



Efektifitas Penggunaan Media *E-Leaflet* Terhadap Pengetahuan Tentang Penyakit Hipertensi Di Wilayah UPTD Puskesmas Bahagia Kab. Bekasi Tahun 2022

Lystia Ika Damayanti¹, Tatag Mulyanto²

^{1,2}STIKes Abdi Nusantara

Email: lystiaikadamayanti@gmail.com¹, tatagria86@yahoo.com²

Abstrak

Hipertensi atau yang sering disebut dengan tekanan darah tinggi merupakan salah satu penyakit pada sistem peredaran darah dimana pada kondisi cukup istirahat dan tenang tekanan darah sistol lebih dari 140 mmHg, tekanan darah diastol lebih dari 90 mmHg yang diukur 2 kali dengan selang waktu 5 menit (Kemenkes RI, 2014a). Untuk mengetahui efektifitas media *e – leaflet* sebagai sarana penunjang promosi kesehatan bagi masyarakat yang berkunjung di UPTD Puskesmas Bahagia Kab. Bekasi Tahun 2022. Metode penelitian ini adalah kuantitatif analitik menggunakan metode *pre – experimenta* dengan uji analitik *Paired T – Test*. Penelitian ini dilakukan di UPTD Puskesmas Bahagia Kab. Bekasi tahun 2022 dengan jumlah sampel 30 responden. Metode pengambilan sampel *One Group Pre Test – Post Test* dengan jenis data sekunder. Hasil *Uji Paired T-Test* menunjukkan hasil *P-Value* nya adalah *Sig. Pretest* 0,003 dan *Sig. Posttest* 0,000 yang berarti ada pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan kesehatan menggunakan media *e – leaflet* terhadap pengetahuan penyakit Hipertensi. Terdapat pengaruh penggunaan media *e – leaflet* terhadap pengetahuan tentang penyakit hipertensi di UPTD Puskesmas Bahagia Kab. Bekasi Tahun 2022.

Kata Kunci: *Hipertensi, Penyuluhan Kesehatan, Media E – Leaflet.*

Abstract

Hypertension or often referred to as high blood pressure is a disease of the circulatory system where in conditions of sufficient rest and calm systolic blood pressure is more than 140 mmHg, diastolic blood pressure is more than 90 mmHg which is measured 2 times with an interval of 5 minutes (Ministry of Health RI, 2014a). To determine the effectiveness of *e-leaflet* media as a means of supporting health promotion for people who visit the UPTD Puskesmas Bahagia Kab. Bekasi in 2022. This research method is quantitative analytic using the pre-experimental method with the analytic *Paired T-Test*. This research was conducted at the UPTD Puskesmas Bahagia Kab. Bekasi in 2022 with a sample of 30 respondents. *One Group Pre Test – Post Test* sampling method with secondary data types. The results of the *Paired T-Test* show that the *P-Value* is *Sig. Pretest* 0.003 and *Sig. Posttest* 0.000 which means that there is an effect before and after health education using *e-leaflet* media is carried out on knowledge of hypertension. There is an effect of using *e-leaflet* media on knowledge about

hypertension in UPTD Puskesmas Bahagia Kab. Bekasi in 2022.

Keywords: *Hypertension, Health Counseling, Media E – Leaflet*

PENDAHULUAN

Pemberdayaan masyarakat merupakan strategi dalam konsep pembangunan berpusat pada masyarakat sebagai subyek pembangunan. Apabila melihat kondisi saat ini masyarakat desa telah terperangkap oleh kemiskinan dan keterbelakangan. Sehingga perlu ada peningkatan harkat serta martabat agar masyarakat desa bisa berdaya guna dan mandiri. Promosi Kesehatan adalah Proses untuk meningkatkan pengetahuan seseorang untuk memperbaiki kesehatan. Kesehatan merupakan hal penting bagi kualitas hidup manusia, dimana kesehatan merupakan keadaan sejahtera dari badan, jiwa dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Dengan demikian pemeliharaan kesehatan diperlukan dalam upaya penanggulangan dan pencegahan yang memerlukan pemeriksaan, pengobatan dan perawatan untuk memulihkan status kesehatan (Parmawati, 2012).

