



Gerakan Cegah Hipertensi melalui Pemeriksaan Tekanan Darah dan Konseling Kesehatan

Rismanudin¹, Suparman¹, Indiriadi¹, Muhammad Evendi Halulanga², Ernawati¹, Cicci Chairunisa M², Fani Fionita¹, Wahyuni³, Wiwiek Hidayati Jaya³

¹Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Universitas Famika, Makassar, Indonesia.

²Program Studi Kesehatan dan Keselamatan Kerja, Universitas Famika, Makassar, Indonesia

³Program Studi Keperawatan, Universitas Famika, Makassar, Indonesia

Correspondence author: Rismanudin

Email: Rismanudin171095@gmail.com

Address: Btp, Blok M No 522, Makassar, Indonesia

DOI: <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v6i3.925>



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Abstract

Introduction: Hypertension is a major public health problem that often occurs without symptoms and may cause serious complications such as stroke, heart disease, and kidney failure. Low awareness of regular blood pressure monitoring contributes to delayed detection and treatment.

Objective: This community service program aimed to improve public knowledge regarding hypertension, conduct early detection through blood pressure screening, and encourage healthy lifestyle practices.

Method: The program used promotive, preventive, educational, and direct screening approaches among adults and older adults. Activities included registration, pre-test, blood pressure examination, health education, individual counseling, post-test, and program evaluation.

Result: The program involved 65 participants consisting of 40 women and 25 men. Blood pressure examination showed that 43.1% had normal blood pressure, 30.8% were pre-hypertensive, and 26.1% had grade 1–2 hypertension. Participants demonstrated improved understanding of hypertension prevention and expressed willingness to adopt healthier lifestyles.

Conclusion: Blood pressure screening and health counseling effectively improved early detection, knowledge, awareness, and healthy lifestyle behaviors related to hypertension prevention.

Keywords: blood pressure, early detection, health counseling, hypertension

Latar Belakang

Hipertensi masih menjadi persoalan kesehatan masyarakat yang penting dan terus menjadi tantangan di banyak negara, termasuk Indonesia. Kondisi ini kerap dijuluki sebagai *silent killer* karena sering berkembang tanpa tanda atau keluhan yang nyata. Meskipun demikian, hipertensi dapat menimbulkan berbagai komplikasi berat, antara lain stroke, penyakit jantung koroner, gagal ginjal, serta gangguan pada sistem pembuluh darah lainnya (Agustina et al., 2025). Kondisi ini menjadi penyebab utama meningkatnya angka kesakitan, kecacatan, bahkan kematian dini apabila tidak dideteksi dan dikendalikan sejak awal. Dengan demikian, langkah-langkah pencegahan serta pengendalian hipertensi perlu terus ditingkatkan menjadi prioritas dalam pelayanan kesehatan masyarakat (Raya et al., 2024).

Peningkatan kasus hipertensi dipengaruhi oleh beragam determinan, baik yang bersifat tidak dapat dimodifikasi maupun yang masih dapat dikendalikan. Faktor yang tidak dapat dimodifikasi mencakup penambahan usia, jenis kelamin, serta adanya riwayat hipertensi dalam keluarga. Adapun faktor yang dapat dimodifikasi meliputi kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi garam dan lemak, minimnya aktivitas fisik, perilaku merokok, konsumsi minuman beralkohol, stres, kelebihan berat badan atau obesitas, serta rendahnya kesadaran masyarakat untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah secara berkala. Selain itu, penerapan gaya hidup modern yang kurang sehat turut berperan dalam peningkatan angka kejadian hipertensi di masyarakat (Rachmawati et al., 2023)

Di Indonesia, hipertensi masih termasuk penyakit tidak menular yang banyak ditemukan di masyarakat dengan angka kejadian yang cukup tinggi. Sebagian besar individu yang mengalami hipertensi sering kali tidak menyadari kondisinya karena rendahnya kebiasaan melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin dan berkala. (Khasanah, 2024). Sebagian masyarakat sering kali baru mengetahui dirinya mengalami hipertensi setelah timbul komplikasi atau gejala yang cukup berat. Kondisi ini menegaskan bahwa upaya deteksi dini melalui pemeriksaan tekanan darah secara berkala memiliki peranan yang sangat penting untuk mengidentifikasi hipertensi sejak tahap awal, sehingga penatalaksanaan dapat dilakukan lebih cepat dan risiko komplikasi dapat diminimalkan. (Rachmawati et al., 2023)

