



Pengabdian Masyarakat dalam Upaya Promotif dan Preventif Penyakit Hipertensi di Komplek Ciceri Permai IV Serang Banten

Azizan Umi Hafilda, Tri Wahyuni Sukei*

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Ahmad Dahlan, Jalan Prof. Dr. Soepomo, SH., 55164, Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia

*Email: yunisukei.fkmuad@gmail.com

Abstract. Hypertension is a disease that is a national health problem. The incidence of hypertension is quite high which is caused by an unhealthy lifestyle. Based on the 2018 Riskesdas, the prevalence of hypertension in Indonesia in the population aged 18 years is 34.1%, it is known that 8.36% have been diagnosed with hypertension and 32.27% do not take medicine regularly and 13.33% do not take medicine. Based on a survey at the Ciceri Permai IV Complex, public awareness is still lacking for routine blood pressure checks and lack of awareness to routinely take hypertension medication for those who have been diagnosed with hypertension. This community service aimed to increase knowledge and awareness of hypertension prevention. The method used is community diagnostics to find out the main health problems, followed by counseling methods to solve the main problems. The location of this community service was carried out at RT 02 Ciceri Permai IV Complex, Serang District, Serang Regency, Banten. Community service will be held on April 28 – May 09, 2021 with a team consisting of 2 people, 1 lecturer and 1 student. Based on the community diagnostic, it is shown that hypertension is a major problem, the level of adherence to taking medication and routine blood pressure checks is still low. To overcome these problems, interventions were carried out in the form of counseling, checking blood pressure, providing blood pressure measuring devices and installing hypertension prevention posters in strategic locations. Based on the results of the Wilcoxon test, it showed p value = 0.03 meaning that there was a significant difference in the average knowledge before and after the intervention. Public knowledge and awareness in the effort to prevent hypertension can be increased by this community service activity. The community was also enthusiastic about checking blood pressure independently with the tools that have been provided.

Keywords: Community service; Community Diagnostics; Hypertension; Counseling

Abstrak. Hipertensi merupakan penyakit yang menjadi masalah kesehatan nasional. Angka kejadian kasus hipertensi cukup tinggi yang disebabkan oleh gaya hidup yang tidak sehat. Berdasarkan Riskesdas Tahun 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia pada penduduk umur ≥ 18 Tahun sebesar 34,1%, yang diketahui bahwa 8,36% telah didiagnosis hipertensi, 32,27% tidak rutin minum obat dan 13,33% penderita hipertensi tidak minum obat. Berdasarkan survey di Komplek Ciceri Permai I, menunjukkan bahwa kesadaran masyarakat untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin dan kesadaran

This is an open access article under the terms of the Creative Commons Attribution License, which permits use, distribution and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

©2022 The Authors. ABDIMAYUDA: Indonesian Journal of Community Empowerment for Health published by Faculty of Public Health, University of Jember in collaboration with PERSAKMI

untuk mengkonsumsi obat hipertensi secara rutin bagi yang telah terdiagnosis hipertensi masih kurang. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat dalam pencegahan hipertensi. Metode yang digunakan adalah *community diagnostic* untuk mengetahui masalah kesehatan utama, dilanjutkan dengan metode konseling untuk memecahkan masalah utama. Lokasi pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di RT 02 Komplek Ciceri Permai IV, Kecamatan Serang, Kabupaten Serang, Banten. Pengabdian masyarakat dilaksanakan pada tanggal 28 April – 09 Mei 2021 dengan tim yang terdiri dari 2 orang; 1 orang dosen dan 1 orang mahasiswa. Berdasarkan *community diagnostic* menunjukkan bahwa hipertensi merupakan masalah utama di lokasi tersebut. Masalah lainnya adalah tingkat kepatuhan minum obat dan kebiasaan melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin masih rendah. Untuk mengatasi permasalahan tersebut dilakukan intervensi berupa penyuluhan, pemeriksaan tekanan darah, penyediaan alat ukur tekanan darah dan pemasangan poster pencegahan hipertensi di lokasi-lokasi strategis. Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan *p value* = 0,03 artinya terdapat perbedaan rata-rata pengetahuan yang signifikan antara sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Pengetahuan dan kesadaran masyarakat dalam upaya pencegahan hipertensi dapat ditingkatkan dengan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Masyarakat juga antusias memeriksakan tekanan darah secara mandiri dengan alat yang telah disediakan.

