

Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Kesadaran Pekerja terhadap Manajemen Hipertensi

Ni Made Sekar Sari*¹, Ni Luh Ayu Citra Mutiarahati², Dewa Ayu Anggi Gharbelasari³

¹Program Studi Diploma III Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kesdam IX/Udayana, Indonesia

²Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kesdam IX/Udayana, Indonesia

³Program Studi Administrasi Kesehatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kesdam IX/Udayana, Indonesia

*e-mail: sekarsari996@gmail.com¹, citramutiarahati@stikeskesdamudayana.ac.id², gharbelgharbel@gmail.com³

Abstrak

Kelompok pekerja di wilayah perkotaan, baik sektor formal maupun informal, memiliki risiko tinggi mengalami hipertensi akibat stres kerja, jam kerja panjang, gangguan tidur, gaya hidup sedentari, serta pola makan tinggi garam dan lemak. Rendahnya kesadaran untuk melakukan pemeriksaan kesehatan rutin turut memperburuk kondisi ini. Hipertensi yang tidak terkontrol dapat menurunkan produktivitas, meningkatkan absensi, serta memicu komplikasi jangka panjang. Banjar Kertasari, Kelurahan Peguyangan, Kecamatan Denpasar Utara merupakan wilayah dengan mayoritas penduduk usia produktif yang masih memiliki kesadaran rendah dalam pengelolaan tekanan darah. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran pekerja terkait deteksi dini dan pengelolaan tekanan darah. Kegiatan dilaksanakan pada 16 Agustus 2025 melalui edukasi kesehatan berupa presentasi interaktif, diskusi, serta pemeriksaan tekanan darah dan glukosa darah. Hasil pemeriksaan menunjukkan sebagian besar peserta memiliki kadar glukosa normal (≤ 126 mg/dl) dan mayoritas berada pada kategori prehipertensi. Peserta dengan hasil di atas normal diberikan edukasi lanjutan dan anjuran pemeriksaan ke fasilitas kesehatan. Evaluasi melalui pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan pengetahuan signifikan, dengan rata-rata skor dari 64,4 menjadi 80,3. Kegiatan ini efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran sebagai upaya promotif dan preventif.

Kata Kunci: Edukasi, Hipertensi, Pekerja, Tekanan Darah

Abstract

Workers in urban areas, both in formal and informal sectors, are at high risk of developing hypertension due to work-related stress, long working hours, sleep disturbances, sedentary lifestyles, and diets high in salt and fat. Low awareness of routine health check-ups further worsens this condition. Uncontrolled hypertension can reduce productivity, increase absenteeism, and lead to long-term complications. Banjar Kertasari, Peguyangan Village, North Denpasar District, is an area where the majority of residents are of productive age and still have low awareness regarding blood pressure management. This activity aimed to improve workers' knowledge and awareness of early detection and blood pressure management. The program was conducted on August 16, 2025, through health education activities including interactive presentations, discussions, and blood pressure and blood glucose examinations. The results showed that most participants had normal blood glucose levels (≤ 126 mg/dl), and the majority were categorized as prehypertensive. Participants with abnormal results were provided with additional education and advised to seek further examination at healthcare facilities. Evaluation using pre-test and post-test demonstrated a significant increase in knowledge, with the average score rising from 64.4 to 80.3. This activity proved effective as a promotive and preventive effort to enhance knowledge and awareness.

Keywords: Blood Pressure Education, Hypertension, Worker

1. PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan salah satu masalah kesehatan utama di Indonesia dengan tren yang terus meningkat setiap tahun [1]. Berdasarkan Riskesdas 2018, prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun mencapai 34,1%, dan hampir setengah penderitanya tidak menyadari kondisi tersebut. Hal ini menjadikan hipertensi sebagai *silent killer* yang berkontribusi besar terhadap penyakit kardiovaskular seperti stroke, penyakit jantung koroner, serta komplikasi lain seperti gagal ginjal [2].

