

Edukasi dan Pemeriksaan Tekanan Darah pada Lansia di Desa Uraur Kecamatan Kairatu, Provinsi Maluku

¹⁾Olivia Talahatu*, ²⁾Grace J Wakanno, ³⁾Denne Sumah, ⁴⁾Zasendy Rehena, ⁵⁾Lisse Pattipeiluhu

^{1,2,3,5)}Keperawatan, Universitas Kristen Indonesia Maluku, Ambon, Indonesia

⁴⁾Kesehatan Masyarakat, Universitas Kristen Indonesia Maluku, Kota Ambon, Indonesia
Email Corresponding: olivetalahatu@gmail.com

INFORMASI ARTIKEL	ABSTRAK
Kata Kunci: Edukasi Pemeriksaan Tekanan Darah Lansia	Kualitas hidup lansia di tengah masyarakat menjadi aspek yang penting untuk diperhatikan hal tersebut didukung dengan jumlah populasi lansia secara global yang terus meningkat. Salah satu ukuran secara vital akan status kesehatan seorang lansia adalah tekanan darah. Demikian bahwa pemantauan tekanan darah lansia menjadi sangat krusial untuk dilakukan. Kesadaran lansia dan pemahaman lansia tentang tekanan darah tinggi menjadi kunci utama. Melalui kegiatan edukasi dan pemeriksaan kesehatan maka akan memberi dampak yang sangat besar bagi lansia. Tujuan dari PK mini adalah meningkatkan pemahaman dan kesadaran lansia desa uraur mengenai tekanan darah tinggi dan self manegementnya mencakup cara pencegahan, penobatan sampai kepada pengontrolan. Mitra dalam PKm ini adalah Masyarakat desa uraur dengan usia lansia. Metode yang dilakukan dalam kegiatan edukasi dan pemeriksaan tekanan darah ini yakni Metode partisipatif dengan pendekatan Diskusi kelompok dan Keputusan Bersama dalam menjalankan program. Hasil di dapatkan dari kegiatan PKm yaitu terjadi peningkatan pengetahuan sebesar 60% dan untuk hasil pemeriksaan tekanan darah di dapatkan optimal normal 35 orang dari 80 orang dengan presentase sebesar 43,8% serta hasil evaluasi di dapatkan self management terhadap pemanfaatan obat non farmakologi masih sangat minim.
Keywords: Education Checkup Blood Pressure Elderly	ABSTRACT The quality of life of the elderly within society is an important aspect to be considered, supported by the continuously increasing global elderly population. One vital measure of an elderly person's health status is blood pressure. Thus, monitoring the blood pressure of the elderly becomes crucially important. Elderly awareness and understanding of high blood pressure become key factors. Through educational activities and health examinations, significant impacts can be achieved for the elderly. The objective of this mini PKM is to increase the understanding and awareness of high blood pressure and its self-management among the elderly in Uraur village, covering prevention methods, treatment, and control. Partners in this PKM are the Uraur village community with elderly members. The method employed in the educational and blood pressure examination activities is a participatory approach using group discussions and joint decision-making in program execution. The results obtained from the PKM activities show a 60% increase in knowledge, with 35 out of 80 individuals achieving optimal normal blood pressure levels, representing 43.8%, and the evaluation results indicate minimal self-management regarding the utilization of non-pharmacological medications. This is an open access article under the CC-BY-SA license.



I. PENDAHULUAN

Informasi tentang hipertensi bukanlah hal yang baru bagi seorang lansia akan tetapi hipertensi ensensian menjadi salah satu alasan pentingnya pemberian edukasi hipertensi harus dilakukan secara terus menerus. Berdasarkan data yang diperoleh sejalan dengan bertambah usia, prevalensi dari hipertensi selalu meningkat menjadi 60% bagi usia di atas 60 tahun pada setiap lapisan tingkat pendapatan, sosio dan ekonomi. (Nurochman et al., 2024). Usia lansia yang diperkirakan akan terus meningkat setiap tahunnya membuat berbagai elemen pendukung mencoba memberikan yang terbaik, termasuk pemanfaatan fasilitas Kesehatan. Tujuan lansia menjadi produktif di masa lansiannya terkadang harus dipersiapkan sendiri bagi

lansianya.(Dimala, 2023; Hidayati et al., 2020; Maksuk & Yusneli, 2021; Melanie, 2021; Napitupulu, 2020; Raudhoh & Pramudiani, 2021; Wahyudi et al., 2019).

