

Edukasi dan Skrining Hipertensi untuk Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat di Dusun Gemawang, Sinduadi, Mlati, Sleman

Dela ^{a,1}, Chantika Dewi P. ^{a,2}, Nuraini ^{a,3}, Widya Syaputri ^{a,4}, Lailatul Ramadhani ^{a,5}, Renaldi Tri Budi P. ^{a,6}, Nur Ismi ^{a,7}, Syifa Nuraida P. ^{a,8}, Rendy Miftakhul P. ^{a,9}, Tiara Eka Putri K. ^{a,10}, Sujono Riyadi ^{a,11,*}

^a Universitas Jenderal Achmad Yani, Yogyakarta, Indonesia.

Email: ¹delat23351@gmail.com, ²cachantika49@gmail.com, ³nuraini180825@gmail.com, ⁴widianew477@gmail.com,

⁵lailatulramadhani2424@gmail.com, ⁶budipamungkas0987@gmail.com, ⁷nuri79101@gmail.com, ⁸nuraidasyifa886@gmail.com,

⁹miftakhulrendy@gmail.com, ¹⁰tiaraeka2805@gmail.com, ¹¹sujono_kmpk2005@yahoo.com.

* corresponding author

ARTICLE INFO

Article history

Received: 21 Mei 2025

Revised: 28 Mei 2025

Accepted: 5 June 2025

Keywords

Health Education,

Healthy Lifestyle,

Hypertension,

Screening.

ABSTRACT

Hypertension is a non-communicable disease that has a high risk of causing serious complications if not controlled. Education and early screening are needed to increase community awareness and understanding of this disease. This activity aims to improve the knowledge of the Gemawang Hamlet community about hypertension and encourage early detection behavior through blood pressure checks. The methods applied included interactive health education sessions, filling out pre-post-test questionnaires, and blood pressure screening for 58 participants. The results showed that 56.9% of the participants had high blood pressure, and only 22 individuals were aware of the symptoms of hypertension. This activity affectively enhanced public knowledge and served as a preventive effort against complications related to hypertension.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



1. Pendahuluan

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang paling umum di seluruh dunia. Hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah tinggi dengan tekanan sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg. Tekanan darah pada manusia secara alami berfluktuasi setiap harinya. Tekanan darah tinggi dianggap bermasalah apabila tekanan tersebut bersifat persisten. Hipertensi tersebut, apabila tidak terkontrol atau tidak diberi perhatian khusus dapat menyebabkan berbagai komplikasi seperti bila mengenai jantung kemungkinan dapat terjadi infark miokard, jantung koroner, gagal jantung kongestif, bila mengenai otak terjadi stroke, ensefalopati hipertensif, dan bila mengenai ginjal terjadi gagal ginjal kronis, sedangkan bila mengenai mata akan terjadi retinopati hipertensif (Tika, 2021).

Angka kejadian hipertensi di Indonesia mencapai 36%. Dari Riset Kesehatan Dasar Indonesia, prevalensi kejadian hipertensi sebesar 34.1% (Tekanan *et al.*, 2024). Menurut American Heart Association (AHA), masyarakat Amerika yang berusia diatas 20 tahun menderita hipertensi mencapai angka hingga 74,5 juta jiwa, Namun hampir sekitar 95% kasus tidak diketahui penyebabnya (Tekanan *et al.*, 2024). Prevalensi hipertensi yang didiagnosis pada penduduk dengan umur lebih dari 18 tahun berdasarkan provinsi di Indonesia, menyatakan bahwa provinsi di D.I.Yogyakarta masuk dalam kategori kedua tertinggi. Data World Health Organization (WHO) menyebutkan ada 50%-70% pasien yang tidak patuh terhadap pengobatan antihipertensi yang diresepkan. Rendahnya kepatuhan terhadap pengobatan hipertensi berpotensi menjadi penghalang tercapainya tekanan darah yang terkontrol dan dapat dihubungkan dengan peningkatan biaya / rawat inap serta komplikasi penyakit jantung (Tekanan *et al.*, 2024).

