan oleh penderita ke orang lain. Jenis penyakit ini seringkali tidak menimbulkan gejala dan keluhan sehingga dapat berkembang secara perlahan dalam jangka waktu yang lama. Hipertensi adalah suatu keadaan seseorang mengalami peningkatan tekanan darah melebihi batas normal yaitu lebih dari 140/90 mmHg. Menurut hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, sekitar 30,8% orang dewasa Indonesia berusia ≥ 18 tahun menderita hipertensi berdasarkan pemeriksaan tekanan darah. Berdasarkan data yang ada, sebanyak 152 orang dimana sekitar 5,1% dari total 2.971 penduduk mengidap hipertensi dengan 125 penderita perempuan dan 27 penderita laki-laki. Tujuan dari kegiatan ini untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai penyakit hipertensi. Metode yang digunakan adalah penyuluhan mengenai penyakit hipertensi dengan sasaran lansia usia 40-80 tahun. Pelaksanaan dilakukan di Posyandu dengan kegiatan berupa *skrining* kesehatan, senam anti hipertensi, penyebaran *leaflet*, dan penyuluhan hipertensi. Hasil presentase tingkat pengetahuan masyarakat di posyandu setelah dilakukan penyuluhan menggunakan media *leaflet* meningkat sebesar 100% dari seluruh jumlah responden yang hadir. Melalui kegiatan penyuluhan ini, diharapkan seluruh lansia mampu mengenali risiko sekaligus memahami upaya pencegahan yang diperlukan, sehingga dapat menurunkan potensi terjadinya masalah kesehatan lebih lanjut.

Kata Kunci: Hipertensi, Upaya Pencegahan, Peningkatan Pengetahuan, Lansia.

LATAR BELAKANG

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan jenis penyakit yang tidak bisa ditularkan oleh penderita ke orang lain. Jenis penyakit ini seringkali tidak menimbulkan gejala dan keluhan sehingga dapat berkembang secara perlahan dalam jangka waktu yang lama. Kondisi tersebut menyebabkan PTM terdeteksi pada tahap lanjut yang mengakibatkan kecacatan dan kematian. Data WHO menunjukkan bahwa dari 43 juta kematian yang terjadi di dunia pada tahun 2021, setara dengan 75% dari kematian yang tidak terkait pandemi secara global. Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang saat ini baik prevalensi dan insiden mengalami peningkatan terutama pada kelompok lanjut usia serta dikenal dengan penyakit “*Silent killer*” (Kemenkes RI, 2019). Prevalensi hipertensi di seluruh dunia menunjukkan angka yang signifikan. Berdasarkan data WHO mencapai 22% dari total populasi dunia tahun 2020. Sekitar 80% kenaikan kasus hipertensi terutama di negara berkembang tahun 2025 dari sejumlah 639 juta kasus di tahun 2000, diperkirakan menjadi 1,5 milyar di tahun 2025. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, sekitar 30,8% orang dewasa Indonesia berusia ≥ 18 tahun menderita hipertensi berdasarkan pemeriksaan tekanan darah.

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah sistolik >140 mmHg dan tekanan darah diastolik >90 mmHg. Peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam jangka waktu yang lama dapat mengakibatkan kerusakan pada organ-organ seperti jantung, ginjal, dan otak. Menurut WHO, Hipertensi menjadi salah satu kontributor utama penyakit jantung dan stroke. Adapun beberapa faktor penyebab terjadinya hipertensi yang dibagi dalam dua kelompok, yaitu faktor yang tidak dapat diubah seperti umur, jenis kelamin, genetik dan faktor yang dapat diubah seperti pola makan, kurangnya aktivitas fisik, merokok dan lain-lain. Secara umum, hipertensi memiliki kaitan erat dengan gaya hidup. Gaya hidup setiap individu yang mengabaikan kesehatan memicu terkena penyakit hipertensi.