Salah satu hal yang menjadi penting diketahui oleh seorang lansia adalah harus mampu menjaga tekanan darahnya untuk tetap stabil. Tekanan darah tinggi merupakan salah satu penyebab utama dalam berbagai penyakit kardiovaskuler yang berbahaya diantaranya stroke dan serangan jantung sampai kepada kematian. (Indriawati et al., 2022). Berdasarkan hasil NCD Risk Factor Collaboration,2021; Nguyen & Chow, 2021) Indonesia merupakan salah satu negara yang memberikan beban secara global terkait pengobatan dan pengendalian hipertensi. Dalam hal pengendalian, pencegahan serta pengobatan hipertensi tidak terlepas dari pelaksanaan sosialisasi yang terjangkau, mengingat Indonesia khususnya provinsi maluku merupakan daerah kepulauan begitupun pada tempat pelaksanaan PKM di desa uraur kecamatan kairatu.(Nugroho & Masrika, 2023). Desa Uraur terletak di Kecamatan Kairatu Kabupaten Seram Bagian Barat Provinsi Maluku merupakan salah satu daerah di maluku yang memiliki jumlah populasi lansia yang tinggi. Desa Uraur sendiri memiliki fasilitas Kesehatan berupa Puskesmas yang letaknya di Kecamatan Kairatu. Selanjutnya hal yang sama dari segi jarak lokasi desa yakni berdasarakan hasil pengabdian kepada Masyarakat yang dilakukan di desa jarak, kecamatan wonosalam kabupaten jombang dengan kondisi letak geografi berada pada dataran tinggi maka didapatkan bahwa pemahaman mengani penyakit hipertensi kepada lansia (lanjut usia) di desa jaraak yang disebabkan bebrapa faktor kebiasaan dari penyebab (Wardhani Mas et al., 2022).

Berdasarkan hasil wawancara yang di lakukan dengan perangkat desa yang ada di Desa Uraur di sampaikan bahwa kegiatan posyandu lansia di desanya selalu berjalan dengan rutim dan pelaksanaannya sangat baik, baik dari keaktifan kader maupun anggota lansia yang terdaftar. Namun hal yang di dapatkan dari beberapa lansia yang di wawancarai, mereka belum banyak yang mengetahui secara menyeluruh tentang hipertensi atau tekanan darah tinggi yang secara spesifik di alami oleh lansia. Selanjutnya di simpulkan juga berdasarkan hasil wawancara rata – rata pengetahuan manajemen yang tepat yang harus dilakukan oleh lansia terkait resiko, pencegahan dan cara mengatasi secara verbal masih sangat kurang bahkan minim jika kita bandingkan dengan wilayah pedesaan yang tentunya banyak sayuran tumbuhan dan lainnya secara alami dapat dimanfaatkan dalam manajemen diri lansia untuk menghadapi tekanan darah tinggi. Demikian pada pengabdian yang telah dilakukan sebelumnya terkait pemberian edukasi tentang pemanfaatan labu siam dan seledri untuk pencegahan dan pengobatan hipertensi di dapatkan hasil yakni peningkatan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam meracik labu siam dan seledri untuk mengobati dan mencegah hipertensi (Marjoni & Ramadhani, 2023).

Hal serupa juga dilakukan oleh pengabdian kepada Masyarakat lainnya yakni tentang mengoptimalisasi pengobatan alternatif (herbal) pada penanganan penyakit hipertensi serta pemmbentukan kader serta edukasi untuk pemanfaatan TOGA atau tanaman obat keluarga.(Kurniawan et al., 2021; Ningrum et al., 2023). Dengan demikian tujuan dari PKm ini untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran lansia desa uraur mengenai tekanan darah tinggi dan self manegementnyya mencakup cara pencegahan, penobatan sampai kepada pengontrolan.