Hipertensi disebabkan oleh dua penyebab yakni, hipertensi primer dan hipertensi sekunder. Hipertensi primer merupakan penyebab hipertensi terbanyak yakni sekitar 95% dari seluruh penyebab hipertensi sekitar 5% dari seluruh penyakit hipertensi merupakan hipertensi sekunder. Hipertensi primer adalah hipertensi dimana etiologinya tidak diketahui. Sedangkan hipertensi sekunder terjadi dari proses penyakit lain, seperti penyakit parenkim ginjal atau aldosteronisme primer. Faktor-faktor yang mempengaruhi hipertensi adalah jenis kelamin, umur, genetik, kurang olahraga, stress, obesitas, pola asupan garam, kebiasaan merokok dan meminum alkohol. Gejala klinis dari hipertensi kadang dapat berupa asimtomatik dan simtomatik. Gejala klinik dari hipertensi yang dirasakan kadang berupa sakit kepala, epistaskis, jantung berdebar sulit bernafas setelah bekerja keras atau mengangkat beban berat, mudah lelah, gampang marah, telinga berdengung, pusing, tinnitus, dan pingsan. Akan tetapi, gejala-gejala tersebut bukanlah gejala spesifik terhadap hipertensi sehingga gejala-gejala yang dirasakan mungkin dianggap gejala biasa yang mengakibatkan keterlambatan penanganan. Seseorang dengan hipertensi juga terkadang tidak menunjukkan gejala apa-apa sehingga hipertensi dijuluki "*silent killer*" karena diam-diam dapat menyebabkan kerusakan organ yang parah. Apabila sudah terjadi komplikasi, maka gejala yang timbul sesuai dengan organ yang diserang (Tika, 2021).

Penulisan ini bertujuan untuk menjelaskan klasifikasi hipertensi, baik primer maupun sekunder, serta berbagai faktor risiko yang berkontribusi terhadap kemunculan dan progresivitas penyakit ini. Selain itu, pendahuluan ini bertujuan mengungkap dampak klinis dan komplikasi yang mungkin timbul akibat hipertensi yang tidak terkontrol, sehingga memperkuat alasan mengapa hipertensi dikenal sebagai "*silent killer*". Melalui paparan data epidemiologis dan fakta mengenai rendahnya kepatuhan terhadap pengobatan, tulisan ini juga menekankan pentingnya edukasi dan pendekatan promotif preventif berbasis masyarakat sebagai langkah strategis dalam meningkatkan kesadaran dan pengendalian hipertensi secara berkelanjutan.

2. Metode

Sasaran kegiatan ini adalah masyarakat di Dusun Gemawang, RT/RW 02/043, Kelurahan Sinduadi, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman, Yogyakarta, dengan jumlah peserta sebanyak 58 orang. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi, termasuk faktor risiko, gejala, serta upaya pencegahan dan pengendaliannya.

Kegiatan dilaksanakan melalui tiga tahap utama, yaitu:

a. Persiapan dan penyusunan proposal

Tim pengabdian melakukan survei awal ke lokasi untuk menggali informasi terkait pengetahuan masyarakat tentang hipertensi dan kesiapan warga untuk mengikuti kegiatan. Selanjutnya dilakukan penyusunan proposal kegiatan dan perizinan kepada pihak terkait.

Persiapan juga mencakup pembuatan kuesioner pre-test, materi penyuluhan, dan alat pemeriksaan tekanan darah.

b. Pelaksanaan kegiatan

1) Pengisian kuesioner pre-test

Peserta diminta untuk mengisi kuesioner yang berisi 10 pertanyaan guna mengukur tingkat pengetahuan awal mereka mengenai hipertensi.

2) Penyuluhan dan sesi tanya jawab

Kegiatan dilanjutkan dengan pemberian edukasi mengenai hipertensi, mencakup definisi, penyebab, gejala, komplikasi, serta cara pencegahan dan pengendalian. Materi disampaikan secara interaktif dan disertai sesi diskusi serta tanya jawab.



Gambar 1. Penyampaian materi edukasi hipertensi oleh tim pengabdian kepada warga Dusun Gemawang.

3) Pemeriksaan tekanan darah

Setelah penyuluhan, dilakukan pemeriksaan tekanan darah untuk mendeteksi dini adanya hipertensi pada peserta. Pemeriksaan dilakukan oleh tim dengan alat tensimeter manual.