Kata kunci: Pengabdian pada masyarakat; Community Diagnostic; Hipertensi, Penyuluhan

PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular sampai saat ini masih menjadi penyebab kematian utama dan disfungsi fisik yang terjadi pada masyarakat di seluruh dunia, salah satunya yaitu hipertensi atau tekanan darah tinggi. (1) Tekanan darah berasal dari jantung dan berperan penting pada sistem sirkulasi tubuh manusia; karena berfungsi untuk mengalirkan darah keseluruh tubuh. Tekanan darah di atas batas normal disebut dengan hipertensi, yaitu jika tekanan darah sistolik menunjukkan lebih dari 140 mmHg dan diastolik 90 mmHg. (2) Hipertensi dapat terjadi pada berbagai kelompok usia baik tua ataupun muda dan sebagian besar penyakit hipertensi tidak menunjukkan gejala apapun. (3,4) Hipertensi akan menimbulkan risiko berbagai penyakit yang mempengaruhi kondisi kesehatan seseorang seperti kerusakan ginjal, serangan jantung, gagal ginjal hingga stroke. (2)

Berdasarkan Risdas Tahun 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia pada penduduk umur \geq 18 Tahun adalah 34,1%, 8,36% telah didiagnosis hipertensi, 32,27% tidak rutin minum obat dan 13,33% tidak minum obat. Hal tersebut menjadi salah satu masalah kesehatan nasional yang cukup tinggi. Penyakit hipertensi disebabkan oleh perkembangan zaman yang semakin modern, yang didukung oleh gaya dan pola hidup yang tidak sehat (6,7), seperti masyarakat memilih untuk melakukan aktivitas yang lebih praktis, termasuk dengan pemilihan makanan sehari-hari. (8) Pada umumnya, masyarakat terutama di kota-kota besar cenderung memilih makanan yang siap saji dan mempunyai kebiasaan makan berlebih, kurang olahraga, merokok berlebihan dan kurang istirahat. (9,10)

Berdasarkan data profil kesehatan Provinsi Banten tahun 2020, penyakit tidak menular setiap tahunnya selalu mengalami peningkatan. Pada tahun 2019 jumlah penderita hipertensi adalah 1.857.866 jiwa, Penderita hipertensi lebih banyak ditemukan pada perempuan. Persentase penderita hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan adalah 50%. Berdasarkan data Puskesmas Kecamatan Serang, jumlah pasien penderita hipertensi di Puskesmas Kecamatan Serang tahun 2019 yaitu sebesar 1.506 jiwa dan memiliki persentase penderita hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan terendah yaitu 17,8 %. Hal ini terjadi karena pasien hipertensi yang memeriksakan diri ke Puskesmas masih sedikit. Rata-rata

pasien hipertensi jarang melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin dan cenderung mengabaikan tanpa menjalani pengobatan yang rutin. (11)

Hal-hal yang dapat dilakukan sebagai upaya perbaikan kesehatan bukan sekadar memperbaiki kerusakan atau kelainan fisik, tetapi melibatkan kompleksitas kebutuhan, motivasi, dan prioritas individu yang dapat dilakukan melalui komunikasi intrapersonal yang melibatkan jiwa, kemauan, kesadaran, dan pikiran. (12) Kurangnya kesadaran untuk melakukan cek rutin tekanan darah dan meminum obat hipertensi menjadi tolak ukur bahwa kesadaran, kebutuhan serta motivasi masih rendah. Seperti yang kita ketahui hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah secara menetap. (12)

Berdasarkan survey yang telah dilaksanakan masyarakat di Komplek Ciceri Permai IV menunjukkan bahwa hipertensi menjadi salah satu penyakit yang paling banyak terjadi di masyarakat dan disertai dengan kurangnya kesadaran masyarakat untuk melakukan cek rutin, khususnya penderita hipertensi yang telah didiagnosis oleh dokter. Oleh karena itu, tujuan dari pengabdian ini untuk mencari solusi agar masalah hipertensi di RT 02 Komplek Ciceri Permai IV dapat diatasi dengan melakukan promosi kesehatan serta pencegahan agar tidak menimbulkan permasalahan kesehatan lainnya. Pengabdian ini juga bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan warga dengan melaksanakan kegiatan penyuluhan yang didukung dengan media poster serta memberikan motivasi kepada masyarakat untuk selalu melakukan cek rutin tekanan darah yang difasilitasi *sphygmomanometer digital* yang disimpan ditempat strategis agar warga dapat cek rutin tekanan darah secara mandiri kapan saja.

