

Pemeriksaan dan Pendidikan Kesehatan Hipertensi Kepada Lansia di Dusun Bangkel

Zahrotun Bunga Kharisma
Universitas Respati Yogyakarta
19130069@respati.ac.id

ABSTRAK

Lansia lebih memiliki risiko atau memungkinkan untuk mengalami berbagai penyakit khususnya penyakit degeneratif jika dibandingkan dengan usia muda. Hipertensi atau tekanan darah tinggi dapat mengalami resiko kesakitan (morbiditas) bahkan kematian (mortalitas). Di dusun Bangkel banyak lansia yang kurang pengetahuan kesehatan seperti pola hidup yang tidak sehat makan makanan yang tinggi garam sehingga terjadi masalah hipertensi. Tujuan dilakukan pemeriksaan tekanan darah dan pendidikan kesehatan adalah meningkatkan status kesehatan dan menambah wawasan pada lansia. Metode pelaksanaan kegiatan ini adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang penyakit hipertensi mulai dari definisi, etiologi, manifestasi klinis, pencegahan dan penatalaksanaan serta melakukan pengecekan tekanan darah kepada sasaran 12 orang lansia. Hasil dari kegiatan pemeriksaan tekanan darah di dusun Bangkel ini yaitu menunjukkan 66% lansia dengan tekanan darah tinggi. 17% lansia dengan tekanan darah normal, dan 17% lansia dengan tekanan darah rendah. Setelah diberikan pendidikan kesehatan serta evaluasi lansia bisa menjawab soal yang diberikan dan pengetahuan lansia sudah lebih baik dan bisa memahami terkait pengertian hipertensi, tanda dan gejala hipertensi, dan penyebab dari hipertensi. Disarankan kepada lansia diatas 60-65 tahun yang menderita hipertensi untuk melakukan pengontrolan tekanan darah secara rutin dan untuk yang tidak mengalami hipertensi diharapkan bisa mencegah penyakit hipertensi.

Kata kunci: Hipertensi; Pendidikan Kesehatan; Lansia

ABSTRACT

The elderly are more at risk or likely to experience various diseases, especially degenerative diseases when compared to young people. Hypertension or high blood pressure can experience a risk of illness (morbidty) and even death (mortality). In Bangkel hamlet, there are many elderly people who lack health knowledge, such as an unhealthy lifestyle, eating foods that are high in salt, which causes hypertension. The purpose of blood pressure checks and health education is to improve health status and add insight to the elderly. The method of carrying out this activity is to provide health education about hypertension starting from the definition, etiology, clinical manifestations, prevention and management as well as checking blood pressure to a target of 12 elderly people. The results of the blood pressure check in Bangkel village showed that 66% of the elderly had high blood pressure. 17% of the elderly with normal blood pressure, and 17% of the elderly with low blood pressure. After being given health education and evaluation, the elderly can answer the questions given and the knowledge of the elderly is better and they can understand the meaning of hypertension, the signs and symptoms of hypertension, and the causes of hypertension. It is recommended for the elderly over 60-65 years who suffer from hypertension to carry out routine blood pressure control and for those who do not experience hypertension it is hoped that this can prevent hypertension.

Keywords: Hypertension; Health Education; Elderly

1. PENDAHULUAN

Komposisi penduduk tua bertambah dengan pesat baik di negara maju maupun negara berkembang, hal ini disebabkan oleh penurunan angka fertilitas (kelahiran) dan mortalitas (kematian), serta peningkatan angka harapan hidup (*life expectancy*), yang mengubah struktur penduduk secara keseluruhan. Proses terjadinya penuaan penduduk dipengaruhi oleh beberapa faktor, misalnya: peningkatan gizi, sanitasi, pelayanan kesehatan, hingga kemajuan tingkat pendidikan dan sosial ekonomi yang semakin baik. Secara global populasi lansia diprediksi terus mengalami peningkatan.