Pengukuran tekanan darah adalah tindakan dasar yang praktis, terjangkau, dan memiliki nilai guna tinggi untuk mengenali hipertensi sejak dini. Melalui hasil pemeriksaan tersebut, masyarakat dapat memahami kondisi kesehatannya secara lebih jelas sehingga terdorong untuk menerapkan gaya hidup yang lebih sehat. Meski demikian, pemeriksaan saja tidak memadai apabila tidak disertai penyuluhan serta pendampingan terkait langkah pencegahan dan pengendalian hipertensi. Oleh sebab itu, konseling kesehatan memegang peranan penting sebagai komponen utama dalam strategi promosi kesehatan dan pencegahan penyakit. (Hoesny et al., 2023)

Konseling kesehatan memiliki peranan penting dalam meningkatkan wawasan, sikap, serta perubahan perilaku masyarakat terhadap hipertensi. Melalui kegiatan ini, masyarakat memperoleh informasi tentang berbagai faktor yang dapat memicu hipertensi, pentingnya menerapkan pola makan bergizi seimbang, membatasi asupan garam, melakukan aktivitas fisik secara rutin, mengelola stres dengan baik, mematuhi pengobatan bagi penderita, serta menjalani pemeriksaan kesehatan secara teratur. (Tri Ani Marwati & Paelongan, 2022). Konseling yang dilaksanakan secara interaktif memberikan ruang bagi masyarakat untuk mengajukan pertanyaan, mengungkapkan keluhan, serta mendapatkan solusi yang disesuaikan dengan kondisi individu. Oleh karena itu, kegiatan konseling tidak sebatas menyampaikan informasi,

tetapi juga berperan dalam mendorong terbentuknya perubahan perilaku yang berkesinambungan. (Puspitasari et al., 2018).

Program Gerakan Pencegahan Hipertensi melalui skrining tekanan darah dan edukasi kesehatan menjadi salah satu kegiatan pengabdian masyarakat yang sangat relevan dengan kebutuhan saat ini. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman serta kesadaran masyarakat mengenai pentingnya mempertahankan tekanan darah dalam batas normal, memperluas jangkauan upaya deteksi dini kasus hipertensi, dan mendorong masyarakat untuk menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Di samping itu, pelaksanaan program ini juga dapat menjadi wadah kerja sama antara tenaga kesehatan, akademisi, kader kesehatan, serta masyarakat dalam membangun lingkungan yang lebih peduli terhadap pencegahan penyakit tidak menular (E. Ernawati et al., 2023; Singh et al., 2024).

Melalui implementasi program ini, diharapkan prevalensi hipertensi beserta dampak komplikasinya dapat menurun, kualitas hidup masyarakat semakin baik, dan kebiasaan melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala dapat tumbuh sebagai bagian dari gaya hidup sehat. Oleh karena itu, Gerakan Cegah Hipertensi melalui Pemeriksaan Tekanan Darah dan Konseling Kesehatan merupakan upaya strategis untuk menunjang pembangunan kesehatan masyarakat yang berkesinambungan.

Tujuan

Program pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai hipertensi melalui edukasi kesehatan, pemeriksaan tekanan darah, dan konseling kesehatan sebagai upaya promotif dan preventif dalam deteksi dini serta pencegahan komplikasi hipertensi.

Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat bertajuk *Gerakan Cegah Hipertensi melalui Pemeriksaan Tekanan Darah dan Konseling Kesehatan* dilaksanakan oleh tim dosen dan mahasiswa Program Studi Keperawatan bekerja sama dengan Puskesmas setempat, kader kesehatan, serta pemerintah desa melalui model kemitraan promotif-preventif berbasis masyarakat. Kegiatan dilaksanakan pada bulan Februari 2026 di Balai Desa setempat dengan sasaran masyarakat dewasa dan lanjut usia yang memiliki faktor risiko hipertensi. Pelaksanaan kegiatan telah memperoleh izin dan rekomendasi dari pemerintah desa serta didukung Surat Tugas Pengabdian kepada Masyarakat Nomor: 021/ST-PkM/II/2026.