METODE PELAKSANAAN

Tahap pertama kegiatan pengabdian ini menggunakan metode *community diagnostic*, yaitu kegiatan untuk menggali permasalahan utama yang sedang dihadapi oleh komunitas berdasarkan fakta di lapangan dan untuk menyusun strategi serta rencana tindak lanjut untuk menyelesaikan masalah tersebut. (13) Waktu pelaksanaan Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 28 April – 09 Mei 2021 dengan tim yang terdiri dari 2 orang yaitu 1 orang dosen dan 1 orang mahasiswa. Pengambilan data untuk kegiatan *community diagnostic* dilakukan pada 31 Kepala Keluarga, dengan menyebarkan kuesioner dan melakukan wawancara mendalam yang selanjutnya melakukan Musyawarah Masyarakat Desa (MMD) untuk menentukan prioritas masalah utama dengan menggunakan Analisis *Urgency, Seriousness, Growth* (USG). Menurut Hidayati dan Istiqomah, analisis USG merupakan metode *scoring* yang digunakan dalam menyusun urutan prioritas permasalahan kesehatan yang harus segera untuk diselesaikan. Permasalahan utama yang ditemukan tersebut digunakan sebagai dasar untuk menentukan intervensi dalam pengabdian masyarakat ini. Tahap kedua yaitu intervensi atau proses pengabdian dengan metode: a) penyuluhan melalui *WhatsApp* dengan media poster dan pemberian materi serta dilakukan *pre-test* dan *post-test*, b) Penyediaan alat ukur tekanan darah dan pemeriksaan tekanan darah, c) pemasangan media promosi kesehatan berupa poster di lokasi strategis seperti warung, toko sekitar komplek dan pos ronda.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan *community diagnostic* berupa pengambilan data dengan pengisian kuesioner dan wawancara mendalam dilakukan di RT 02 Komplek Ciceri Permai IV. Pengambilan data pada 31 Kepala Keluarga (KK) dilakukan pada tanggal 15-20 Maret 2021. Tujuan dari *community diagnostic* yaitu untuk menganalisis permasalahan kesehatan dan menentukan skala prioritas permasalahan kesehatan di daerah tertentu. (13)

Setelah dilakukannya pengambilan data kemudian dilakukan pengolahan data menggunakan metode analisis *Urgency, Seriousness, Growth* (USG). Pada tahapan ini, setiap permasalahan dinilai tingkat risiko dan dampaknya. Kemudian, setelah mendapatkan jumlah skor maka ditentukan prioritas masalahnya. (14) Untuk menentukan prioritas masalah utama dilakukan Musyawarah Masyarakat Desa (MMD) dengan para tokoh penting di Komplek Ciceri Permai IV. Kegiatan ini dilakukan secara *door to door* yang dilakukan pada tanggal 13-14 April

2021. Berdasarkan hasil *community diagnostic* ditemukan bahwa hipertensi sebagai permasalahan kesehatan yang utama di lokasi pengabdian ini.



Gambar 1. Pengambilan Data



Gambar 2. Musyawarah Masyarakat Desa di Perwakilan Masyarakat

Setelah mengetahui permasalahan utama yaitu penyakit hipertensi di RT 02 kompleks Ciceri Permai IV, kemudian dilakukan intervensi untuk menyelesaikan masalah tersebut. Kegiatan yang dilakukan berupa penyuluhan, pemeriksaan tekanan darah, penyediaan alat tekanan darah (*Sphygmomanometer*) serta pemasangan media komunikasi kesehatan berupa poster. Kegiatan pertama yang dilakukan adalah penyuluhan, yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat terkait hipertensi baik itu faktor risiko penyebab hipertensi, gejala dan cara pencegahannya. Kegiatan ini dilakukan secara *online* karena kondisi pandemi yang belum memungkinkan untuk mengumpulkan orang dalam jumlah yang banyak. Media penyuluhan yang digunakan adalah poster dan media sosial yang digunakan untuk kegiatan penyuluhan adalah *group Whatsapp (WA)*. Hal tersebut dapat dilihat pada gambar 3. Media poster dipilih karena paling mudah dan efisien diberikan melalui *group WA*. Poster dibagikan ke grup lalu peserta diminta untuk mengomentari, bertanya dan berdiskusi melalui *chat WA*. Kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 28 April 2021. Peserta terdiri dari orang dewasa laki laki, perempuan dan remaja dengan total peserta 123 orang. Selama proses pelaksanaan *sharing* pengetahuan dengan media poster tersebut, seluruh warga memperhatikan dan menyimak dengan baik seluruh materi.