Gambar 2. Kegiatan pemeriksaan tekanan darah warga oleh mahasiswa sebagai upaya deteksi dini hipertensi.

c. Pelaporan

Tahap akhir dari kegiatan ini meliputi penyusunan laporan yang mendokumentasikan seluruh proses pelaksanaan, mulai dari persiapan hingga kegiatan inti. Laporan ini disusun sebagai bentuk pertanggungjawaban dan referensi untuk pengembangan kegiatan serupa di masa yang akan datang.

3. Hasil dan Pembahasan

Pengabdian kepada Masyarakat di lakukan pada hari Senin, 21 April 2025 pukul 15.00 WIB di Dusun Gemawang RT/RW 02/043, Sinduadi, Mlati, Sleman, Yogyakarta. Pengambilan data di lakukan kepada 58 orang yang datang pemeriksaan dalam kegiatan Posbindu (Pos Pembinaan Terpadu). Sebanyak 58 warga Dusun Gemawang yang datang untuk pemeriksaan tekanan darah, rata-rata memiliki darah tinggi atau hipertensi. Sebanyak 56,9% orang memiliki tekanan darah tinggi, 38,7% orang memiliki tekanan darah normal dan 3,4% orang memiliki tekanan darah rendah. Kegiatan ini dalam rangka pengabdian kepada masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang Hipertensi. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan pada tahun 2018, hipertensi menjadi penyakit tidak menular peringkat pertama yang di diagnosis di berbagai fasilitas kesehatan hingga mencapai 185.857 kasus. Hipertensi sering terjadi di negara yang telah berkembang termasuk Indonesia (Tika, 2021). Masyarakat di Dusun Gemawang cukup baik terhadap pengetahuan tentang hipertensi, sebagian ada yang paham apa itu hipertensi dan beberapa tidak tau apa saja gejala hipertensi. Hipertensi adalah penyakit yang tidak menular sering di kenal dengan tekanan darah tinggi dengan kondisi pembuluh darah mengalami peningkatan secara persisten di atas normal 130/90 mmHg (Maulidina *et al.*, 2024). Berdasarkan data Kementerian Kesehatan pada tahun 2018 hipertensi menjadi penyakit tidak menular peringkat pertama yang didiagnosis di berbagai fasilitas kesehatan hingga mencapai 185.857 kasus. Hipertensi sering terjadi di negara yang telah berkembang termasuk Indonesia (Tika, 2021).



Gambar 3. Dokumentasi bersama anggota PKK Dusun Gemawang.

Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini di harapkan dapat meningkatkan tingkat pengetahuan masyarakat mengenai apa itu Hipertensi dan apa saja faktor, gejala, cara mencegah dan mengendalikan hipertensi. Pelaksanaan kegiatan ini terdiri dari 3 tahap, yaitu pengisian kuisioner, penjelasan apa itu hipertensi dan pemeriksaan tekanan darah. Pada awal kegiatan, warga diminta mengisi kuisioner pengetahuan tentang hipertensi. Setelah pengisian kuisioner dilanjutkan dengan penjelasan mengenai hipertensi dan dilanjutkan sesi tanya jawab setelah selesai penjelasan. Kegiatan yang terakhir yaitu pemeriksaan tekanan darah kepada warga Dusun Gemawang. Sebagian warga mempertanyakan apakah hipertensi bisa karena faktor keturunan dan genetik. Genetik merupakan salah satu faktor penyebab penyakit hipertensi yang tidak dapat di ubah, adanya faktor genetik pada keluarga tertentu juga akan menyebabkan keluarga itu memiliki resiko untuk menderita penyakit hipertensi. Individu dengan orang tua dengan hipertensi