Desa Banyulegi adalah desa di wilayah Kecamatan Dawarblandong, Kabupaten Mojokerto, Provinsi Jawa Timur. Desa Banyulegi memiliki 4 dusun yaitu Dusun Banyulegi, Dusun Ngarus, Dusun Balong, dan Dusun Glagah yang juga merupakan pusat pemerintahan desa dimana kantor balai desa berdiri di dusun ini. Saat ini jumlah penduduk desa banyulegi 2971 orang, terdiri dari 1461 laki-laki dan 1511 perempuan. Masyarakat desa banyulegi pada umumnya masih memiliki pengetahuan yang terbatas

UPAYA PENCEGAHAN HIPERTENSI MELALUI PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN KESADARAN MASYARAKAT DI POSYANDU DESA BANYULEGI MOJOKERTO

mengenai faktor risiko serta upaya pencegahan hipertensi. Berdasarkan hasil observasi dengan bidan desa, menunjukkan prevalensi penyakit tertinggi di desa banyulegi adalah hipertensi. Sebelum adanya edukasi yang dilakukan oleh mahasiswa KKN, kesadaran masyarakat masih tergolong rendah untuk melakukan pemeriksaan secara rutin dan kurangnya pemahaman tentang pola hidup sehat, sehingga menjadi tantangan utama dalam menekan angka hipertensi. Peran tenaga kesehatan dan kader kesehatan sangat diperlukan dalam hal penyuluhan kesehatan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat khususnya pada lansia.

Penyuluhan ini diharapkan dapat membantu lansia mengikuti anjuran pencegahan hipertensi agar tekanan darah dapat dikontrol untuk menghindari terjadinya komplikasi. Beberapa masyarakat Desa Banyulegi menderita penyakit hipertensi, namun akses terhadap informasi masih terbatas, sehingga masih banyak yang tidak tahu cara mencegah dan mengatasi penyakit hipertensi. Oleh karena itu, mahasiswa KKN melaksanakan suatu program kerja berupa penyuluhan terkait penyakit hipertensi. Artikel ini bertujuan untuk menjelaskan pentingnya pencegahan hipertensi melalui peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat melalui Posyandu, serta menekan peran Posyandu sebagai pusat edukasi dan deteksi dini.

KAJIAN TEORITIS

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg. Penyakit ini sering disebut sebagai *silent killer* karena sering tidak menimbulkan gejala namun dapat menyebabkan komplikasi yang serius, seperti penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal. Faktor resiko hipertensi terdiri dari faktor yang tidak dapat diubah seperti usia, jenis kelamin, dan genetik serta faktor yang dapat diubah seperti pola makan, aktivitas fisik, merokok, dan stres.

Pengetahuan masyarakat merupakan faktor penting dalam upaya pencegahan hipertensi. Individu yang memiliki pengetahuan yang baik tentang hipertensi cenderung lebih sadar untuk menerapkan pola hidup sehat dan melakukan pemeriksaan secara rutin. Oleh karena itu, penyuluhan kesehatan menjadi salah satu bentuk promosi kesehatan yang dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pencegahan hipertensi. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan

efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat. Penelitian Astutiatmaja et al. (2022) dan Hamzah et al. (2022) menyatakan bahwa edukasi kesehatan melalui kegiatan penyuluhan dapat meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai faktor risiko, pencegahan, serta pengendalian hipertensi sehingga dapat mendorong perubahan perilaku menuju pola hidup sehat.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan ini adalah berupa penyuluhan. Penyuluhan ini dilaksanakan di Desa Banyulegi pada tanggal 11 Februari 2026. Terdiri dari 45 orang yang berpartisipasi dalam kegiatan posyandu lansia. Sebelum dilaksanakan penyuluhan, telah dilakukan observasi terkait tingginya penyakit hipertensi di desa tersebut. Pengumpulan data pengetahuan dilakukan dengan pembagian *post test* sebelum penyuluhan dan *pre test* setelah penyuluhan untuk mengetahui tingkat pemahaman masyarakat mengenai penyakit hipertensi. Adapun tahap pelaksanaan dari kegiatan ini sebagai berikut:

1. Pengisian soal *pre test* menggunakan kertas sebagai pengukuran pengetahuan sebelum dilakukan penyuluhan
2. Pengecekan tekanan darah tinggi pada setiap lansia
3. Senam anti hipertensi yang diikuti oleh lansia untuk menurunkan tekanan darah tinggi
4. Penyuluhan materi hipertensi menggunakan media *leaflet* dan dibagikan kepada seluruh lansia
5. Pengisian *post test* untuk mengetahui pemahaman lansia setelah dilakukan penyuluhan
6. Sesi tanya jawab dan diskusi
7. Demo masak anti hipertensi dari program studi teknologi pangan

UPAYA PENCEGAHAN HIPERTENSI MELALUI PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN KESADARAN MASYARAKAT DI POSYANDU DESA BANYULEGI MOJOKERTO

Adapun bentuk *leaflet* yang digunakan dapat dilihat pada gambar 1.