Kondisi hipertensi berdasarkan data di Provinsi Bali termasuk dalam 10 besar penyakit terbanyak di fasilitas kesehatan tingkat pertama. Kota Denpasar sebagai pusat ekonomi dan pemerintahan memiliki tingkat urbanisasi tinggi yang berkontribusi pada meningkatnya faktor risiko hipertensi, khususnya pada kelompok pekerja. Kondisi ini menjadikan hipertensi sebagai isu kesehatan masyarakat yang mendesak dan memerlukan intervensi strategis yang terintegrasi antara dunia kerja, fasilitas kesehatan, dan pemerintah daerah [1], [3].

Tingginya angka hipertensi dipengaruhi oleh berbagai faktor risiko, seperti pola makan tinggi garam dan lemak, konsumsi makanan cepat saji, kurangnya aktivitas fisik, obesitas, stres, kebiasaan merokok, serta rendahnya kesadaran untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin. Selain itu, tantangan lain meliputi keterbatasan akses layanan kesehatan, rendahnya kepatuhan pengobatan, dan minimnya edukasi kesehatan masyarakat [1], [3].

Kelompok pekerja, baik di sektor formal maupun informal, memiliki risiko tinggi terhadap hipertensi akibat stres kerja, jam kerja panjang, gangguan pola tidur, gaya hidup sedentari, serta pola konsumsi yang tidak sehat. Kurangnya kesadaran untuk melakukan pemeriksaan kesehatan rutin juga memperparah kondisi ini (Arkianti et al., 2022). Dampak hipertensi yang tidak terkontrol antara lain penurunan produktivitas kerja, absensi, kelelahan kronis, hingga risiko kecacatan dan komplikasi serius. Selain itu, beban ekonomi akibat biaya pengobatan jangka panjang juga meningkat [4].

Pemerintah Indonesia telah melakukan berbagai upaya melalui program seperti GERMAS, Posbindu PTM, dan kampanye CERDIK [5]. Namun, penanggulangan hipertensi masih memerlukan pendekatan yang lebih terintegrasi, termasuk peningkatan deteksi dini, edukasi masyarakat, dan penguatan layanan kesehatan primer [1]. Kota Denpasar memiliki potensi besar dalam pelaksanaan skrining rutin dan promosi kesehatan berbasis komunitas serta tempat kerja.

Data di wilayah Banjar Kertasari, Kelurahan Peguyangan, Kecamatan Denpasar Utara menunjukkan bahwa sebagian besar masyarakat merupakan pekerja aktif dengan tingkat kesadaran terhadap pengelolaan tekanan darah yang masih rendah. Kondisi ini menuntut adanya intervensi preventif berupa edukasi dan penyuluhan kesehatan. Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat, diharapkan terjadi peningkatan pengetahuan dan kesadaran pekerja terkait faktor risiko, pencegahan, serta pengelolaan hipertensi secara mandiri.

Kegiatan ini bertujuan untuk: (1) meningkatkan pengetahuan pekerja mengenai faktor risiko, tanda, gejala, dan komplikasi hipertensi; (2) memberikan edukasi terkait pencegahan dan pengelolaan melalui gaya hidup sehat; (3) mendorong kesadaran dan partisipasi aktif dalam deteksi dini; serta (4) membangun kolaborasi antara tenaga kesehatan, tokoh masyarakat, dan warga dalam menciptakan lingkungan yang mendukung pengendalian hipertensi. Upaya ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup masyarakat serta menurunkan risiko komplikasi hipertensi di masa depan.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Banjar Kertasari, Desa Peguyangan, Kecamatan Denpasar Utara, dengan sasaran utama pekerja yang berdomisili atau beraktivitas di wilayah tersebut. Pemilihan lokasi dilakukan secara purposive dengan mempertimbangkan bahwa sebagian besar masyarakat merupakan kelompok pekerja aktif yang memiliki risiko tinggi terhadap hipertensi serta masih rendahnya kesadaran dalam melakukan deteksi dini dan pengelolaan tekanan darah maupun kadar glukosa darah. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat terkait pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular, khususnya hipertensi. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini untuk mencapai tujuan yang diharapkan adalah sebagai berikut:

1. Pre-test

Kegiatan diawali dengan persiapan peserta yang menjadi sasaran penyuluhan. Peserta diberikan pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal terkait hipertensi, faktor risiko, pencegahan, serta pengelolaan tekanan darah dan kadar glukosa darah. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner pilihan ganda sebanyak 10 soal. Hasil pre-test dianalisis untuk

mengetahui gambaran awal pemahaman peserta serta sebagai dasar penyesuaian materi edukasi.