Hipertensi adalah tekanan darah tinggi yang dapat memicu terjadinya stroke, serangan jantung, gagal jantung, dan penyebab utama gagal ginjal kronik. Pada tahun 2025 diperkirakan hipertensi merupakan salah satu penyebab kematian dini di seluruh dunia. Sekitar 1,56 miliar orang dewasa diperkirakan akan mengalami hipertensi. Setiap tahun diperkirakan 8 juta orang di dunia meninggal karena Hipertensi (WHO, 2018). Salah satu tujuan pembangunan kesehatan menuju Indonesia sehat adalah untuk meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan yang optimal guna terciptanya masyarakat, bangsa dan negara dengan penduduk hidup sehat dalam lingkungan yang sehat dan memiliki kemampuan untuk menjangkau pelayanan kesehatan yang optimal di seluruh wilayah RI (Depkes RI, 2012). Hipertensi merupakan penyebab kematian dini di seluruh dunia yang sebenarnya dapat dicegah (Katherina; Joshua; Tanika, et al, 2016). Di Indonesia, Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama mortalitas dan morbiditas, sehingga tatalaksana penyakit ini merupakan intervensi yang sangat umum dilakukan di berbagai tingkat fasilitas kesehatan (Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia, 2015). Penyakit hipertensi sering disebut sebagai “silent killer” karena bisa muncul tanpa gejala atau tanda-tanda peringatan, sehingga banyak yang tidak menyadarinya (Brunner dan Suddarth, 2013).

Hipertensi atau yang sering disebut dengan tekanan darah tinggi merupakan salah satu penyakit pada sistem peredaran darah dimana pada kondisi cukup istirahat dan tenang tekanan darah sistol lebih dari 140 mmHg, tekanan darah diastol lebih dari 90 mmHg yang diukur 2 kali dengan selang waktu 5 menit (Kemenkes RI, 2014a). Hipertensi dapat dicegah dengan mengendalikan perilaku berisiko seperti merokok, diet yang tidak sehat seperti kurang konsumsi sayur dan buah serta konsumsi gula, garam dan lemak berlebih, obesitas, kurang aktifitas fisik, konsumsi alkohol berlebihan dan stres. Data Riskesdas 2018 pada penduduk usia 15 tahun keatas didapatkan data faktor risiko seperti proporsi masyarakat yang kurang makan sayur dan buah sebesar 95,5%, proporsi kurang aktifitas fisik 35,5%, proporsi merokok 29,3%, proporsi obesitas sentral 31% dan proporsi obesitas umum 21,8%. Hipertensi bukanlah penyakit yang asing lagi dikalangan masyarakat. Semua orang memiliki resiko untuk mengalami tekanan darah tinggi. Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa terdapat 34,1 persen masyarakat Indonesia yang berumur ≥ 18 tahun terkena hipertensi.

Data tersebut mengalami peningkatan sebesar 7,6 persen dibandingkan dengan hasil lima tahun sebelumnya pada Riskesdas 2013 yaitu 26,5 persen. Data prevalensi hipertensi tertinggi berdasarkan pengukuran pada umur ≥ 18 tahun menurut Provinsi, masih tetap ditempati oleh Provinsi Kalimantan Selatan dengan jumlah

44,1 %. Terdapat peningkatan sejumlah 10% dari nilai sebelumnya pada Riskesdas 2013 yang hanya menunjukkan angka 34,1%. (KemenkesRI, 2018) Dari prevalensi hipertensi sebesar 34,1% diketahui bahwa sebesar 8,8% terdiagnosis hipertensi dan 13,3% orang yang terdiagnosis hipertensi tidak minum obat serta 32,3% tidak rutin minum obat. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita. Hipertensi tidak mengetahui bahwa dirinya Hipertensi sehingga tidak mendapatkan pengobatan. Alasan penderita hipertensi tidak minum obat antara lain karena penderita hipertensi merasa sehat (59,8%), kunjungan tidak teratur ke fasyankes (31,3%), minum obat tradisional (14,5%), menggunakan terapi lain (12,5%), lupa minum obat (11,5%), tidak mampu beli obat (8,1%), terdapat efek samping obat (4,5%), dan obat hipertensi tidak tersedia di Fasyankes (2%).