Gambar 1. *Leaflet* Penyuluhan Hipertensi



Adapun klasifikasi tingkat pengetahuan dan klasifikasi tekanan darah berdasarkan referensi yang sudah ada dan sudah baku.

Tabel 1. Klasifikasi tingkat pengetahuan

Kategori	Nilai
Kurang	Kurang dari 60%
Cukup	60-75%
Baik	Lebih dari 76-100%

Tabel 2. Klasifikasi tekanan darah

Kategori	TDS (mmHg)	TTD (mmHg)
Normal	<120	<80
Pra Hipertensi	120-139	80-89
Hipertensi tkt. 1	140-159	90-99
Hipertensi tkt. 2	>160	>100

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul “Upaya Pencegahan Hipertensi Melalui Peningkatan Pengetahuan Dan Kesadaran Masyarakat Di Posyandu Desa Banyulegi Mojokerto”. Kegiatan penyuluhan mengenai hipertensi ini dilaksanakan di posyandu Desa Banyulegi, pada tanggal 11 Februari 2026 dengan sasaran lansia. Kegiatan ini dihadiri oleh 45 lansia. Melalui kegiatan ini diharapkan masyarakat mampu meningkatkan pengetahuan tentang penyakit hipertensi, meliputi tanda-tanda, gejala, penyebab, dampak, pencegahan dan pengobatan sebagai bentuk pengendalian penyakit hipertensi di Desa Banyulegi.

Tahapan kegiatan dilaksanakan mencakup:

1. Perencanaan

Observasi dilakukan sebelumnya, melalui bidan desa dan perawat mengenai prevalensi 10 penyakit tertinggi yang ada di Desa Banyulegi. Ditemukan bahwa hipertensi ini merupakan penyakit dengan prevalensi tertinggi yang terus meningkat dengan jumlah penderita sebanyak 152 orang dengan 125 penderita perempuan dan 27 penderita laki-laki. Dengan dukungan dan izin dari bidan desa beserta kader posyandu, kami melaksanakan kegiatan penyuluhan tentang pencegahan hipertensi melalui peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat.

2. Implementasi Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan skrining kesehatan berupa cek tekanan darah pada seluruh lansia. Tahap ini bertujuan untuk memperoleh gambaran awal terkait kondisi kesehatan lansia. Sehingga dapat menjadi dasar dalam penentuan relevansi terhadap intervensi yang di berikan. Setelah kegiatan skrining kesehatan, dilakukan senam anti hipertensi bersama yang di pandu oleh mahasiswa. Senam ini memperkenalkan aktivitas fisik sederhana dan diharapkan membantu menurunkan tekanan darah.

Gambar 2. Skrining



Gambar 3. Senam anti hipertensi



UPAYA PENCEGAHAN HIPERTENSI MELALUI PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN KESADARAN MASYARAKAT DI POSYANDU DESA BANYULEGI MOJOKERTO

Penyuluhan kesehatan terkait hipertensi diberikan melalui media *leaflet*, media ini efektif karena mampu menjangkau secara luas serta informasi di dalamnya dapat dibaca berulang kali sehingga memudahkan pemahaman dan memperkuat pesan yang ada (Kadrianti et al., 2021). Topik yang disampaikan berfokus pada pencegahan yang meliputi definisi, kategori, gejala, penyebab, faktor risiko, komplikasi, dan penanganan. penyuluhan ini tidak hanya dilakukan satu arah, adanya sesi diskusi dan tanya jawab. Selain memberikan informasi, penyuluhan dilakukan untuk mendorong masyarakat menerapkan perilaku pola hidup sehat, seperti mengurangi konsumsi garam, memperbanyak aktivitas fisik ringan, dan mengelola stress. Setelah dilakukan penyuluhan dilanjut dengan demo masak pembuatan tape pisang anti hipertensi yang dilakukan oleh teknologi pangan.

Gambar 4. Pemaparan Materi



Gambar 5. Pemberian Tape Pisang



3. Evaluasi

Pada awal dan akhir kegiatan dilakukan *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur pengetahuan lansia di posyandu sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan, dengan hasil berikut:

Tabel 3. Distribusi pengetahuan lansia berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test*

Variabel	Test			
	Pre-test		Post-test	
Pengetahuan	n	%	n	%
Baik	6	55%	11	100%
Cukup	3	27%	0	0%

Kurang	2	18%	0	0%
--------	---	-----	---	----

Pada tabel di atas menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan antara nilai *pre-test* dan nilai *post-test*, dimana ini menunjukkan penyuluhan yang diberikan telah efektif.