Lansia atau lanjut usia adalah seseorang yang berusia 60 tahun keatas [1]. Lansia lebih memiliki risiko atau memungkinkan untuk mengalami berbagai penyakit khususnya penyakit degeneratif jika dibandingkan dengan usia muda. Penyakit degeneratif merupakan penyakit kronik menahun yang banyak mempengaruhi kualitas hidup serta produktivitas seseorang [2]. Salah satu penyakit degeneratif pada lansia yang sering timbul tanpa gejala adalah hipertensi [3]

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan sebuah kondisi medis dimana orang yang tekanan darahnya meningkat diatas normal yaitu 140/90 mmHg dan dapat mengalami resiko kesakitan (morbiditas) bahkan kematian (mortalitas). Penyakit hipertensi sering disebut sebagai “silent killer” karena bisa muncul tanpa gejala atau tanda-tanda peringatan, sehingga banyak yang tidak menyadarinya [4]

Menurut data WHO, di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% orang di seluruh dunia mengidap hipertensi, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025. Dari 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di negara maju dan 639 sisanya berada di negara berkembang, termasuk Indonesia (Yonata, 2016). Penyakit terbanyak pada usia lanjut berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 adalah hipertensi. dengan prevalensi 45,9% pada usia 55-64 tahun, 57,6% pada usia 65,74% dan 63,8% pada usia ≥ 75 tahun [1].

Lokasi Kegiatan pengabdian Mahasiswa UNRIYO Tahun 2022 ini dilaksanakan di Dusun Bangkel, Daerah Istimewa Yogyakarta. Adanya Kegiatan pengabdian diatas berlangsung pada tanggal 21 Juni 2022 sampai dengan 08 Juli 2022. Setelah observasi di dapatkan beberapa masalah kesehatan di dusun Bangkel khususnya pada lansia, data ini di dapat pada saat lansia dimintai untuk mengerjakan pretest terkait hipertensi dan hasilnya masih banyak lansia yang belum mengetahui tentang hipertensi. Maka dari itu akan dilakukan pemeriksaan tekanan darah serta pendidikan kesehatan sebagai upaya pencegahan hipertensi.

2. PERMASALAHAN MITRA

Kader lansia mengatakan bahwa posyandu lansia tidak lagi berjalan karena adanya pandemi COVID-19 dengan hal ini kader kurang memantau kesehatan lansia karena tidak ada lagi pemeriksaan kesehatan dan pendidikan kesehatan kepada lansia sehingga banyak lansia yang belum paham tentang pengetahuan kesehatan. Masalah kesehatan yang sering dialami pada lansia di dusun Bangkel ini yaitu hipertensi. Banyak di kalangan lansia mengeluh tentang kesehatannya, maka dari itu program yang akan dilaksanakan adalah pemeriksaan tekanan darah dan memberikan pendidikan kesehatan terkait hipertensi kepada lansia di dusun Bangkel. Data yang di dapatkan dari kader lansia yaitu sebanyak 53 lansia di dusun Bangkel.

3. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan program kerja ini dilakukan dengan 3 tahap. Tahap pertama yakni persiapan. Tahap kedua yakni pelaksanaan. Pada tahap persiapan dilakukan perijinan dan pendataan masyarakat dusun Bangkel. Tahap yang ke 3 yaitu pelaksanaan kegiatan program kerja.

1. Metode Pendekatan

Program kerja individu yang dilaksanakan untuk mengajak warga khususnya lansia di Padukuhan Bangkel dengan mengadakan pemeriksaan tekanan darah kepada masyarakat serta memberikan pendidikan kesehatan terkait hipertensi merupakan dengan tujuan untuk memantau kesehatan lansia dan juga untuk mengetahui berapa lansia yang mengalami hipertensi.

2. Metode Pelaksanaan

No	Kegiatan	Waktu
1.	Pembukaan (Salam dan meminta izin)	1 menit
2.	Orientasi (memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan)	1 menit
1.	Melakukan program kerja (pemeriksaan tekanan darah)	2 menit
2.	Mengerjakan pre test	5 menit
3.	Pendidikan kesehatan mengenai hipertensi	5 menit
4.	Mengerjakan post test	5 menit
5.	Penutup (Salam pamit dan berterima kasih)	1 menit

Program kerja individu yang dilaksanakan pada hari Selasa, 28 Juni 2022 dan Rabu, 29 Juni 2022. Mengkonfirmasi kepada Bapak dan Ibu dukuh mengenai program kerja tersebut dan dilaksanakan secara door to door ke rumah lansia. Data yang kami ambil lansia usia 60-65 tahun dengan sampel 12 orang karena keterbatasan waktu yang ditentukan dan juga posyandu lansia belum berjalan akibat pandemi. Lalu melakukan pengecekan tekanan darah dan pendidikan kesehatan dengan membagikan leaflet yang berisi pengertian hipertensi, tanda dan gejala, faktor penyebab, dan penatalaksanaan hipertensi.