Gambar 3. Penyuluhan melalui Group WhatsApp (a), poster hipertensi (b) dan feedback masyarakat saat penyuluhan (c)

Hasil dari kegiatan penyuluhan tersebut diukur menggunakan kuesioner pengetahuan tentang hipertensi dalam bentuk *googleform*. Peserta diminta untuk mengisi kuesioner sebelum dan sesudah penyuluhan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa jumlah peserta yang memiliki skor nilai pengetahuan setelah intervensi lebih rendah dari sebelum intervensi hanya terdapat satu orang, selebihnya memiliki pengetahuan yang meningkat atau sama antara sebelum dan sesudah intervensi. Hasil dari penyuluhan mampu meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi masyarakat. Hal ini ditunjukkan dengan nilai rata-rata saat *pre-test* sebesar 88,89 dan setelah dilakukannya penyuluhan kemudian pemberian *post-test* diperoleh nilai rata-rata 98,52. Hal ini dapat diartikan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan warga sebelum dan setelah dilakukannya penyuluhan. Selanjutnya dilakukan pengujian perbedaan rata rata nilai pengetahuan dengan menggunakan uji *Wilcoxon*. Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan rata-rata pengetahuan tentang hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan intervensi yang ditunjukkan dengan *p value* kurang dari 0.05, yaitu 0.003. Hasil uji *Wilcoxon* dapat dilihat pada Tabel 1. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Kurniasari, dkk tahun 2020 (15) yang berkaitan dengan pemberian materi hipertensi dengan pemberian poster terkait hipertensi.

Tabel 1. Hasil Uji *Wilcoxon*

Variabel	rank	N	P value
Pengetahuan <i>pre</i>	Negative rank	1	0.003
Pengetahuan <i>post</i>	Positive rank	12	
	Ties	14	
	Total	27	

Sumber: Data Primer

Selain kegiatan penyuluhan, intervensi kedua yaitu pengadaan alat *Sphygmomanometer* digital. Alat tersebut disimpan di kesekretarian masjid Al-Iman dengan tujuan mempermudah masyarakat untuk menggunakannya secara mandiri. Penyerahan alat dilakukan pada tanggal 29 April 2021 pukul 20.10 WIB yang diserahkan langsung kepada Ibu RW 20 dan dihadiri oleh 15 warga yang kemudian dilanjutkan dengan sesi pemeriksaan tekanan darah untuk Ibu-ibu dan Bapak-bapak. Pada tanggal 07 Mei 2021 dilakukan pemeriksaan tekanan darah tinggi untuk kelompok remaja.



Gambar 4. Penyerahan Alat Pengukur Tekanan Darah

Kegiatan pemeriksaan tekanan darah tinggi -pada kelompok lansia dan kelompok dewasa dilaksanakan pada tanggal 29 April dan 07 April 2021. Berikut hasil dari cek tekanan darah masyarakat Komplek Ciceri Permai IV:

Tabel 2. Tekanan Darah Warga Komplek Ciceri Permai IV

No	Responden	Umur (Tahun)	Hasil Pemeriksaan (mmHg) Sistole	Hasil Pemeriksaan (mmHg) Diastole
1	R1	52	125	82
2	R2	56	150	100
3	R3	51	119	80
4	R4	58	135	90
5	R5	49	144	82
6	R6	55	127	80
7	R7	52	144	82
8	R8	49	121	79
9	R9	57	122	83
10	R10	50	139	93
11	R11	59	127	87
12	R12	55	113	78
13	R13	63	127	87
14	R14	56	156	83
15	R15	66	130	83
16	R16	22	116	78
17	R17	20	141	106
18	R18	22	151	101
19	R19	22	126	67
20	R20	48	163	104
21	R21	21	124	72
22	R22	21	104	82
Rata Rata			132	85,4

Sumber: Data Primer

Dari hasil pemeriksaan sewaktu, rata-rata semua tekanan darah responden tergolong normal yaitu untuk tekanan *sistole* 132 dan tekanan *diastole* 85,4. Diantara responden terdapat empat responden yang memiliki tekanan darah yang sangat tinggi yaitu-responden 2 (R2) sebesar 150/100 mmHg, responden 17 (R17) sebesar 141/106 mmHg, responden 18 (R18) sebesar 151/101 mmHg dan responden 20 (R20) sebesar 163/104 mmHg. Hasil tersebut tergolong hipertensi stadium 1. Menurut WHO (World Health Organization), batas normal untuk sistolik adalah 120-140 mmHg dan diastolik normalnya 80-90. (16)