Tabel 4. Analisa deskriptif pengetahuan lansia berdasarkan *pre-test* dan *post-test*

Deskripsi	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
Mean	7,2	9,7
Median	8	10
Modus	8	10

Hasil dari tabel diatas menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata antara *pre-test* dan *post-test* dengan nilai rata-rata *pre-test* 7,2 dan *post-test* 9,7. Pada median dan modus menunjukkan bahwa nilai antara *pre-test* dan *post-test* sudah stabil.

Tabel 5. Klasifikasi hasil pemeriksaan tekanan darah

Kategori Hipertensi	<i>f</i>	%
Normal	15	33%
Pra-Hipertensi	18	40%
Hipertensi tkt. 1	7	16%
Hipertensi tkt. 2	5	11%

Berdasarkan klasifikasi hasil pemeriksaan tekanan darah lansia menunjukkan bahwa lansia yang memiliki kategori normal (<120/80 mmHg) sebanyak 15 lansia, kategori pra-hipertensi (120/80-139/89 mmHg) sebanyak 18 lansia, kategori hipertensi tingkat 1 (140/90-159/99 mmHg) sebanyak 7 lansia, dan kategori hipertensi tingkat 2 (>160/100 mmHg) sebanyak 5 lansia.

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan penyuluhan, diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan mengenai hipertensi. Selain itu, lansia juga diharapkan mampu memahami cara pencegahan hipertensi serta menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari sesuai dengan materi yang telah diberikan. Dalam kegiatan ini peningkatan pengetahuan lansia tentang pencegahan hipertensi penting untuk dilakukan secara rutin saat kegiatan posyandu di desa banyulegi sebagai salah satu upaya promosi

UPAYA PENCEGAHAN HIPERTENSI MELALUI PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN KESADARAN MASYARAKAT DI POSYANDU DESA BANYULEGI MOJOKERTO

kesehatan. Tingkat pengetahuan seseorang yang baik mengenai hipertensi akan mempermudah terjadinya perubahan perilaku, baik bagi penderita hipertensi maupun orang yang tidak menderita hipertensi untuk menjaga kesehatannya agar angka kejadian hipertensi dapat menurun (Hamzah et al., 2022).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil identifikasi masalah kesehatan yang dilakukan selama kegiatan KKN di Desa Banyulegi, dapat disimpulkan bahwa penyakit dengan prevalensi tertinggi di masyarakat adalah hipertensi. Untuk mengatasi permasalahan tersebut, dilakukan intervensi berupa kegiatan penyuluhan kesehatan mengenai hipertensi dengan menggunakan media leaflet sebagai sarana edukasi kepada masyarakat. Hasil kegiatan penyuluhan menunjukkan bahwa pemberian edukasi melalui leaflet cukup efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi, meliputi faktor risiko, pencegahan, dan cara pengendaliannya. Selain itu, kegiatan ini juga mampu meningkatkan kesadaran masyarakat untuk menerapkan pola hidup sehat serta mendorong masyarakat untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin.

Dengan adanya kegiatan penyuluhan kesehatan ini, diharapkan masyarakat Desa Banyulegi dapat lebih memahami pentingnya menjaga kesehatan serta melakukan upaya pencegahan terhadap hipertensi sehingga kualitas kesehatan masyarakat dapat meningkat. Saran untuk kegiatan penyuluhan selanjutnya adalah perlunya peningkatan kapasitas kader kesehatan dalam melaksanakan edukasi secara lebih interaktif agar informasi yang disampaikan dapat lebih mudah dipahami oleh masyarakat. Dengan metode edukasi yang lebih interaktif, diharapkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat terhadap pencegahan serta pengendalian hipertensi dapat terus meningkat.