Kontribusi Partisipasi Masyarakat Desa

Pelaksanaan program kerja individu ini diikuti warga Padukuhann Bangkel khususnya lansia dan para kader. Kontribusi kader dengan memberikan data data lansia yang berusia 60-65 tahun serta memimpin atau mengarahkan ke rumah lansia yang akan dilakukan pemeriksaan.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pengecekan Tekanan Darah Pada Lansia Di Dusun Bangkel

Kegiatan ini dilakukan guna mengetahui dan skrining tekanan darah pada lansia di Dusun Bangkel yang dilaksanakan pada hari Selasa, 28 Juni 2022 dan Rabu, 29 Juni 2022. Diharapkan dapat menjadi acuan dan digunakan dalam penentuan kualitas kesehatan, khususnya dalam hal tekanan darah di dusun tersebut.

Tabel 1. Hasil pemeriksaan tekanan darah didusun Bangkel.

No	Kategori	Nilai	Total
1.	Hipertensi	66%	100%
2.	Hipotensi	17%	
3.	Normal	17%	

Diketahui dalam pengecekan tekanan darah dari sampel 12 lansia di dusun Bangkel terdapat 8 lansia yang mengalami tekanan darah tinggi atau hipertensi, 2 lansia yang mengalami hipotensi atau tekanan darah tinggi, dan 2 lansia yang memiliki tekanan darah normal.

Dalam kasus hipertensi jantung memompakan darah lebih kuat maka aliran darah akan besar melalui arteri. Arteri akan kehilangan kelenturannya sehingga dapat meningkatkan tekanan darah. Penyebab lain lansia mengalami hipertensi belum bisa mengatur pola makan, seperti makan dengan tinggi garam, dan masih takut untuk memeriksakan kesehatannya ke fasilitas kesehatan yang dengan alasan pandemi COVID-19. Namun tidak menutup kemungkinan lansia bisa mengalami hipotensi [5]



Gambar 1. Kegiatan Skrining dan Edukasi Tekanan Darah Kepada Lansia

Hipotensi terjadi jika terdapat ketidakseimbangan antara kapasitas vaskuler dan volume darah atau jika jantung terlalu lemah untuk menghasilkan tekanan yang dapat mendorong darah. Salah satu faktor penyebab hipotensi pada lansia yaitu faktor usia dan kurangnya darah dan hemoglobin dalam tubuh juga rendah, kurangnya nutrisi yang masuk ke dalam tubuh serta mengalami dehidrasi [6]

Hipertensi sekunder merupakan hipertensi yang penyebabnya dapat diketahui, sering berhubungan dengan beberapa penyakit misalnya ginjal, jantung koroner dan diabetes, kelainan sistem saraf pusat. Penyebab hipertensi primer adalah gangguan emosi, obesitas, konsumsi alkohol yang berlebihan, kopi, obat-obatan, faktor keturunan. Umumnya gejala baru terlihat setelah terjadinya komplikasi. Komplikasi yang terjadi apabila tekanan darah tinggi tidak diobati dan ditanggulangi, maka dalam jangka panjang akan menyebabkan kerusakan arteri didalam tubuh sampai organ yang mendapat suplai darah dari arteri tersebut. Komplikasi hipertensi dapat terjadi pada organ jantung, otak, ginjal dan mata, sehingga dapat mengakibatkan gagal jantung, resiko stroke, kerusakan pada ginjal dan kebutaan [7].

Manifestasi klinis hipertensi urgensi antara lain: meningkatnya tekanan darah, sakit kepala yang parah, kecemasan, sesak napas. Sedangkan manifestasi klinis dari hipertensi emergensi yaitu terdapat kerusakan organ, misalnya perubahan status mental seperti pada ensefalopati, stroke, gagal jantung, angina, edema paru, serangan jantung, aneurisma, eklampsi [8].