Jumlah partisipan sebanyak 65 orang yang terdiri dari 40 perempuan dan 25 laki-laki. Kriteria partisipan meliputi masyarakat berusia ≥ 18 tahun, bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan, dan mampu berkomunikasi dengan baik. Kegiatan dilaksanakan melalui tiga tahap, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

Tahap persiapan meliputi koordinasi dengan pemerintah desa, kader kesehatan, dan Puskesmas terkait penentuan jadwal, lokasi, serta teknis kegiatan. Selain itu dilakukan penyusunan media edukasi dan persiapan instrumen kegiatan berupa tensimeter digital, lembar observasi, leaflet edukasi, serta kuesioner pre-test dan post-test untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta mengenai hipertensi.

Tahap pelaksanaan diawali registrasi peserta dan pengisian pre-test. Selanjutnya dilakukan pemeriksaan tekanan darah sesuai prosedur operasional standar oleh tenaga kesehatan. Setelah skrining, peserta memperoleh edukasi kesehatan melalui metode ceramah interaktif, diskusi, dan konseling individual mengenai faktor risiko, tanda dan gejala, komplikasi,

serta pencegahan hipertensi melalui pola hidup sehat. Peserta dengan tekanan darah tinggi diberikan konseling lanjutan dan diarahkan untuk melakukan pemeriksaan rutin di fasilitas kesehatan.

Tahap evaluasi dilakukan melalui perbandingan hasil pre-test dan post-test, analisis hasil pemeriksaan tekanan darah, serta observasi partisipasi peserta selama kegiatan. Data hasil kegiatan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi, persentase, dan narasi deskriptif untuk menggambarkan tingkat pengetahuan peserta dan hasil skrining hipertensi setelah intervensi edukasi.

Hasil

Program pengabdian kepada masyarakat ini diselenggarakan sebagai bentuk intervensi promotif dan preventif untuk meningkatkan pemahaman warga mengenai risiko hipertensi serta pentingnya upaya deteksi sejak dini melalui pemantauan tekanan darah secara berkala. Peserta kegiatan ditujukan kepada masyarakat luas, terutama kelompok usia dewasa hingga lansia yang mempunyai faktor risiko terjadinya hipertensi. Pelaksanaan kegiatan dilakukan di lingkungan masyarakat melalui beberapa metode, meliputi pemeriksaan kesehatan, pemberian edukasi, layanan konseling, serta sesi diskusi interaktif.

Pelaksanaan kegiatan memperlihatkan respons masyarakat yang sangat baik dengan tingkat partisipasi yang tinggi. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan tercatat 65 orang, yang terdiri atas 40 perempuan dan 25 laki-laki. Seluruh peserta menjalani pemeriksaan tekanan darah menggunakan tensimeter digital maupun manual. Berdasarkan hasil skrining, sebanyak 28 peserta (43,1%) berada pada kategori tekanan darah normal, 20 peserta (30,8%) tergolong pra-hipertensi, dan 17 peserta (26,1%) masuk dalam kategori hipertensi derajat 1 serta derajat 2. Sejumlah peserta yang terdeteksi mengalami hipertensi menyampaikan bahwa mereka sebelumnya belum pernah melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin maupun sebelumnya.

Table 1. Tabel Hasil Pre-Test dan Post-Test Pengetahuan Peserta (n = 65)

Indikator Penilaian	Pre-Test (n/%)	Post-Test (n/%)	Peningkatan
Mengetahui pengertian hipertensi	28 (43,1%)	58 (89,2%)	+46,1%
Mengetahui faktor risiko hipertensi	25 (38,5%)	56 (86,2%)	+47,7%
Mengetahui tanda dan gejala hipertensi	22 (33,8%)	53 (81,5%)	+47,7%
Mengetahui komplikasi hipertensi	20 (30,8%)	55 (84,6%)	+53,8%
Mengetahui cara pencegahan hipertensi	27 (41,5%)	60 (92,3%)	+50,8%
Mengetahui pentingnya pemeriksaan rutin	30 (46,2%)	62 (95,4%)	+49,2%
Mengetahui pentingnya diet rendah garam	24 (36,9%)	57 (87,7%)	+50,8%
Mengetahui manfaat aktivitas fisik	29 (44,6%)	59 (90,8%)	+46,2%
Mengetahui bahaya merokok terhadap tekanan darah	26 (40,0%)	58 (89,2%)	+49,2%
Mengetahui pentingnya kepatuhan minum obat	23 (35,4%)	54 (83,1%)	+47,7%