mempunyai risiko dua kali lebih besar untuk menderita hipertensi daripada orang yang tidak mempunyai keluarga dengan Riwayat hipertensi, 70-80% kasus hipertensi esensial dengan Riwayat hipertensi dalam keluarga (Febriana and Ningsih, 2024).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat Dusun Gemawang ini di harapkan warga juga mengetahui cara mencegah dan mengendalikan hipertensi. Hipertensi pada dasarnya dapat diatasi melalui gaya hidup sehat. Seseorang dapat menceah penyakit ini dengan mengelola pola makan, istirahat, dan aktivitas secara optimal, serta menghindari kebiasaan yang merugikan kesehatan seperti merokok, kurang tidur, dan mengonsumsi makanan yang dapat memicu hipertensi (Aprillia, 2020). Pola hidup sehat dapat menurunkan darah tinggi (Maulidina *et al.*, 2024). Perubahan dalam gaya hidup, termasuk pergeseran pola makan ke arah konsumsi makanan siap saji yang kaya lemak, protein, dan garam namun rendah serat, Dimana memiliki konsekuensi sebagai salah satu faktor yang berkontribusi pada perkembangan penyakit degenerative seperti hipertensi (Maulidina *et al.*, 2024). Schiavo (2007) dalam bukunya *Health Communication: From Theory To Practices* juga menjelaskan bahwa untuk meyakinkan masyarakat agar menjalankan perilaku hidup sehat bukanlah hal yang mudah sehingga perlu menggunakan pendekatan khusus, salah satunya adalah komunikasi kesehatan. Dalam membangun kebutuhan pada pendekatan komunikasi kesehatan, diperlukan pemahaman yang mendalam tentang persepsi, keyakinan, sikap, perilaku dan hambatan yang di miliki oleh khalayak sasaran beserta konteks budaya, sosial dan lingkungan tempat tinggalnya. Hal tersebut penting mengingat komunikasi kesehatan adalah bagian dari kehidupan sehari-hari (Neng yulia maudi, Platini and Pebrianti, 2021).

Gaya hidup sehat adalah pola hidup yang dijalani secara sadar untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan tubuh, pikiran, dan emosi. Ini mencakup berbagai kebiasaan positif seperti mengonsumsi makanan bergizi seimbang, berolahraga secara teratur, tidur cukup setiap malam, dan menjaga kebersihan diri serta lingkungan. Selain itu, penting juga untuk mengelola stres dengan cara yang sehat seperti bermeditasi, menjalani hobi, atau berbicara dengan orang terdekat (Sapalas *et al.*, 2022).

Menjauhi kebiasaan buruk seperti merokok, mengonsumsi alkohol berlebih, serta penyalahgunaan obat-obatan juga merupakan bagian penting dari gaya hidup sehat. Tak kalah penting, melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin membantu mendeteksi masalah sejak dini dan menjaga tubuh tetap dalam kondisi optimal.

Dengan menjalani gaya hidup sehat secara konsisten, seseorang tidak hanya akan terhindar dari berbagai penyakit, tetapi juga dapat meningkatkan energi, kebugaran, dan kualitas hidup secara keseluruhan. Gaya hidup ini menjadi kunci untuk menjalani kehidupan yang lebih panjang, produktif, dan bahagia.

Tabel 1. Persentase Hasil Pemeriksaan

Kategori	Persentase
Hipertensi	56,9%
Normal	39,7%
Rendah	3,4%
Jumlah Warga	58

Sumber: data primer 2025

Pada tabel 1 diatas diketahui bahwa sebagian besar warga Dusun Gemawang memiliki tekanan darah tinggi dengan persentase sebanyak 56,9%, yang memiliki tekanan darah normal 39,7% dan yang memiliki tekanan darah rendah 3,4%, dengan jumlah warga sebanyak 58 orang.

Tabel 2. Tingkat pemahaman warga terhadap gejala Hipertensi

Jenis Posyandu	paham gejala	Tidak paham gejala
Posbindu	9	8
Posyandu Lansia	13	28
Jumlah	22	36

Sumber: data primer 2025

Pada tabel 2 diatas setelah melakukan pengumpulan data berbentuk kuisisioner, dari total 58 warga yang mengikuti pemeriksaan tekanan darah di posyandu Dusun Gemawang, dapat diketahui bahwa warga yang tidak paham dengan gejala hipertensi lebih banyak di bandingkan dengan warga yang paham, yaitu sebanyak 22 orang warga Dusun Gemawang yang paham dengan gejala hipertensi dan sebanyak 36 orang warga Tidak paham dengan gejala hipertensi. Hipertensi salah satu penyakit yang sangat serius dan jarang menimbulkan tanda dan gejala yang spesifik, karena itu penyakit hipertensi di kenal dengan silent killer, karena masih jarang penderita menyadari dirinya mengidap penyakit hipertensi (Purnamasari and Meutia, 2023).