2. Penyuluhan Kesehatan

Peserta diberikan penyuluhan berupa edukasi mengenai hipertensi, faktor risiko, deteksi dini, serta pengelolaan tekanan darah dan kadar glukosa darah melalui metode ceramah interaktif. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran peserta mengenai pentingnya menjaga kesehatan secara preventif dan promotif.

3. Diskusi

Setelah penyuluhan, peserta diberikan kesempatan untuk berdiskusi, mengajukan pertanyaan, serta menyampaikan pengalaman atau kendala yang dihadapi terkait kesehatan. Kegiatan diskusi ini bertujuan untuk memperdalam pemahaman peserta serta meningkatkan partisipasi aktif dalam kegiatan.

4. Post-test

Setelah seluruh rangkaian kegiatan selesai, peserta diberikan post-test dengan instrumen yang sama seperti pre-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan setelah mengikuti penyuluhan. Hasil post-test digunakan sebagai indikator keberhasilan kegiatan dalam meningkatkan pemahaman peserta.

5. Pemeriksaan Kesehatan (Skrining)

Peserta mengikuti pemeriksaan tekanan darah dan kadar glukosa darah secara langsung menggunakan tensimeter dan glukometer oleh tenaga kesehatan. Hasil pemeriksaan disampaikan secara individual kepada peserta disertai dengan penjelasan dan saran tindak lanjut. Kegiatan ini bertujuan sebagai deteksi dini terhadap risiko hipertensi dan gangguan metabolik lainnya.

Evaluasi keberhasilan kegiatan pengabdian dilakukan dengan menganalisis peningkatan pengetahuan peserta berdasarkan hasil pre-test dan post-test. Indikator penilaian meliputi pemahaman tentang hipertensi, faktor risiko, pencegahan, serta pengelolaan tekanan darah dan kadar glukosa darah. Kegiatan dinyatakan berhasil apabila sebagian besar peserta mengalami peningkatan skor dan mencapai kategori pengetahuan baik (≥ 75). Adapun kategori tingkat pengetahuan yaitu sebagai berikut.

Tabel 1. Kategori Tingkat Pengetahuan Pekerja

No.	Kategori	Skor
1.	Pengetahuan Kurang	<56%
2.	Pengetahuan Cukup	56-75%
3.	Pengetahuan Baik	>75%

Selain itu, hasil pemeriksaan tekanan darah dan kadar glukosa darah digunakan sebagai indikator deskriptif untuk melihat kondisi kesehatan masyarakat serta potensi risiko penyakit tidak menular.

Tabel 2. Kategori Nilai Pengukuran Glukosa Darah dan Tekanan Darah Pekerja

Indikator	Nilai	Kategori
Glukosa Darah Sewaktu	a. ≤ 126 gg/dl	Normal
	b. > 126 g/dl	Abnormal
Tekanan Darah	a. $<120/<80$ mmHg	Normal
	b. $120-139/80-89$ mmHg	Pre-hipertensi
	c. $140-159/90-99$ mmHg	Hipertensi Tahap I
	d. $\geq 160/\geq 100$ mmHg	Hipertensi Tahap 2

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Banjar Kertasari, Desa Peguyangan, Kecamatan Denpasar Utara, pada Sabtu, 16 Agustus 2025. Kegiatan ini diikuti oleh 61 orang pekerja yang berdomisili di Banjar Kertasari. Seluruh rangkaian kegiatan berlangsung dengan tertib dan mendapat antusiasme yang baik dari para peserta. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan pemberian edukasi kesehatan melalui presentasi materi yang mencakup pengertian tekanan darah, pentingnya deteksi dini hipertensi, faktor risiko, serta manajemen pengelolaan tekanan darah secara optimal. Penyampaian materi dilakukan secara interaktif dengan melibatkan peserta dalam diskusi dan sesi tanya jawab, sehingga peserta dapat berpartisipasi aktif dan lebih mudah memahami materi yang disampaikan.