II. MASALAH

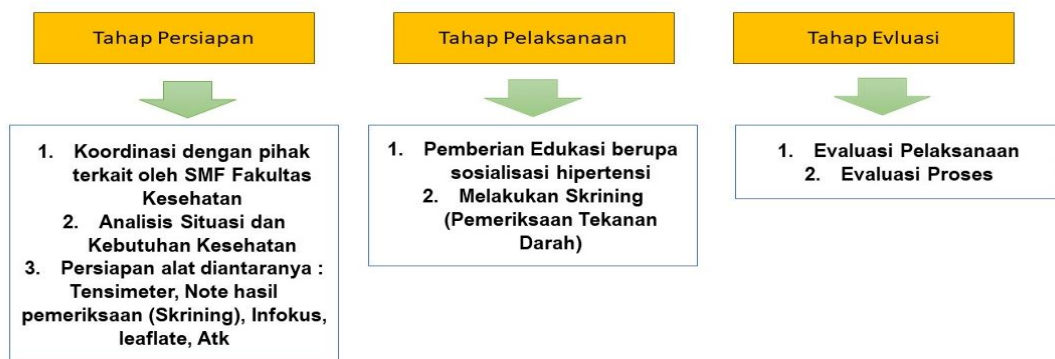
Adapun permasalahan yang terdapat pada Desa Uaur yakni:

Kurangnya pengetahuan lansia tentang penyakit hipertensi pada lansia dan cara self management dari penyakit hipertensi atau darah tinggi meliputi pencegahan, cara mengatasi, dan mengontrol tekanan darah. Berikut di bawah ini gambar desa uraur.



Gambar 1. Lokasi PKM

III. METODE



Gambar 2. Metode Pelaksanaan PKM

Secara garis besar metode dalam pelaksanaan PKM menggunakan metode partisipatif yakni menggunakan dua pendekatan di antaranya 1) Pendekatan diskusi kelompok yang dilakukan oleh mahasiswa yang di wakili oleh pengurus SMF Fakultas Kesehatan terkait situasi dan kebutuha kesehatan masyarakat desa uraur terkhususnya lansia dan 2) Pendekatan pelaksanaan keputusan bersama antara pengurus desa uraur dan SMF Fakultas Kesehatan terkait program SMF yang akan dijalankan di desa uraur yakni pemberian edukasi berupa sosialisasi hipertensi dan pemeriksaan tekanan darah. Selanjutnya metode pelaksanaannya terdiri dari beberapa tahap diantaranya:

Tahap Persiapan, Mahasiswa sebagai bagian dari SMF Fakultas Kesehatan Universitas Kristen Indonesia Maluku melakukan kunjungan dan koordinasi terkait kegiatan yang dilakukan. Pada kegiatan SMF yang merupakan salah satu program dari SMF yaitu Melakukan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilakukan tahap persiapan diantaranya menyangkut pembelian dan persiapan alat dan bahan yang diperlukan selama kegiatan berlangsung. Dalam kagiatan SMF ini terdiri dari beberapa kegiatan, salah satunya edukasi dalam

bentuk sosialisasi tentang hipertensi dan pemeriksaan tekanan darah. Selanjutnya persiapan yang dilakukan pada edukasi dan pemeriksaan Kesehatan yakni infokus, laptop, ATK dan leaflete serta note hasil pemeriksaan.

Tahap Pelaksanaan, Pelaksanaan edukasi dalam bentuk sosialisasi diberikan oleh Ns. Denne Sumah S.Kep., M.Kep.,Sp.KMB dan selanjutnya di ikuti oleh Pemeriksaan tekanan darah yang diberikan oleh Ns. Olivia Talahatu S,Kep., M.Kep dan Grace J Wakanno S.Kep.,M.Kep.,Sp.KMB yang selanjutnya di damping oleh 2 mahasiswa.

Tahap Evaluasi, Evaluasi yang dirancangkan pada tahap ini yakni terdiri dari 2 yaitu evaluasi pelaksanaan seluruh kegiatan dan yang kedua evaluasi proses secara spesifik terkait pelaksanaan Edukasi dan Pemeriksaan Kesehatan.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun hasil PKM yang dilakukan dari berbagai rangkaian kegiatan pelaksanaan, focus hasil dan pembahasan pada edukasi dan pemeriksaan tekanan darah.