Berdasarkan profil kesehatan Kota Bekasi pada tahun 2014, hipertensi termasuk 20 besar kasus penyakit tertinggi dengan terbanyak ke 4 dengan jumlah kasus hipertensi sejumlah 36.807 kasus (13,8%) (Dinkes Kota Bekasi, 2014). Laporan kasus yang telah terdata di UPTD Puskesmas Bahagia pada tahun 2021 melaporkan terdapat 1.666 jumlah pasien hipertensi, sebagai perbandingan kasus per tahun, didapatkan juga data pasien pada tahun tahun 2022 periode bulan Januari sampai April sebanyak 501 pasien hipertensi yang berkunjung ke UPTD Puskesmas Bahagia. Berdasarkan data tersebut karena adanya kurang pemahaman masyarakat tentang penyakit hipertensi yang pasien derita.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian menggunakan *Pre – Experimental* dengan pendekatan *control one - group – pretest – posttest*. Pada rancangan jenis penelitian ini, kelompok eksperimen diperoleh pada satu kelas yang sama. Jenis uji statistik yang digunakan adalah *Paired Sample T-test*, yang merupakan uji analitik untuk menunjukkan adanya perbedaan antara dua sampel yang berpasangan. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah lembar kuesioner berisi soal *pretest* dan *posttest*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah: Media Promosi Kesehatan *e-Leaflet*. Electronic Leaflet yang berisi materi pengetahuan tentang Hipertensi dimuat dalam bentuk file *PDF* dan dikirimkan kepada responden melalui aplikasi *WhatsApp*, Kuesioner

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Analisa univariat ini digunakan untuk mengetahui skor nilai dari pengetahuan penyakit hipertensi (responden) menurut hasil *pretest* dan *posttest*. Data statistik menggunakan aplikasi *IBM SPSS 20*, dijabarkan sebagai berikut :

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation

Pre Test	30	2	10	6.47	1.871
Post Test	30	7	10	9.13	.860
Valid N (listwise)	30				

Hasil pengolahan data diintrepetasikan dengan perolehan nilai *pretest* terendah adalah 2 dan nilai tertinggi adalah 10. dengan nilai rata-ratanya 6.47. Setelah intervensi penyuluhan dengan responden dilakukan pengujian kembali yaitu *posttest* dengan soal yang sama. Didapatkan nilai *posttest* terendah adalah 7 dan nilai tertinggi 10 dengan nilai rata-rata 9.13. Nilai standar deviasi sebesar 1,871 dan 0,860 yang berarti data bervariasi karena nilai standar deviasi lebih besar daripada mean. Kesimpulan dari hasil nilai *pretest* dan *posttest* menunjukkan bahwa adanya perubahan tingkat pengetahuan dibuktikan dengan meningkatnya total nilai dan rata-rata nilai.

Analisa Bivariat

Analisa bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan dua variabel, yaitu variabel independen dan dependen. Analisis uji data berpasangan parametri yang didapatkan melalui kuesioner *pretest-posttest* yaitu dengan *uji Paired Sample T – Test*. Penggunaan metode uji analisa ini didahului dengan uji normalitas sebagai pemenuhan syarat uji. Berdasarkan hasil uji normalitas *Kolgomorov-Smirnov*, bahwa data terdistribusi normal (*Sig. Pretest* 0,003 dan *Sig. Posttest* 0,000) untuk mengetahui perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukannya penyuluhan. Dalam penelitian ini dilakukan menggunakan analisis statistik, dengan menggunakan *uji Paired T – Test*, digunakan untuk menguji ada atau tidaknya pengaruh penggunaan media *E-Leaflet* terhadap pengetahuan penyakit hipertensi, dengan dasar pengambilan keputusan, sebagai berikut :

1. Jika nilai signifikansi (*sig. 2 – tailed*) <0,05 maka H_0 ditolak dan H_1 diterima.
2. Jika nilai signifikansi (*sig. 2 – tailed*) >0,05 maka H_0 diterima dan H_1 ditolak.

Hasil dari perhitungan uji analisis *Paired Sample T – Test* melalui aplikasi *IBM SPSS 20* dan diperoleh nilai sebagai berikut:

Paired Sample Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pre Test	6.47	30	1.871	.342
Post Test	9.23	30	.860	.157

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 Pre Test & Post Test	30	.517	.003

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair Pre Test - 1 Post Test	- 2.667	1.605	.293	-3.266	-2.068	- 9.103	29	.000

Hasil uji bivariat menunjukkan *sig. 2 – tailed* adalah 0,00 mengacu pada dasar pengambilan keputusan < 0,05 yang menunjukkan penelitian menerima hipotesis H₁ diterima yaitu adanya pengaruh penggunaan media *E-Leaflet* terhadap pengetahuan penyakit hipertensi.