Gambar 5. Pengukuran Tekanan Darah

Penyakit hipertensi masih banyak dianggap sebagai penyakit yang tidak serius oleh masyarakat, padahal hipertensi seringkali disebut sebagai pembunuh gelap (*silent killer*). Hipertensi termasuk penyakit yang mematikan, penyakit ini tidak jarang terjadi tanpa disertai dengan gejala-gejalanya terlebih dahulu sebagai peringatan jika tekanan darah tidak normal. Walaupun muncul gejala seringkali dianggap sebagai gangguan biasa, sehingga korbannya terlambat menyadari akan datangnya penyakit. (16)

Ketidakpatuhan pada pengobatan hipertensi disebabkan oleh dukungan sosial dari keluarga, petugas kesehatan atau teman sebaya, ekonomi, kondisi medis, perilaku, terkait terapi, biaya pengobatan dan faktor pasien. Ketidakpatuhan terhadap pengobatan hipertensi menyebabkan tekanan darah yang tidak terkontrol dan merupakan faktor risiko utama terjadinya penyakit lain, seperti penyakit jantung koroner, trombosis serebral, stroke dan gagal ginjal kronis. (17)

Intervensi yang ketiga yaitu pemasangan media promosi kesehatan yaitu poster. Pemasangan dilaksanakan pada tanggal 09 Mei 2021. Lokasi pemasangan di masjid Al-Iman karena sering dijadikan tempat berkumpul, acara serta setiap hari dalam 5 waktu terdapat jamaah yang sholat di masjid Al-Iman. Lokasi kedua di pos ronda karena sering dijadikan tempat berkumpul dan sering dilewati oleh masyarakat dan lokasi ketiga warung-warung di Komplek Ciceri Permai IV, lokasi tersebut langsung direkomendasikan oleh Ibu Ketua RW karena warung menjadi tempat yang sering dikunjungi masyarakat.

Penyebaran media poster tidak hanya dibagikan melalui media sosial, tetapi juga ditempelkan di tempat-tempat strategis seperti di toko-toko sekitar kompleks, pos ronda dan tempat-tempat strategis lainnya agar masyarakat dapat dengan mudah membaca dan menjadi salah satu sumber informasi terkait hipertensi. Poster adalah media gambar yang mengkombinasikan unsur-unsur visual seperti garis, gambar dan kata-kata untuk dapat menarik perhatian dan mengkomunikasikan pesan secara singkat. Poster mempunyai keuntungan dalam menarik orang yang mempunyai minat khusus, karena poster dapat menyampaikan atau menyajikan pokok dari suatu permasalahan. (18)



Gambar 6. Pemasangan Poster Hipertensi di Pos Ronda

Penelitian Angela dan Kurniasari (2021) menyatakan ada pengaruh yang signifikan antara pemberian media poster dan media podcast terhadap tingkat pengetahuan dasar hipertensi pada penderita hipertensi yang berusia 25-60 tahun. Media poster dan media podcast efektif dalam meningkatkan pengetahuan dasar hipertensi serta kedua media tersebut memiliki pengaruh yang sama dalam meningkatkan pengetahuan dasar hipertensi pada penderita hipertensi. (19)

KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini berjalan dengan lancar. Hasil *community diagnostic* menunjukkan bahwa hipertensi merupakan permasalahan Kesehatan utama di lokasi pengabdian. Intervensi dilakukan dengan metode penyuluhan melalui *group whatsapp*, penyediaan alat dan pengecekan tekanan darah, serta pemasangan media promosi kesehatan berupa poster. Kegiatan penyuluhan terdiri dari penyampaian materi dan didukung dengan media poster. Hasil intervensi menunjukkan rata-rata nilai pengetahuan tentang hipertensi yang meningkat setelah dilakukan intervensi.