1. Pemberian Edukasi dalam bentuk Sosialisasi

Kegiatan yang berlangsung di balai desa, desa uraur di hadiri oleh sejumlah lansia di bawahkan oleh Ns. Denne Sumah S.Kep., M.Kep.,Sp.KMB dengan topik Hipertensi. Kegiatan di awali dengan persiapan pembukaan, dan doa. Selanjutnya sebagai evaluasi awal pre test secara langsung di dapatkan bahwa banyak lansia yang masih belum paham tentang Hipertensi, hal tersebut di buktikan dengan antusias lansia yang bertanya yakni sampai kepada 10 pertanyaan yakni pertanyaan yang di anggap mendasar dan hal serupa diikuti oleh interaksi narasumber dengan peserta yakni lansia sebelum materi diberikan hanya 1 di antara sekian lansia yang mampu menjawab pertanyaan dari narasumber yang ternyata notabennya adalah kader posyandu lansia. Dengan demikian bahwa pengetahuan lansia sebagaian besar di desa uraur tentang hipertensi masing kurang dan jika dipresentase adalah sebesar 20% dan setelah di berikan edukasi dalam bentuk sosialisasi maka di observasi terjadi peningkatan pengetahuan dengan keaktifan dalam menjawab dan memberikan jawaban sebesar 80%. sehingga, peran pengetahuan yang baik dan tepat terkait hipertensi mampu mencegah, mengontrol tekanan darah serta memberi dampak pada kepatuhan lansia dalam mengkonsumsi obat hipertensi.(Hasanah et al., 2023).



Gambar 3. TIM sosialisasi Hipertensi dan Pemeriksaan TD



Gambar 4. Kegiatan Sosialisasi

Berdasarkan observasi yang dilakukan pada saat pre atau post kegiatan edukasi dilakukan, antusias dan kerja sama dari kader posyandu lansia sangatlah aktif akan tetapi belum di maksimalkan pengetahuannya dari setiap anggota kader kepada lansia lainnya padahal peranan pengetahuan kader sangatlah penting minimal dapat mengendalikan hipertensi di desa uraur. (Indriawati & Usman, 2018; Wirakhmi & Novitasari, 2021)

2. Pemeriksaan Tekanan Darah

Kegiatan pemeriksaan tekanan darah terlaksana setelah dilakukan sosialisasi yang dilaksanakan oleh Ns. Olivia Talahatu S.Kep., M.Kep dan Grace Wakanno S.kp.,M.Kep.,Sp.KMB yang di dampingi oleh mahasiswa, kegiatan di atur dengan pengambilan nomor antri. Selanjutnya setelah di ambil no antri dan di panggil sesuai nomor antri oleh mahasiswa maka langsung dilakukan pemeriksaan tekanan darah.



Gambar 5. Kegiatan Pemeriksaan Tekanan Darah



Gambar 6. Kegiatan Pemeriksaan Tekanan Darah

Tabel 1. Hasil Pemeriksaan Tekanan Darah Lansia di Desa Uraur

Jenis Kelamin	Jumlah	Hasil Pemeriksaan	Jumlah
Perempuan	63 orang	Optimal Normal	35 orang
Laki-Laki	17 orang	Normal	5 orang
		Tinggi	
		Hipertensi Ringan	8 orang
		Hipertensi Sedang	12 orang
		Hipertensi Berat	20 orang
Total	80 orang		80 orang

Berdasarkan table 1 hasil pemeriksaan tekanan darah lansia di Desa Uraur menunjukkan bahwa lansia terbanyak berjenis kelamin Perempuan yaitu sebanyak 63 orang selanjutnya untuk hasil pemeriksaan darah yang di kategorikan berdasarkan klasifikasi hipertensi menurut WHO-ISHWG dengan jumlah kategori terbanyak yakni kategori Optimal Normal yaitu sebanyak 35 orang dengan hasil tekanan darah sistolik (mmHg) = <120 dan tekanan darah diastolic <80 selanjutnya di susul dengan kategori hipertensi berat yakni sebanyak 20 orang dengan hasil tekanan darah sistolik >180 dan tekanan darah diastolic >110. Kemudian untuk hasil pemeriksaan dengan kategori dengan hasil yang paling rendah yakni dengan kategori normal sebanyak 5 orang.