Berdasarkan hasil pre-test dan post-test pada 65 peserta, terlihat adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan pada seluruh indikator setelah dilakukan edukasi kesehatan mengenai hipertensi. Sebelum intervensi, tingkat pengetahuan peserta masih tergolong rendah,

dengan persentase pemahaman berkisar antara 30,8% hingga 46,2%. Setelah diberikan pendidikan kesehatan, seluruh indikator mengalami peningkatan dengan persentase pengetahuan post-test mencapai 81,5% hingga 95,4%. Peningkatan tertinggi terjadi pada pengetahuan tentang komplikasi hipertensi sebesar 53,8%, diikuti pengetahuan mengenai cara pencegahan hipertensi dan pentingnya diet rendah garam masing-masing sebesar 50,8%. Selain itu, pemahaman peserta terkait pentingnya pemeriksaan rutin dan bahaya merokok terhadap tekanan darah juga meningkat sebesar 49,2%. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi, baik terkait pengertian, faktor risiko, gejala, komplikasi, pencegahan, maupun pengelolaan hipertensi secara mandiri. Dengan meningkatnya pengetahuan peserta, diharapkan terjadi perubahan perilaku kesehatan yang lebih baik dalam upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi di masyarakat.

Table 2. Rata-Rata Nilai Pengetahuan

Kategori	Nilai Rata-Rata
Pre-Test	39,1%
Post-Test	88,0%
Peningkatan	+48,9%

Berdasarkan tabel tersebut, diketahui bahwa rata-rata nilai pengetahuan peserta sebelum intervensi (pre-test) sebesar 39,1%, yang menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan awal masih tergolong rendah. Setelah diberikan intervensi atau edukasi, rata-rata nilai pengetahuan pada post-test meningkat menjadi 88,0%. Terjadi peningkatan sebesar 48,9%, yang menunjukkan adanya perubahan pengetahuan yang sangat signifikan setelah pelaksanaan kegiatan. Hasil ini mengindikasikan bahwa intervensi yang diberikan efektif dalam meningkatkan pemahaman dan pengetahuan peserta terhadap materi yang disampaikan.



Gambar 1. Dokumentasi kegiatan pengabdian masyarakat

Selain pemeriksaan, peserta juga diberikan konseling kesehatan mengenai pengertian hipertensi, faktor risiko, komplikasi, pola makan sehat, pembatasan Asupan garam perlu dibatasi, aktivitas fisik perlu dilakukan secara teratur, stres harus dikelola dengan baik, serta penderita hipertensi perlu menjaga kedisiplinan dalam mengonsumsi obat sesuai anjuran. Hasil evaluasi melalui tanya jawab menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah penyuluhan. Sebagian

besar peserta mampu menjelaskan kembali cara mencegah hipertensi dan pentingnya kontrol tekanan darah secara berkala.

Kegiatan ini juga memberikan dampak positif berupa Bertambahnya pemahaman masyarakat untuk menjalankan pola hidup sehat. Peserta menyatakan komitmen untuk mulai berolahraga rutin, mengurangi makanan tinggi garam dan lemak, berhenti merokok, serta memeriksakan tekanan darah secara berkala di fasilitas kesehatan terdekat.

Secara umum, pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berlangsung lancar dan mampu memenuhi sasaran yang telah ditetapkan dalam meningkatkan pengetahuan, deteksi dini, serta kepedulian masyarakat terhadap pencegahan hipertensi. Program serupa disarankan untuk dilakukan secara berkelanjutan agar pengendalian hipertensi di masyarakat dapat lebih optimal.

Diskusi

Kegiatan pengabdian masyarakat bertema Gerakan Cegah Hipertensi melalui Pemeriksaan Tekanan Darah dan Konseling Kesehatan menunjukkan bahwa upaya promotif dan preventif di masyarakat sangat penting dalam menekan angka kejadian hipertensi (Agustina et al., 2025). Pelaksanaan pemeriksaan tekanan darah memberikan gambaran nyata mengenai kondisi kesehatan masyarakat, di mana sebagian peserta ditemukan memiliki tekanan darah normal, pra-hipertensi, hingga hipertensi (Lestari & Widyyati, 2023). Temuan ini menandakan bahwa masih terdapat masyarakat yang belum menyadari kondisi tekanan darahnya karena hipertensi sering muncul tanpa gejala. Oleh karena itu, skrining rutin menjadi langkah awal yang efektif untuk deteksi dini dan pencegahan komplikasi seperti stroke, penyakit jantung, dan gagal ginjal (Pagiu et al., 2025).