Hasil Uji Validitas dan Uji Reabilitas

Uji validitas ini digunakan untuk perbandingan antara kuesioner dan isi media penyuluhan. Data yang digunakan adalah data responden yang didapatkan pada saat dilakukannya penelitian. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner tertutup. Uji validitas menggunakan teknik korelasi dengan bantuan *IBM SPSS 20*, pengujian menggunakan validitas pearson dengan menggunakan korelasi *r-tabel* dengan taraf signifikan 0,374 (5%). Metode yang digunakan untuk mengukur reliabilitas adalah rumus *Alpha Cronbach's* dengan nilai koefisien $r > 0,6$.

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excludes ^a	0	.0
	Total	30	100.0

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of items
.680	11

Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan mengetahui apakah ada variabel dalam model regresi memiliki nilai normal atau tidak (ghozali, 2018). Dalam penelitian ini dilakukan uji normalitas menggunakan analisis statistik dengan menguji *One Sample Kolmogorov-Smirnov* dengan dasar pengambilan keputusan, yaitu :

1. Jika nilai signifikansi < 0,05 maka data tidak terdistribusi normal
2. Jika nilai signifikansi > 0,05 maka data terdistribusi normal Hasil perhitungan uji normalitas *One Sample KolmogorovSmirnov* melalui aplikasi *IBM SPSS 20* diperoleh nilai sebagai berikut :

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	Pre Test	Post Test
N	30	30
Mean	7.20	9.60
Normal Parameters ^{a,b}		

	Std. Deviation	1.808	.724
Most	ExtremeAbsolute	.144	
Differences	Positive	.144	.443
	Negative	-.140	.290
			-.443
Kolmogorov-Smirnov Z		.789	2.427
Asymp. Sig. (2-tailed)		.562	.000

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Berdasarkan tabel uji normalitas diperoleh nilai untuk variabel *Pretest* dan *Posttest* adalah *sig. Pretest* 0,562 dan *sig. Posttest* 0,000. Mengacu pada angka signifikansi *KolmogorovSmirnov* adalah lebih besar dari 0,05 maka data terdistribusi dengan normal.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 50 responden., menunjukkan perolehan nilai *pretest* terendah adalah 2 dan nilai tertinggi adalah 10, dengan rata – rata nilai 6,47. Setelah intervensi penyuluhan dengan dilakukan pengujian kembali yaitu *posttest* dengan soal yang sama. Didapatkan nilai *posttest* terendah adalah 7 dan nilai tertinggi adalah 10, dengan rata – rata nilai 9,13. Data *pretest* dan *posttest* menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden terhadap penyakit hipertensi sudah mempunyai pengetahuan yang cukup baik.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut bahwa pengetahuan yang baik mampu meningkatkan kualitas hidup penderita hipertensi. Salah satu upaya pengendalian hipertensi yaitu dengan meningkatkan pengetahuan yang dapat dilakukan melalui promosi kesehatan. Promosi kesehatan merupakan sebuah upaya dilakukan untuk meningkatkan kemampuan masyarakat yaitu melalui sebuah pembelajaran yang berguna baik untuk diri sendiri maupun untuk lingkungan sekitar. Pembelajaran ini disesuaikan dengan sosial budaya setempat dan didukung oleh kebijakan publik yang berwawasan kesehatan RI, K. K. (2017). Pendidikan kesehatan merupakan hubungan antara *output* dengan tujuan, semakin besar kontribusi *output* terhadap pencapaian tujuan maka semakin tinggi efektif program, organisasi atau kegiatan. Sehubungan dengan hal tersebut, maka pelaksanaan pendidikan kesehatan mengacu pada hasil guna dari pendidikan kesehatan menyatakan sejauh mana tujuan yang dicapai, serta ukuran berhasil tidaknya pelaksanaan pendidikan kesehatan mencapai tujuan dan targetnya (Wijayanti dan Mulyadi, 2019).