Untuk pencegahan dan manajemen hipertensi dengan prinsip banyak mengkonsumsi buah dan sayuran, susu rendah lemak dan hasil olahannya serta kacang-kacangan. Pencegahan sebenarnya merupakan bagian dari pengobatan hipertensi karena mampu memutuskan mata rantai penatalaksanaan hipertensi dan komplikasinya [9]. Modifikasi gaya hidup juga mengharuskan pasien untuk dapat membaca label makanan dan memilih makanan sehat. Literasi kesehatan adalah kemampuan membaca, menulis, dan memahami informasi yang berkaitan dengan kesehatan dalam hal ini khususnya informasi yang berkaitan dengan manajemen dan pengendalian hipertensi [10].

Rekomendasi manajemen hipertensi menurut Canadian Hypertension Education Program (2014) yaitu: modifikasi perilaku hidup sehat, kurangi berat badan, kurangi konsumsi alkohol, manajemen diet, pembatasan sodium, diet kalsium dan magnesium, dan menghindari stress [11]. Manajemen diri hipertensi diharapkan untuk meningkatkan pengetahuan lansia tpada penyakit

hipertensi, memperbaiki sikap dan kepatuhan pengobatan penyakitnya. Semuanya bisa diterapkan dengan cara pemberian edukasi pada penderita hipertensi yang bertujuan mengurangi tekanan darah dan faktor-faktor resiko terjadinya hipertensi [12].

Peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam jangka waktu lama (persisten) dapat menimbulkan kerusakan pada ginjal (gagal ginjal), jantung (penyakit jantung koroner) dan otak (menyebabkan stroke) bila tidak dideteksi secara dini dan mendapat pengobatan yang memadai. Penyakit hipertensi dapat menyebabkan berbagai komplikasi. Hipertensi mencetuskan timbulnya plak aterosklerotik di arteri serebral dan arteriol, yang dapat menyebabkan oklusi arteri, cedera iskemik dan stroke sebagai komplikasi jangka panjang [13].

Hipertensi sangat erat hubungannya dengan faktor gaya hidup dan pola makan. Gaya hidup sangat berpengaruh pada bentuk perilaku atau kebiasaan seseorang yang mempunyai pengaruh positif maupun negatif pada kesehatan. Gaya hidup merupakan faktor penting yang mempengaruhi kehidupan masyarakat. Gaya hidup yang tidak sehat dapat menjadi penyebab terjadinya hipertensi misalnya aktivitas fisik dan stres. Pola makan yang salah merupakan salah satu faktor resiko yang meningkatkan penyakit hipertensi [14].

Tatalaksana hipertensi dapat dilakukan dalam dua kategori yaitu non farmakologi dan secara farmakologis. Upaya non farmakologis adalah dengan menjalani pola hidup sehat seperti menjaga berat badan, mengurangi asupan garam, melakukan olahraga, mengurangi konsumsi alkohol dan tidak merokok. Terapi farmakologis adalah tatalaksana hipertensi menggunakan obat [15].

Upaya yang dapat dilakukan untuk menurunkan angka kejadian hipertensi diantaranya melakukan kegiatan pengukuran tekanan darah atau pemeriksaan kesehatan, penyuluhan mengenai penyakit hipertensi dan pengobatan atau penanganan untuk menurunkan tekanan darah. Upaya lain yang dapat dilakukan untuk mencegah hipertensi antara lain monitoring tekanan darah secara teratur, program hidup sehat tanpa asap rokok, diet sehat dengan kalori yang seimbang melalui konsumsi tinggi serat, rendah lemak dan rendah garam. Salah satu metode pelaksanaan kegiatan yang dilakukan adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan atau penyuluhan tentang penyakit hipertensi mulai dari definisi, etiologi, manifestasi klinis, pencegahan dan penatalaksanaan serta melakukan pemeriksaan kesehatan. Pendidikan kesehatan atau penyuluhan dilakukan untuk menambah wawasan masyarakat tentang apa itu hipertensi, penyebabnya, tanda dan gejala, pencegahan dan penatalaksanaan baik farmakologi maupun non farmakologi [16].

WHO merekomendasikan pentingnya pelayanan kesehatan primer dalam memerangi hipertensi dan tenaga kesehatan, terutama perawat, harus berperan dalam menciptakan kesadaran di antara anggota masyarakat dan mereka harus berperan aktif dalam menyelenggarakan pendidikan Kesehatan tentang faktor risiko [17].