Hasil kegiatan juga menunjukkan tingginya antusiasme masyarakat dalam mengikuti pemeriksaan dan sesi konseling kesehatan (U. Ernawati, 2025). Hal ini menandakan adanya kebutuhan informasi kesehatan yang mudah diakses dan disampaikan secara langsung (Silalahi et al., 2023). Melalui konseling, peserta memperoleh pemahaman mengenai faktor risiko hipertensi, seperti konsumsi garam berlebih, kurang aktivitas fisik, obesitas, merokok, stres, dan riwayat keluarga. Edukasi yang diberikan membantu masyarakat memahami bahwa hipertensi dapat dicegah melalui perubahan gaya hidup sehat (Manalu et al., 2023).

Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan ini juga mendorong perubahan sikap masyarakat terhadap pentingnya menjaga kesehatan (Alghifari et al., 2025). Peserta mulai menyadari perlunya pemeriksaan tekanan darah secara berkala, menjaga pola makan seimbang, meningkatkan aktivitas fisik, serta mengelola stres. Pendekatan interpersonal saat konseling memungkinkan peserta bertanya langsung mengenai masalah kesehatan yang dihadapi sehingga pesan kesehatan lebih mudah diterima (Khairunnisa, Farrah Fahdhienie, 2025; Tangga et al., 2023).

Secara keseluruhan, kegiatan ini membuktikan bahwa kombinasi pemeriksaan tekanan darah dan konseling kesehatan merupakan strategi efektif dalam meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan perilaku pencegahan hipertensi di masyarakat. Ke depan, kegiatan serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan tenaga kesehatan, kader, dan tokoh masyarakat agar terbentuk budaya hidup sehat serta pengendalian hipertensi yang lebih optimal.

Kesimpulan

Program pengabdian kepada masyarakat telah berlangsung dengan lancar serta memperoleh tanggapan yang baik dari warga. Kegiatan skrining tekanan darah membantu

masyarakat mengenali kondisi kesehatannya sejak awal, terutama berkaitan dengan risiko hipertensi yang kerap muncul tanpa tanda atau keluhan yang jelas. Dari hasil pemeriksaan diketahui bahwa masih ada peserta yang memiliki tekanan darah melebihi batas normal, sehingga dibutuhkan langkah pencegahan dan pengendalian yang dilakukan secara terus-menerus.

Selain pemeriksaan, sesi konseling kesehatan turut berperan dalam menambah pemahaman masyarakat mengenai pentingnya menerapkan gaya hidup sehat. Edukasi yang diberikan mencakup pembatasan asupan garam, menjaga berat badan tetap ideal, melakukan aktivitas fisik secara teratur, menghindari kebiasaan merokok dan konsumsi alkohol, serta memeriksakan kesehatan secara rutin. Warga juga menjadi lebih memahami pentingnya deteksi dini dan pengelolaan hipertensi untuk mencegah terjadinya komplikasi serius seperti stroke, penyakit jantung, maupun gagal ginjal.

Secara keseluruhan, kegiatan ini memberikan dampak positif dalam meningkatkan kesadaran, wawasan, serta perubahan perilaku masyarakat terhadap upaya pencegahan hipertensi. Diharapkan kegiatan serupa dapat dilaksanakan secara berkala dan berkelanjutan dengan dukungan berbagai pihak, sehingga terwujud masyarakat yang sehat, produktif, serta memiliki kepedulian tinggi terhadap kesehatan pribadi dan lingkungan sekitarnya.