Hasil pemeriksaan tekanan darah pada lansia di desa uraur terbanyak dengan hasil yang optimal normal. Demikian bahwa self management lansia di desa uraur sudah sangat baik terhadap pengontrolan tekanan darah dan tentunya sangat di dukung pula dengan peranan keluarga baik sebagai care giver atau keluarga inti/keluarga besar (Hardianti, 2022; Zahirah et al., 2023). Selanjutnya perlu diperhatikan sebagai catatan yakni kategorik hipertensi berat yakni sebanyak 20 orang dan berdasarkan hasil evaluasi proses selama pemeriksaan lansia masih lemah dalam hal pengobatan non farmakologi untuk mencegah dan mengontrol tekanan darah yang dialaminya padahal sumber daya alam pada desa uraur sangatlah mendukung untuk dimaksimalkan secara optimal. (Fadillah & Rindarwati, 2023; Prabasari et al., 2021; Sumarni & Setyaningsih, 2019; Tatangindatu et al., 2023)

V. KESIMPULAN

Demikian kegiatan PKM yang dilaksanakan oleh SMF Fakultas Kesehatan yang melibatkan dosen keperawatan dan Kesehatan Masyarakat dengan Masyarakat Desa Uraur dapat terlaksana dengan baik. Hasil PKM yang di lakukan terjadinya peningkatan pengetahuan tentang penyakit hipertensi dan self management penyakit hipertensinya sebesar 60% dari 20% sampai 80% didukung dengan hasil pemeriksaan tekanan darah yang dilakukan yakni dengan hasil yang optimal normal 35 orang dari 63 orang lansia yang hadir. Di harapkan keberlanjutan program lainnya yang menyangkut pemeriksaan tekanan darah bagi lansia yang dibuat oleh fasilitas Kesehatan setempat, keterlibatan kader menjadi pengontrolan dari perangkat desa sehingga diharapkan bekerja sama yang baik mampu medepankan kualitas hidup lansia di Desa Uraur.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih terutama ditujukan kepada Universitas Kristen Indonesia Maluku,Wakil Dekan III Fakultas Kesehatan dan SMF Fakultas Kesehatan yang telah mendanai dan mendukung dan berproses bersama sehingga terlaksana PKM ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Perangkat Desa dan Seluruh Masyarakat desa uraur

DAFTAR PUSTAKA

- As, I., & Kirwanto, A. (2023). Pemberdayaan Kader Asman Toga Kecamatan Pedan Dalam Pembuatan Jamu Hipertensi Dan Milenial. *Community Development Journal*, 4. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/cdj/article/view/18263>
- Dimala, C. P. (2023). PELANA: Pemberdayaan Lansia Aktif Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Buana Pengabdian*, 5. <https://journal.ubpkarawang.ac.id/index.php/JurnalBuanaPengabdian/article/view/5660>
- Fadillah, R. N., & Rindarwati, A. Y. (2023). Pengaruh Edukasi Terapi Non Farmakologi pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Delima*, 5. <http://jurnal.stikessalsabila.ac.id/index.php/jikd/article/view/97>