Kegiatan kedua yaitu penyediaan alat dan pemeriksaan tekanan darah agar warga dapat melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin, yang alatnya diletakkan di ruang Kesekretariatan masjid Al-Iman. Keberadaan alat cek tekanan darah ini membantu masyarakat dari semua golongan mulai dari anak-anak, remaja, dewasa dan orangtua untuk rutin melakukan pemeriksaan tekanan darah.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih diucapkan kepada:

1. Universitas Ahmad Dahlan
2. Warga masyarakat di Komplek Ciceri Permai IV Serang Banten

Konflik Kepentingan

Penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan

REFERENSI

1. Amanda D, Martini S. Hubungan Karakteristik dan Obesitas Sentral dengan Kejadian Hipertensi. *J Berk Epidemiol*. 2018;6(1):43.
2. Anggriani LM. Deskripsi Kejadian Hipertensi Warga RT 05 RW 02 Tanah Kali Kedinding Surabaya. *J PROMKES* [Internet]. 2016;4(2):151. Available from: <https://e->

- journal.unair.ac.id/PROMKES/article/view/7647
3. Shaumi NRF, Achmad EK. Kajian literatur: faktor risiko hipertensi pada remaja di Indonesia. *Media Penelit dan Pengemb Kesehat*. 2019;29(2):115–22.
 4. Imelda I, Sjaaf F, Puspita T. Faktor-Faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Air Dingin Lubuk Minturun. *Heal Med J*. 2020;2(2):68–77.
 5. Kemenkes RI. Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementerian Kesehat RI. 2018;53(9):1689–99.
 6. Linda L. The risk factors of hypertension disease. *J Kesehat Prima*. 2018;11(2):150.
 7. Nuraini B. Risk factors of hypertension. *J Major*. 2015;4(5):10–9.
 8. Fadhli WM. Hubungan antara gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa muda di Desa Lamakan Kecamatan Karamat Kabupaten Buol. *J KESMAS*. 2018;7(6):1–14.
 9. Jannah LM, Ernawaty E. The relationship of lifestyle with hypertension in bumiayu Kabupaten Bojonegoro. *J Berk Epidemiol*. 2018;6(2):157.
 10. Arifin B, Zaenal S, Irmayani. Hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Sabutung Kabupaten Pangkep. *J Ilm Kesehat Diagnosis*. 2020;15(3):227–31.
 11. Provinsi DK. Profil Kesehatan Provinsi Banten. Banten: Dinas Kesehatan Provinsi Banten; 2020. 1–16 p.
 12. Sudarsono EKR, Sasmita JFA, Handyasto AB, Kuswantiningsih N, Arissaputra SS. Peningkatan Pengetahuan Terkait Hipertensi Guna Perbaikan Tekanan Darah pada Pemuda di Dusun Japanan, Margodadi, Seyegan, Sleman, Yogyakarta. *J Pengabd Kpd Masy (Indonesian J Community Engag*. 2017;3(1):26.
 13. Katiandagho D, Darwel, Kulas EI. Diagnosis Komunitas di Kelurahan Pongangan Kecamatan Gunungpati Kota Semarang Tahun 2011. *J Kesehat Lingkungan*. 2012;2(1).
 14. Hidayati R, Istiqomah N. *Habitulasi dan Teknik Penulisan Laporan Aktualisasi untuk CPNS Kementerian Perdagangan [Internet]*. Yogyakarta: CV Budi Utama; 2020. Available from: [https://www.google.co.id/books/edition/Habitulasi_Dan_Teknik_Penulisan_Laporan_A/_HuDwAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=Metode+Urgency,+Seriousness,+Growth+\(USG\)+adalah&pg=PT34&printsec=frontcover](https://www.google.co.id/books/edition/Habitulasi_Dan_Teknik_Penulisan_Laporan_A/_HuDwAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=Metode+Urgency,+Seriousness,+Growth+(USG)+adalah&pg=PT34&printsec=frontcover)
 15. Kurniasari S, Alrosyidi AF. Penyuluhan hipertensi dan pemeriksaan tekanan darah pada kelompok ibu-ibu. *J Pengabd dan Pemberdaya Masy*. 2020;1(2):74–8.
 16. Vitahealth. *Hipertensi [Internet]*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama; 2004. Available from: <https://www.google.co.id/books/edition/Hipertensi/f0vZjy9yUnQC?hl=id&gbpv=1>
 17. Nursalam, Dewi LC, Widhiastuti E. Critical Medical and Surgical Nursing Journal (Jurnal Keperawatan Medikal Bedah dan Kritis). *J Keperawatan Med Bedah dan Krit [Internet]*. 2020;9(1):8. Available from: <https://e-journal.unair.ac.id/CMSNJ>
 18. Sumartono, Astuti H. Penggunaan poster sebagai media komunikasi kesehatan. *Komunikologi*. 2018;15(1).
 19. Angela N, Kurniasari R. Efektivitas Media Poster dan Podcast terhadap Tingkat Pengetahuan Dasar Hipertensi pada Penderita Hipertensi. *GIZIDO*. 2021;13(1):7–14.