Tingkat pengetahuan responden terhadap penyakit hipertensi berkaitan dengan adanya penyuluhan di masyarakat yang dilakukan oleh puskesmas dan secara langsung mempengaruhi tingkat pemahaman responden. Hasil penelitian ini sependapat dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Nelwan (2019) berpendapat bahwa

terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat sebelum (*pre*) dan sesudah (*post*) diberikan promosi kesehatan berupa penyuluhan mengenai hipertensi. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan sebesar 1,44 poin. Hal ini berarti pemberian promosi kesehatan bisa meningkatkan pengetahuan (Nelwan & Sumampouw, 2019). Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada 30 responden menunjukkan hasil uji analitik *Paired T – Test* menunjukkan *Sig. 2 – tailed* adalah 0,00 mengacu pada dasar pengambilan keputusan $<0,05$ yang menunjukkan penelitian menerima hipotesis H1. Apabila nilai *Sig. 2 – tailed* yang menunjukkan penelitian menerima hipotesis H1. Apabila nilai $<0,05$, maka dinyatakan H1 diterima, yaitu adanya pengaruh penggunaan media *e – leaflet* terhadap pengetahuan penyakit hipertensi.

Penyuluhan kesehatan adalah penambahan pengetahuan dan kemampuan seseorang melalui teknik praktik belajar atau instruksi dengan tujuan mengubah atau mempengaruhi perilaku manusia baik secara individu, kelompok maupun perawat dan pasien untuk meningkatkan kesadaran akan nilai kesehatan sehingga dengan sadar mau mengubah perilakunya menjadi perilaku hidup sehat (Simamora & Saragih, 2019). Perlengkapan penyuluhan sangat penting untuk membantu kelancaran pelaksanaan penyuluhan agar mudah dipahami oleh masyarakat. Alat bantu penyuluhan adalah alat – alat atau perlengkapan yang diperlukan oleh seseorang penyuluh guna memperlancar proses penyampaian pesan selama kegiatan penyuluhan itu dilaksanakan (Waryana, 2019). Leaflet merupakan lembaran yang berisikan informasi khusus. Pada isi leaflet tersedia berbagai informasi yang dibutuhkan dan didukung oleh gambar dengan tujuan pembaca dapat memahami langsung isi dari leaflet. Leaflet merupakan salah satu media yang efektif dalam mempengaruhi perilaku seseorang (Susanti et al., 2017). Leaflet digital adalah sebuah penyajian bahan belajar mandiri yang disusun secara sistematis ke dalam unit pembelajaran terkecil untuk mencapai tujuan pembelajaran yang disajikan ke dalam format elektronik.

Penyuluhan kesehatan yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan metode ceramah dengan menggunakan media *e-leaflet* yang bertujuan untuk memberi pemahaman lebih cepat ke masyarakat karena *e-leaflet* ini berisi tentang gambar dan tulisan yang terdiri dari pengetahuan tentang penyakit hipertensi yang dibuat secara digital yaitu dengan menggunakan telepon genggam yang dapat diakses melalui aplikasi *whatsapp* dengan menggunakan aplikasi *pdf* dan bisa diakses dimana saja. Setelah dilakukan penyuluhan kepada responden selanjutnya peneliti memberi kesempatan responden untuk bertanya terkait penyakit hipertensi yang belum dipahami.

Berdasarkan uraian diatas, penelitian ini membuat inovasi terbaru yaitu penyuluhan berbasis digital yang bertujuan untuk memudahkan masyarakat dalam mencari informasi terkait penyakitnya yang lebih efektif dan efisien sebagai media pemberian informasi kesehatan. *E-leaflet* ini dibuat semenarik mungkin agar responden tertarik untuk membacanya. Penggunaan media *e-leaflet* ini sangat berpengaruh terhadap pengetahuan responden tentang penyakit hipertensi yang menyebabkan tingginya skor nilai rata – rata pada pelaksanaan pengujian *pretest* dan *posttest*. Penggunaan media *e-leaflet* ini sangat berpengaruh terhadap pengetahuan responden tentang penyakit hipertensi yang menyebabkan skor nilai rata – rata pada pelaksanaan pengujian *pretest* dan *posttest* mengalami perubahan. Hal ini penelitian ini sejalan dengan penelitian Sarlinda (2018) menyatakan penyuluhan kesehatan adalah penambahan pengetahuan dan kemampuan seseorang melalui teknik praktek belajar atau instruksi dengan tujuan mengubah atau mempengaruhi perilaku manusia secara individu, kelompok maupun masyarakat untuk dapat lebih mandiri dalam mencapai tujuan hidup sehat. Sehingga dalam menyampaikan materi sebaiknya menggunakan metode ataupun media sebagai penarik perhatian sasaran dan mempermudah dalam pemahamannya. Peneliti berasumsi bahwa *leaflet* merupakan media yang tepat dalam penyampaian informasi atau pesan – pesan kesehatan melalui lembaran yang dilipat yang didalamnya berisi kalimat maupun gambar

karena media leaflet mudah dipahami oleh kalangan lansia.