Hasil evaluasi efektivitas kegiatan edukasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah pemberian edukasi. Rata-rata skor pre-test peserta adalah 64,4, sedangkan rata-rata skor post-test meningkat menjadi 80,3. Secara persentase, terjadi peningkatan skor pengetahuan sebesar 15,9 poin. Sebelum pelaksanaan edukasi, hanya 18 orang (29,5%) peserta yang memiliki tingkat pengetahuan baik, sedangkan setelah edukasi jumlah tersebut meningkat menjadi 52 orang (85,2%). Hasil evaluasi kegiatan edukasi kepada para pekerja telah disajikan pada Tabel 3 dibawah ini.

Tabel 3. Hasil Evaluasi Edukasi kepada Pekerja

No.	Kategori	Nilai	
		Pre-test	Post-test
1.	Pengetahuan kurang	19 peserta (31,1%)	Tidak ada (0%)
2.	Pengetahuan cukup	24 peserta (39,3%)	9 peserta (14,8%)
3.	Pengetahuan baik	18 peserta (29,5%)	52 peserta (85,2%)

Peningkatan pengetahuan peserta terutama terlihat pada aspek pemahaman mengenai batas normal tekanan darah, faktor risiko hipertensi, serta upaya pengelolaan tekanan darah melalui penerapan pola hidup sehat. Hasil ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi yang dilaksanakan efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran peserta terkait pencegahan dan pengendalian hipertensi. Selain kegiatan edukasi, dilakukan pula pemeriksaan kesehatan yang meliputi pengukuran tekanan darah menggunakan tensimeter digital dan manual, serta pemeriksaan kadar glukosa darah menggunakan glukometer. Pemeriksaan ini bertujuan untuk memberikan gambaran awal mengenai kondisi kesehatan peserta, khususnya yang berkaitan dengan risiko hipertensi dan gangguan metabolik.

Hasil pemeriksaan kadar glukosa darah sewaktu yang disajikan pada Tabel 4. menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memiliki hasil pemeriksaan kadar glukosa sewaktu sebesar ≤ 126 mg/dl yaitu sebanyak 43 orang (70,5%). Sementara itu, peserta dengan kadar glukosa darah sewaktu > 126 mg/dl berjumlah 18 orang (29,5%). Berdasarkan kategori tekanan darah, sebagian besar peserta berada pada kategori prehipertensi (120–139/80–89 mmHg), yaitu sebanyak 26 orang (42,6%). Peserta dengan tekanan darah normal ($< 120 / < 80$ mmHg) berjumlah 19 orang (31,1%), hipertensi tahap 1 (140–159/90–99 mmHg) sebanyak 14 orang (23,0%), dan hipertensi tahap 2 ($\geq 160 / \geq 100$ mmHg) sebanyak 2 orang (3,3%). Peserta yang menunjukkan hasil tekanan darah di atas normal diberikan edukasi tambahan serta dianjurkan untuk melakukan pemeriksaan lanjutan di fasilitas pelayanan kesehatan.

Tabel 4. Hasil Pemeriksaan Kadar Glukosa Darah dan Tekanan Darah Peserta

No	Indikator	Persentase (%)	Frekuensi (n)
1.	Glukosa Darah		
	a. ≤ 126 gg/dl	70,5	43
	b. > 126 g/dl	29,5	18
2.	Tekanan Darah		
	a. Normal : $< 120 / < 80$ mmHg	31,1	19
	b. Prehipertensi: 120-139/80-89 mmHg	42,6	26

c. Hipertensi tahap 1: 140-159/90-99 mmHg	23,0	14
d. Hipertensi tahap 2: $\geq 160/\geq 100$ mmHg	3,3	2



Gambar 1. Pemeriksaan Kadar Glukosa Darah dan Tekanan Darah Peserta

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Banjar Kertasari dengan sasaran para pekerja menunjukkan bahwa edukasi kesehatan dan pemeriksaan skrining berkontribusi secara signifikan terhadap peningkatan pengetahuan peserta terkait hipertensi, serta memberikan gambaran awal mengenai status kesehatan tekanan darah dan kadar glukosa darah. Temuan ini konsisten dengan hasil pengabdian masyarakat yang pernah dilaporkan di berbagai studi, yang menunjukkan bahwa kegiatan edukatif dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat tentang hipertensi serta memperbaiki perilaku kesehatan terkait pencegahannya.