Tabel 3. Tingkat pemahaman warga setelah penyuluhan

Aspek	Peserta	Persentase	Keterangan
Pentingnya pemeriksaan tekanan darah rutin	58	100%	Dipahami setelah penyuluhan
Risiko penyakit hipertensi	58	100%	Dipahami setelah penyuluhan
Peran gaya hidup sehat	58	100%	Dipahami setelah penyuluhan

Sumber: data primer 2025

Data pada Tabel 1 menunjukkan bahwa sebanyak 56,9% warga Dusun Gemawang memiliki tekanan darah tinggi, sedangkan 39,7% memiliki tekanan darah normal, dan 3,4% mengalami tekanan darah rendah. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa edukasi tentang hipertensi memiliki dampak positif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai tekanan darah tinggi dan pencegahannya (Zaman *et al.*, 2023).

Tabel 2 memperlihatkan bahwa dari 58 warga yang mengikuti pemeriksaan, hanya 22 orang (37,9%) yang memahami gejala hipertensi. Ini menunjukkan masih rendahnya literasi kesehatan terkait hipertensi, yang dikenal sebagai "*silent killer*" karena sering tidak menimbulkan gejala khas. Hal ini sesuai dengan Cristiani dan Rahayu (2021) yang menyatakan bahwa gejala hipertensi cenderung tidak spesifik dan dapat menyerupai penyakit lain, sehingga sering diabaikan hingga terjadi komplikasi serius seperti stroke atau gagal jantung (Telaumbanua and Rahayu, 2021).

Setelah dilakukan edukasi dan penyuluhan, Tabel 3 menunjukkan bahwa semua peserta (100%) memahami pentingnya pemeriksaan tekanan darah, risiko hipertensi dan peran gaya hidup sehat. Penelitian Pengaruh Edukasi Kelompok dalam Pengendalian Tekanan Darah menyatakan bahwa edukasi dalam kelompok berkontribusi besar terhadap pemahaman dan tindakan preventif terhadap hipertensi (Demiyanti1, Raksanagara and Afriandi2, 2018).

Selain edukasi formal, kegiatan ini juga mengenalkan masyarakat pada terapi komplementer sebagai upaya pengendalian tekanan darah. Beberapa penelitian telah membuktikan efektifitas terapi herbal dan komplementer. Misalnya, konsumsi jus wortel

terbukti menurunkan tekanan darah secara signifikan (Ilmiyah, Dwipayanti and Siswantoro, 2022), dan penggunaan tanaman herbal seperti daun seledri, daun sirsak, serta jus tomat atau jus semangka juga terbukti membantu menurunkan tekanan darah (Ariwibowo, Hilmi and Salman, 2023). Terapi relaksasi otot progresif juga terbukti efektif menurunkan tekanan darah lansia (Putri and Mazarina, 2022).

Selain itu, gaya hidup sehat berperan penting dalam pencegahan hipertensi. Faktor seperti pola makan tinggi garam, stres, merokok, kurang olah raga, dan konsumsi alkohol merupakan faktor signifikan yang meningkatkan risiko hipertensi (Melviani *et al.*, 2022).

Dengan demikian, peningkatan pemahaman masyarakat setelah edukasi di Dusun Gemawang tidak hanya mencerminkan keberhasilan program, tetapi juga menegaskan pentingnya pendekatan edukatif, gaya hidup sehat, dan terapi komplementer dalam pengelolaan hipertensi secara menyeluruh dan berkelanjutan.

4. Kesimpulan

Kegiatan edukasi dan skrining hipertensi di Dusun Gemawang berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang gejala, faktor risiko, dan pencegahan hipertensi. Edukasi berbasis masyarakat ini efektif dalam mendorong kesadaran akan gaya hidup sehat sebagai langkah preventif terhadap hipertensi. Kegiatan serupa perlu dilakukan secara berkala untuk menjaga keberlanjutan dampaknya.

Ucapan Terimakasih

Ucapan terimakasih ditunjukkan kepada pengurus PKK Dusun gemawang atas kesempatan yang diberikan. Serta segenap warga yang Dusun Gemawang yang telah berpartisipasi dalam pelaksanaan kegiatan ini.