Mekanisme yang mengontrol konstiksi dan relaksasi pembuluh darah terletak di pusat vasomotor pada medula di otak. Dari pusat vasomotor ini bermula pada saraf simpatis yang berlanjut ke bawah ke korda spinalis dan keluar dari kolumna medula spinalis ke ganglia simpatis di torak dan abdomen. Rangsangan pusat vasomotor dihantarkan dalam bentuk impuls yang bergerak ke bawah melalui saraf simpatis ke ganglia simpatis. Pada titik ini neuron preganglion melepaskan astilkolin yang akan merangsang serabut saraf paska ganglion ke pembuluh darah, dimana dengan dilepaskannya norepinefrin mengakibatkan konstiksi pembuluh darah [5]

Penyebab keadaan ini karena hipertensi angka kejadiannya masih sangat tinggi di wilayah yang berpenghasilan rendah dan terjadi pada usia lanjut. diperlukan solusi terbaik untuk mengatasi hipertensi. solusi diharapkan dapat menurunkan angka kejadian hipertensi, menurunkan resiko terjadinya komplikasi, dan mengurangi resiko terhadap penyakit bagian kardiovaskuler [18].

Penderita hipertensi mayoritas mempunyai keluhan bergantung pada anda dan gejala yang dirasakan pada saat itu tanpa peduli terhadap penanganan yang lebih intensif dan tepat. Kondisi ini dapat diakibatkan karena kurangnya pengetahuan masyarakat pada penyakit hipertensi serta penanganan yang baik dan tepat secara rutin [19].

B. Pendidikan Kesehatan Pada Lansia Di Dusun Bangkel

Setelah dilakukan pengecekan tekanan darah lansia diberikan pretest tentang penyakit hipertensi kemudian dilanjutkan memberikan pendidikan kesehatan dengan media leaflet yang berisi pengertian hipertensi, tanda dan gejala, faktor penyebab, dan penatalaksanaan hipertensi. Setelah dilakukan pendidikan kesehatan diadakan evaluasi kepada lansia dengan tujuan untuk mengetahui seberapa paham lansia terhadap hipertensi.

Tabel 2. Hasil pengukuran pengetahuan

No	Pengetahuan	Pre test	Post test
1.	Baik	25%	83,33%
2.	Kurang Baik	75%	16,67%
	Total	100%	100%

Hasil pretest dari 12 sampel lansia di dusun Bangkel terdapat 3 lansia menunjukkan bahwa paham dengan penyakit hipertensi, 9 lansia menunjukkan tidak paham dengan penyakit hipertensi. Namun setelah diberikan Pendidikan Kesehatan kepada 12 lansia di dusun Bangkel hasil posttest meningkat menjadi 10 lansia sudah paham tentang penyakit hipertensi, dan 2 lansia yang masih belum paham tentang penyakit hipertensi. Hal ini sama dengan penelitian Ratna Wardani tahun 2018 bahwa tingkat pengetahuan sebelum melakukan pendidikan kesehatan pada lansia nilainya rendah dan pengetahuan meningkat setelah di berikan pendidikan kesehatan penyakit hipertensi.

Berdasarkan hasil program kerja yang dilakukan masyarakat yang sangat antusias karena berasal dari ketidaktahuan menjadi tahu dan paham tentang hipertensi mulai dari pengertian sampai pencegahan.

5. KESIMPULAN

Hasil dari kegiatan di dusun Bangkel yang dilaksanakan pada hari Selasa, 28 Juni 2022 dan Rabu, 29 Juni 2022 yaitu: Mayoritas tekanan darah pada lansia mengalami hipertensi. Setelah dilakukan pendidikan kesehatan pengetahuan baik meningkat 58%. Hal ini menunjukkan bahwa lansia sudah mendalami tentang penyakit hipertensi.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Pada kesempatan yang bahagia ini penulis ingin menghaturkan banyak terima kasih khususnya:

- Prof. Dr. dr. Santoso, MS, Sp.Ok selaku Rektor Universitas Respati Yogyakarta
- Bapak Nazwar Hamdani Rahil, S.Kep.,Ns, M.Kep sebagai Ketua Panitia Pelaksana KKN Universitas Respati Yogyakarta.
- Ibu Nonik Ayu Wantini, SST.,M.Kes sebagai dosen pembina yang berbaik hati mengosongkan waktu, tenaga serta pikiran untuk membantu pembuatan laporan.
- Bapak Giyanta sebagai pembimbing lapangan .
- Ibu Sri Sutami sebagai kader lansia.
- Masyarakat Dusun Bangkel yang membantu penulis dalam pelaksanaan kkn di dusun ini.