SIMPULAN

Setelah peneliti melakukan penelitian efektifitas penggunaan media *e – leaflet* terhadap pengetahuan tentang penyakit hipertensi di wilayah UPTD Puskesmas Bahagia Kab. Bekasi Tahun 2022. Maka peneliti mengambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Adanya pengaruh penggunaan media *e – leaflet* terhadap pengetahuan tentang penyakit hipertensi, media digital mempermudah akses penyampaian dan penyebaran informasi.
2. Adanya interaksi pada saat penyuluhan ceramah dengan bantuan media *e – leaflet* yang dapat meningkatkan pengetahuan para responden.
- 3.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi Sofia & Familia Digi. (2017). *Hidup Bahagia Dengan Hipertensi*. Jogjakarta.
- Dr. dr. Suherman, Sp.S. (2018). *Hipertensi Esensial Aspek Neurobehaviour dan Genetika*. Syiah Kuala University Press Darussalam – Banda Aceh.
- Endah Kiki. (2020). *Pemberdayaan Masyarakat : Mengali Potensi Lokal Desa*. Universitas Galuh, Ciamis, Indonesia. *Jurnal Moderat*. <https://jurnal.unigal.ac.id/index.php/moderat>
- Erika Conindya, Rosalina Enna. (2021). *Pengaruh Promosi Kesehatan Dengan Media Leaflet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Hipertensi Pada Lansia Di Kampung Sawah Jakarta Utara*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sint Carolus Jakarta. <http://ejournal.stik-sintcarolus.ac.id/>
- Fakhriyah, Athiyya Noor, Jubaidah, Fitriani Lisa. (2021). *Penyuluhan Hipertensi Melalui Whatsapp Group Sebagai Upaya Pengendalian Hipertensi*. Banjarmasin.
- Ghozali, Imam. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 21*. Semarang. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Lail Nurul Husnul. (2015). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Dalam Kehamilan Di Puskesmas Sukaraya Kecamatan Karang Bahagia Kabupaten Bekasi Tahun 2015*. National University Fakultas Ilmu Kesehatan.
- Laili Nurul, S.Kep. Ns., M.Kep. (2020). *Terapi Alternatif Komplementer Herbal Pada Pasien Hipertensi Dalam Perspektif Keperawatan*. Jogjakarta.
- Magfirah Afdalul, Muslima Lia, Sabdi M. (2021). *Penyuluhan dan Promosi Kesehatan untuk Pencegahan Hipertensi di Desa Payatumpi Kabupaten Aceh Tengah*. Stikes Payung Negri. *Jurnal Pengabdian pada Masyarakat*.
- Maulidina Fatharani, Harmani Nanny, Suraya Izza. (2018). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Jati Luhur Bekasi Tahun 2018*. Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof Dr. Hamka Jakarta, Indonesia.
- Nina, Novita Astrid. (2020). *Promosi Kesehatan Hipertensi Di Desa Kutamukti Kecamatan Kutawakuya. Jakarta Selatan*.
- Notoatmodjo S. (2017). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Nugroho Kristiawan P.A., Sanubari Theresia P.E., Rumondor Jein Mayasari. (2019). *Faktor Risiko Penyebab Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sidorejo Lor Kota Salatiga*. Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Gizi Universitas Kristen Satya Wacana. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada* – Januari 2019.

Sukesti Tri Wahyuni. (2018). Promosi Kesehatan Dalam Pencegahan Terhadap Hipertensi Dan Perilaku Merokok Di Dusun Combangan Yogyakarta. Yogyakarta.
<http://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/jpkm/article/view/12411>

Wade, 2016. Mengatasi Hipertensi. Bandung: Nuansa Cendekia Waryana. (2019). Promosi Kesehatan, Penyuluhan dan Pemberdayaan Masyarakat. Yogyakarta.