References

- Aprillia, Y. (2020) 'Gaya Hidup dan Pola Makan Terhadap Kejadian Hipertensi', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), pp. 1044-1050. Available at: <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i2.459>.
- Ariwibowo, A.I., Hilmi, I.L. and Salman, S. (2023) 'Research Article: Efektivitas Pengobatan Herbal pada Pasien Hipertensi', *Jurnal Surya Medika*, 9(2), pp. 34-40. Available at: <https://doi.org/10.33084/jsm.v9i2.5662>.
- Demiyaniti¹, E., Raksanagara, A.S. and Afriandi², I. (2018) 'Pengaruh edukasi kelompok pada pengendalian tekanan darah di anggota klub prolanis Klinik Pratama', *Jurnal Sistem Kesehatan*, 4(2), pp. 47-51.
- Febriana, A. and Ningsih, D.S. (2024) 'Koping Keluarga Terhadap Keparahan Hipertensi', *Jurnal Penelitian Keperawatan Kontemporer*, 4(1), pp. 16-24. Available at: <https://doi.org/10.59894/jpkk.v4i1.716>.
- Ilmiyah, F., Dwipayanti, P.I. and Siswantoro, E. (2022) 'Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Menggunakan Intervensi Konsumsi Jus Wortel (*Daucus Carota* L)', *Pengembangan Ilmu dan Praktik Kesehatan*, 1(2), pp. 10-18. Available at: <https://doi.org/10.56586/pipk.v1i2.201>.
- Maulidina, C.M. *et al.* (2024) 'Edukasi pencegahan hipertensi menuju lansia sehat', *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, 4(4), pp. 776-783. Available at: <https://doi.org/10.33474/jp2m.v4i4.21164>.

- Melviani, M. *et al.* (2022) 'Pengaruh Gaya Hidup Terhadap Penyakit Hipertensi Berdasarkan Teori TPB (Theory Of Planned Behavior)', *Journal Pharmaceutical Care and Sciences*, 2(2), pp. 30-38. Available at: <https://doi.org/10.33859/jpcs.v2i2.164>.
- Neng yulia maudi, Platini, H. and Pebrianti, S. (2021) 'Aktivitas Fisik Pasien Hipertensi', *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah'*, 8(1), pp. 25-38. Available at: <https://doi.org/10.33867/jka.v8i1.239>.
- Purnamasari, E.F. and Meutia, R. (2023) 'Hubungan Sikap Dan Motivasi Terhadap Kepatuhan Minum Obat Pada Pasien Penderita Hipertensi Di Rumah Sakit Advent Medan', *Jambura Journal of Health Sciences and Research*, 5(2), pp. 541-549. Available at: <https://doi.org/10.35971/jjhsr.v5i2.18581>.
- Putri, R.S.M. and Mazarina, H. (2022) 'Terapi Komplementer Untuk Mengatasi Hipertensi', *JAPI (Jurnal Akses Pengabdian Indonesia)*, 7(1), pp. 73-78. Available at: <https://doi.org/10.33366/japi.v7i1.3279>.
- Sapalas, R.A. *et al.* (2022) 'Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Mewujudkan Kesejahteraan Masyarakat', *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, pp. 1-5. Available at: <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat/article/view/15592>.
- Tekanan, P. *et al.* (2024) '© 2024 Jurnal Keperawatan', pp. 52-61.
- Telaumbanua, A.C. and Rahayu, Y. (2021) 'Penyuluhan Dan Edukasi Tentang Penyakit Hipertensi', *Jurnal Abdimas Saintika*, 3(1), p. 119. Available at: <https://doi.org/10.30633/jas.v3i1.1069>.
- Tika, T.T. (2021) 'Pengaruh Pemberian Daun Salam (*Syzygium polyanthum*) Pada Penyakit Hipertensi', *Jurnal Medika*, 03(01), pp. 1260-1265. Available at: <http://www.jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/download/263/177>.
- Zaman, B. *et al.* (2023) 'Pemeriksaan Tekanan Darah dan Edukasi tentang Hipertensi Serta Penanganannya', *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(8), pp. 3414-3423. Available at: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i8.10496>.