- g. Untuk seluruh teman-teman semua yang senantiasa memotivasi serta mendukung untuk selalu semangat melakukan kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

- (1) K. RI, Situasi Lanjut Usia (Lansia) di Indonesia, Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, 2019.
- (2) M. S. A. T. Nisak R, "Upaya Pemberdayaan Masyarakat Melalui Deteksi Dini Pengendalian Penyakit Degeneratif pada Lansia di Dusun Karang Pucang, Desa Ngancar, Kecamatan Pitu, Wilayah Kerja," 2018.
- (3) S. Kholifah, "Keperawatan Gerontik. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia: Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan Badang Pengembangan dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan.," 2016.
- (4) R. P. I. A. & S. B. W. Ariyanti, "Edukasi Kesehatan Dalam Upaya Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Hipertensi Pada Lansia," *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, p. 74, 2020.
- (5) P. & P. B. Dafriani, *Pendekatan Herbal Dalam Mengatasi Hipertensi.*, Palembang: CV Berkah Prima, 2019.
- (6) Sherwood, *Fisiologi jantung: Fisiologi manusia dari sel ke sistem*, Jakarta: EGC, 2011.
- (7) Y. S. Fajri, "Aduhan Keperawatan Keluarga Dengan Hipertensi Pada Lansia Tahap Awal di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Padang.," 2017.
- (8) R. Herlianita, "Krisis Hipertensi," *Jurnal Keperawatan*, 2010.
- (9) R. & D. D. N. A. Lisiswanti, "paya pencegahan hipertensi.," *Jurnal Majority*, pp. 50-54, 2016.
- (10) N. G. M. S. & d. S. H. C. Mafutha, "Development of a hypertension health literacy assessment tool for use in primary healthcare clinics in South Africa, Gauteng," *African Journal of Primary Health Care and Family Medicine*, pp. 1-9, 2017.
- (11) J. Widimský, "The role of arterial hypertension in the primary prevention of stroke," 2016.
- (12) F. B. B. & J. W. Fernalia, "Efektivitas Metode Edukasi Audiovisual terhadap Self Management pada Pasien Hipertensi," *Jurnal Keperawatan Silampari*, pp. 221-233, 2019.
- (13) S. A. Yonata, "Hipertensi sebagai Faktor Pencetus Terjadinya Stroke," *Jurnal Majority*, 2016.
- (14) R. A. A. & W. A. Yulendasari, "Efektivitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Metode Pendidikan Individual Tentang Pengetahuan Pola Makan Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Banjar Agung Kabupaten Lampung Selatan," *Malahayati Nursing Journal*, pp. 705-715, 2020.
- (15) E. S. A. B. R. H. N. A. A. d. Ann, *Pedoman Tatalaksana Hipertensi pada Penyakit Kardiovaskular. Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia.*, 2015.
- (16) M. T. & S. M. Susanti, "Pengaruh pendidikan kesehatan tentang hipertensi terhadap pengetahuan dan sikap mengelola hipertensi di puskesmas pandanaran semarang," 2012.
- (17) M. U. T. & E. H. Kilic, "The effect of knowledge about hypertension on the control of high blood pressure," *International Journal of the Cardiovascular Academy*, pp. 27-32, 2016.
- (18) E. & W. A. Suprayitno, "Pendampingan Tentang Penyakit Hipertensi dan Perawatan Keluarga Dengan Hipertensi," *Seminar Nasional Hasil Pengabdian*, pp. 104-106, 2019.
- (19) S. Alfian, "Perbaikan Perilaku Dan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Rsd Dr. H. Moch. Ansari Saleh Banjarmasin Setelah Pemberian Leaflet Edukasi Hipertensi Dan Terapinya," pp. 140-144, 2015.