Daftar Pustaka

1. Agustina, E. E., Andriani, M., Wulandari, S., & Kartini, A. (2025). *Analysis Of Risk Factors Affecting Hypertension Disease In The Jayaloka Village Area , Empat Lawang Regency*. 2(1), 33–36.
2. Alghifari, A., Nur, F. K., Syabani, G. N., Ramdani, M., Insani, I. D., Husna, L. A., Suryaman, N. D., Nadiroh, C. C., Wijaya, M. F., Farmasi, F., Bakti, U., Husada, T., Kesehatan, F., Husada, B. T., Kesehatan, E., & Herbal, R. (2025). *Dengan Pemeriksaan Kesehatan Serta Pengendalian Hipertensi Melalui Edukasi Dan Ramuan Herbal Di Kepunduhan Cihanjuang Desa Sinagar*. 4674–4683.
3. Ernawati, E., Santoso, A. H., Tan, S. T., Tamaro, A., & Satyanegara, W. G. (2023). *Community Service Activities - Counseling And Blood Pressure Screening (Hypertension Disease)*. 2(1).
4. Ernawati, U. (2025). *Edukasi Interaktif sebagai Kunci Pemahaman Hipertensi bagi*. 8(2).
5. Hoesny, R., Hoesny, M., Nursam, N., Kesehatan, F., Kesehatan, I., & Jaya, K. (2023). *Peningkatan Kualitas Hidup Masyarakat Melalui Edukasi Dan Deteksi Dini Hipertensi*. 3(2).
6. Khairunnisa, Farrah Fahdhienie, D. B. (2025). *Komunikasi Antar Personal (KAP) Pada Hipertensi di Gampong Suka Damai Kecamatan Lueng Bata Kota Banda Aceh*. 4(3), 112–116.
7. Khasanah, I. (2024). *Deteksi Dini Resiko Penyakit Jantung Pada Pasien*. 2(2), 72–76.
8. Lestari, M., & Widyyati, I. (2023). *Take Care of the Heart to Prevent Hypertension : Community Service to Increase Awareness and Control Hypertension Jaga Jantung Cegah Hipertensi : Pengabdian Masyarakat untuk Meningkatkan Kesadaran dan Mengendalikan Hipertensi*. 2(3), 233–240.
9. Manalu, S. P., Hasibuan, N. H., & Sari, Y. A. (2023). *Penyuluhan Hipertensi di Desa Perkebunan Tanjung Kasau Kabupaten Batu Bara Program Studi Teknik Lingkungan , Universitas Sumatera Utara , Medan , Indonesia*. 5(4), 1430–1436.
10. Pagiu, H. W., Disik, B., Suramas, L. Y., & Rombeallo, N. T. (2025). *Penyuluhan Kesehatan tentang Hipertensi , Pemeriksaan Tekanan Darah , dan Pelaksanaan Senam Hipertensi pada Lansia di Kelurahan Pattan Ulusalu , Kecamatan Ulusalu , Kabupaten Tana Toraja*. 3.
11. Puspitasari, M., Yamsun, R. D., Safhira, N., Kencana, T., Kedokteran, F., Muhammadiyah, U.,

- Kedokteran, F., & Surakarta, U. M. (2018). *Peningkatan Pemahaman Pemeriksaan Rutin Tekanan Darah Dalam Upaya Pencegahan Hipertensi*. 43–48. <https://doi.org/10.23917/jpmmedika.v4i2.2806>
12. Rachmawati, F. A., Endra, F., Setyawan, B., & Wartiningsih, M. (2023). *Identifikasi Faktor Risiko Peningkatan Kejadian Hipertensi Pendahuluan Hipertensi diakui sebagai salah satu Metodologi*. 3(3), 235–243.
 13. Raya, K. S., Tengah, S., & Raya, S. (2024). *Penyuluhan tentang Hipertensi bagi Kesehatan di Desa Doda Bunta Kecamatan Simpang Raya, Sulawesi Tengah*. 2(April).
 14. Silalahi, N., Malau, P. P., Apriana, A., Wahab, B., & Ginting, S. B. (2023). *Edukasi Kesehatan Faktor Penyebab Hipertensi Dusun I Madyo Desa Sidodadi , Kecamatan Sibiru-Biru , Kabupaten Deli Serdang Health Education About Hypertension , Hamlet I , Sidodadi Village , Sibiru- Biru District , Deli Serdang Regency*. 3(4), 30–33.
 15. Singh, A., Destra, E., Kurniawan, J., & Permatasari, N. J. (2024). *Penelusuran Hipertensi melalui Pemeriksaan Tekanan Darah pada Populasi Usia Produktif di SMAN 75 , Jakarta Utara*. 2, 114–120.
 16. Tangga, R., Rt, D. I., Gayungan, R. W., Administrasi, S., Sakit, R., Husada, S. A., & Korespondensi, P. (2023). *Penerapan Catatan Aktifitas Fisik, Diet, Istirahat & Kelola Stress Pada Ibu Rumah Tangga*. 1, 158–164.
 17. Tri Ani Marwati, & Paelongan, A. M. (2022). *Pendidikan Kesehatan Masyarakat Melalui Program Penyuluhan Hipertensi Pada Anggota Kelompok PKK Rukun Tetangga*. 1(4), 18–21.