- Hardianti, H. (2022). Efektivitas Edukasi Self-Management Terhadap Kontrol Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi: A Sitematic Review. repository.unhas.ac.id. <http://repository.unhas.ac.id/id/eprint/14282/>
- Hasanah, R., Sari, Y. O., Wahyuni, F. S., & Andika, M. (2023). Pengaruh Booklet Terhadap Pengetahuan Pasien Hipertensi di Puskesmas Rasimah Ahmad Kota Bukittinggi. *JOPS (Journal Of Pharmacy and Science)*, 6. <http://jurnal.univrab.ac.id/index.php/jops/article/view/3384>
- Indriawati, R., & Usman, S. (2018). Pemberdayaan Masyarakat sebagai Upaya Deteksi Dini Faktor Risiko Hipertensi. *Jurnal Surya Masyarakat*, 1. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JSM/article/view/3834>
- Istiani, H. G., Agustina, M., & Suryani, P. (2022). Edukasi dan Pembentukan TOGA Anti Hipertensi Kepada Masyarakat Kp. Cipari Cisarua Bogor. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia Maju*, 1. <https://journals.stikim.ac.id/index.php/JLS1/article/view/1799>
- Kurniawan, A. H., Safrina, U., Yusmaniar, Y., & Ahniar, H. N. (2021). Edukasi Pemanfaatan Toga Dengan Metode Hidroponik Untuk Penanggulangan Hipertensi Pada Masyarakat Wilayah Kelurahan Johar Baru. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 5. <https://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm/article/view/4989>
- Maksuk, M., & Yusneli, Y. (2021). Edukasi Dan Senam Lansia Sebagai Upaya Pencegahan Dan Pengendalian Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4. <https://www.ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/kreativitas/article/view/3810>
- Marjoni, Mhd. R., & Ramadhani, I. (2023). Edukasi Pemanfaatan Kombinasi Labu Siam dan Seledri untuk Pencegahan dan Pengobatan Hipertensi di Nagari Batu Kambing Agam. *Bubungan Tinggi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 496. <https://doi.org/10.20527/btjpm.v5i1.7149>
- Napitupulu, N. F. (2020). PKM (Pengabdian Kepada Masyarakat) Lansia Sehat: Lansia Aktif, Mandiri Dan Produktif Di Panti Jompo Basilam. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aupa (JPMA)*, 2(3). <https://jurnal.unar.ac.id/index.php/jamunar/article/view/431>
- Ningrum, W. A., Waznah, U., & Balqis, I. F. (2023). Edukasi Pemanfaatan Toga Sebagai Pencegah Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 6(2). <https://jpk.jurnal.stikeskendekiautamakudus.ac.id/index.php/jpk/article/view/346>
- Nugroho, A. W., & Masrika, N. U. E. (2023). Implementasi Studi TENSI sebagai Upaya Pencegahan Peningkatan Kejadian Hipertensi Masyarakat Pesisir Kota Ternate. *Inovasi Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2). <https://publications.id/index.php/ijpm/article/view/108>
- Nurochman, M. A., Sudaryanto, W. T., & Debi, S. S. (2024). Penyuluhan Hipertensi Kepada Pengunjung Posyandu RW 14 Kelurahan Sumber. *Cakrawala: Jurnal*, 3(1). <https://jurnaluniv45sby.ac.id/index.php/Cakrawala/article/view/2122>
- Prabasari, N. A., Juwita, L., & Marcello, A. S. (2021). Pelatihan Dan Pendampingan Kader Posyandu Lansia Dalam Pencegahan Hipertensi Dengan Terapi Non Farmakologi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kenjeran. *Jurnal Pengabdian.*, 2(1). <https://jurnal.stikeswilliambooth.ac.id/index.php/pengabmas/article/view/277>
- Raudhoh, S., & Pramudiani, D. (2021). Lansia Asik, Lansia Aktif, Lansia Poduktif. *Medical Dedication (Medic)*, 4(1). <https://online-journal.unja.ac.id/medic/article/view/13458>
- Sumarni, T., & Setyaningsih, R. D. (2019). Edukasi Tata Laksana Non Farmakologi Untuk Pencapaian Tekanan Darah Terkontrol Pada Penyandang Hipertensi di Posbindu PTM Desa Dukuwaluh. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 25(2). <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/jpkm/article/view/14269>
- Tatangindatu, M. A., Tooy, G., & Patras, D. M. (2023). Edukasi Terapi Non Farmakologis Pemanfaatan Mentimun Dan Jahe Dalam Penanggulangan Hipertensi Di Pulau Marore. *Jurnal Ilmiah Tatengkorang.*, 7(2). <http://www.e-journal.polnustar.ac.id/tkrg/article/view/612>
- Wahyudi, W. T., Djamaludin, D., & Wardiyah, A. (2019). Penyuluhan“Menjadi Lansia Yang Aktif Dan Produktif” Di Uptd. Panti Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Lampung Selatan. *Jurnal Kreativitas Pengabdian* , 2(1). <https://ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/kreativitas/article/view/1075>
- Wardhani Mas, K., Maghfirotin Nisa, H., Khozinatud Durriyah, A., Apriliana, S., Arinta, D., Silviana Dewi, R., Pembangunan Nasional, U., & Timur, J. (2022). Sosialisasi Kesehatan Terkait Penyakit Hipertensi Pada Lansia Dengan Komorbid Di Desa Jarak. *Communnity Development Journal*, 3(2), 1000–1007. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/cdj/article/view/5265>
- Wirakhmi, I. N., & Novitasari, D. (2021). Pemberdayaan Kader Pengendalian Hipertensi. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian*, 1(3). <http://altifani.org/index.php/altifani/article/view/162>
- Zahirah, E., Pahria, T., & ... (2023). Program Edukasi Kesehatan Berbasis Keluarga pada Self-Management Pasien Hipertensi. *Journal of Telenursing.*, 5(2). <https://journal.ipm2kpe.or.id/index.php/JOTING/article/view/6098>