DAFTAR REFERENSI

- Adis Setianingsih, A. N. (2024). Penyuluhan Hipertensi Pada Pra-Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Taktakan Kota Serang. *Jurnal Pengabdian Dan Pengembangan Masyarakat Indonesia*, 44-48.
- Arif Hidayatullah, E. R. (2023). Edukasi Kegawatdaruratan Hipertensi Dalam Meningkatkan Pengetahuan Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Mengabdi Masyarakat Mengabdi Nusantara*, 175-182.
- Astutiati, M. A., et. all. (2022). *Penyuluhan Hipertensi Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Pencegahan Hipertensi di Posyandu Purbosari 5 Desa Purbaya Kabupaten Sukoharjo*. Prosiding National Conference On Health Science (NCoHS), Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Avicena Sakufa Marsanti, E. A. (2025). Penyuluhan Hipertensi Dengan Cerdik Di Posyandu Lansia Dusun Wonosari Desa Pancol. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 25-30.
- Berta Afriani, R. C. (2023). Analisis Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Gawat Darurat*, 1-7.
- Edy Bachrun, R. R. (2023). Pengabdian Kepada Masyarakat Tentang Penyakit Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Judimas)*, 1-6.
- Erna Kadrianti, J. H (2021). Peningkatan Pengetahuan Tentang Hipertensi Kepada Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 433-439.
- Fadyla Amanda, R. Z. (2024). Farmakoterapi Hipertensi Pada Lansia. *Sains Medisina*, 164-168.
- Fauziatul Riyada, S. A. (2024). Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Resiko Hipertensi Pada Lansia. *Scientific Journal*, 27-46.
- Fia Fitrihanah, E. A. (2023). Penyuluhan Hipertensi Dan Pemeriksaan Tekanan Darah Pada Remaja. *Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 6-10.
- Gati, N. W. (2023). Gambaran Aktivitas Fisik Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Posyandu Lansia Jalakan Hargosari. *Asjn (Aisyiyah Surakarta Journal Of Nursing)*, 22-27.
- Ikit Netra Wirakhmi, I. P. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Hipertensi Pada Lanjut Usia Di Puskesmas Kutasari. *Jukmas (Jurnal Untuk Masyarakat Sehat)*, 61-67.

UPAYA PENCEGAHAN HIPERTENSI MELALUI PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN KESADARAN MASYARAKAT DI POSYANDU DESA BANYULEGI MOJOKERTO

- Ildsia Maulidya, H. F. (2024). Peningkatan Pengetahuan Lansia Tentang Hipertensi Melalui Kegiatan Penyuluhan Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (Kkn) Di Dusun Kalipetir Lor. Margosari, Pengasih, Kulon Progo, Diy. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2001-2008.
- Khilwa Maulidah, N. N. (2022). Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Dengan Upaya Pengendalian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Cikampek Kabupaten Karawang. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 484-494.
- Lina Safarina, N. F. (2022). Senam Lansia Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Silampari* , 2597-7482.
- Maksuk, Y. (2023). Edukasi Dan Senam Lansia sebagai Upaya Pencegahan Dan Pengendalian Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 733-740.
- Meilina Oktaria, H. H. (2023). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Diet Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Ilmu Medis Indonesia*, 69-75.
- Muhammad Zulfikar Ardiyansyah, E. W. (2024). Hubungan kebisingan dan Karakteristik Individu dengan kejadian Hipertensi Pada Pekerja *Rigid Packaging*. *HIGEIA Journal*, 141-151.
- Ni'ma Honest Setyaningrum, S. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Hipertensi Pada Lansia: Scoping Review. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1790-1800.
- Rahajeng Win Martani, G. K. (2022). Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Tekanan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 83-87.
- Rea Ariyanti, I. A. (2020). Edukasi Kesehatan Dalam Upaya Pencegahan Dan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 74-82.
- Sarah Patumono Manalu, N. H. (2023). Penyuluhan Hipertensi Di Desa Perkebunan Tanjung Kasau Kabupaten Batu Bara. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1430-1436.
- Silvianah, A. &. (2024). Hubungan Kepatuhan Minum Obat Hipertensi Dengan Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Di Posyandu Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 52-61.

- St. Rahmawati Hamzah, S. N. (2022). Upaya Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi Melalui Metode Penyuluhan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 7-13.
- Suliyati, A. S. (2024). Kegiatan Penyuluhan Mengenai Penyakit Hipertensi Dan Cek Kesehatan Di Kampung Bulak Kecamatan Ciputat Timur Kota Tangerang Selatan. *Jurnal Seminar Nasional*, 2-9.
- Tiffani Tantina Lubis, S. B. (2023). Meningkatkan Pemahaman Dan Edukasi Mengenai Gejala Hipertensi Pada Masyarakat Di Desa Cinta Rakyat Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Tahun 2023. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1-3.
- Umah, K. Z. (2023). Penyuluhan Hipertensi Pada Lansia Sebagai Upaya Mencegah Dan Pengendalian Hipertensi Di Posyandu Lansia Di Desa Suci Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Nusantara*, 132–136.
- Watung, G. I. (2024). Penatalaksanaan Hipertensi Pada Lansia Di Desa Modayag. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 26-33.
- Yuniar Dwi Prastika, N. S. (2021). Faktor Risiko Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi. *Indonesian Journal Of Public Health And Nutrition*, 407-419.