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa rata-rata skor post-test lebih tinggi secara signifikan dibandingkan pre-test, dari 64,4 menjadi 80,3 poin sehingga terdapat peningkatan skor pengetahuan sebesar 15,9 poin. Peningkatan ini menggambarkan bahwa pendekatan penyuluhan yang dilakukan melalui ceramah serta diskusi yang interaktif dapat secara efektif dalam meningkatkan pengetahuan. Hal ini sejalan dengan laporan dalam pengabdian di wilayah kerja Puskesmas Pekauman, yang menyatakan bahwa edukasi tentang hipertensi dan pemeriksaan tekanan darah melalui pendekatan pre-test dan post-test dapat secara signifikan meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap hipertensi dan faktor risikonya [6].

Adapun peningkatan pengetahuan turut tercermin dari persentase peserta yang memiliki pengetahuan baik (≥ 75), yang meningkat dari 29,5% menjadi 85,2% setelah diberikan ceramah interaktif. Kondisi ini sejalan dengan pengabdian serupa yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta pasca-edukasi juga terjadi meskipun dengan jumlah sampel yang berbeda [7].

Selain aspek pengetahuan, kegiatan ini juga memberikan informasi penting tentang status tekanan darah dan kadar glukosa darah peserta. Sebagian besar peserta berada dalam kategori prehipertensi dan memiliki kadar glukosa darah normal (≤ 126 mg/dl). Temuan ini menunjukkan adanya risiko relatif tinggi terhadap hipertensi pada populasi pekerja dewasa produktif, yang menuntut perhatian lebih terhadap upaya deteksi dini dan manajemen gaya hidup. Pemeriksaan tekanan darah sebagai bagian dari kegiatan pengabdian memiliki peran yang penting dalam promosi kesehatan, sebagaimana ditunjukkan oleh hasil pengabdian di Grogol, yang menggunakan skrining tekanan darah sebagai titik awal untuk edukasi gaya hidup sehat [8].

Secara umum, temuan dari kegiatan ini sejalan dengan rekomendasi dalam artikel-artikel ilmiah yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan merupakan strategi penting dalam

pengecahan dan pengendalian hipertensi di masyarakat. Edukasi yang terstruktur tidak hanya meningkatkan pengetahuan tetapi juga dapat mendorong perubahan perilaku sehat jangka panjang seperti pengaturan pola makan rendah garam, peningkatan aktivitas fisik, dan pemeriksaan tekanan darah secara berkala [9].

Meskipun fokus kegiatan ini adalah peningkatan pengetahuan dan deteksi dini, manfaat jangka panjang dari pendekatan edukatif ini dapat mencakup perubahan perilaku dan peningkatan kesehatan komunitas secara keseluruhan. Hal ini relevan dengan temuan di studi yang menunjukkan bahwa intervensi edukasi yang terencana dapat meningkatkan kesadaran diri dan keterlibatan masyarakat dalam tindakan pencegahan penyakit tidak menular seperti hipertensi [10].

Berdasarkan temuan-temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa kombinasi edukasi kesehatan dan pemeriksaan tekanan darah/glukosa darah merupakan strategi efektif yang layak dikembangkan di komunitas lain untuk mempercepat deteksi dini dan meningkatkan kesadaran serta pengetahuan masyarakat terkait hipertensi.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di Banjar Kertasari, Kelurahan Peguyangan, Kecamatan Denpasar Utara menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran pekerja terkait deteksi dini serta pengelolaan hipertensi dan kadar glukosa darah. Hal ini terlihat dari adanya peningkatan signifikan skor pengetahuan peserta berdasarkan hasil pre-test dan post-test, serta meningkatnya proporsi peserta dengan kategori pengetahuan baik setelah diberikan edukasi. Selain itu, kegiatan skrining berhasil mengidentifikasi kondisi kesehatan peserta, di mana sebagian besar berada pada kategori prehipertensi dan memiliki kadar glukosa darah dalam batas normal, sehingga memberikan peluang untuk intervensi dini melalui edukasi lanjutan dan rujukan ke fasilitas kesehatan.

Kegiatan ini menggunakan pendekatan yang komprehensif, yaitu menggabungkan edukasi interaktif dengan pemeriksaan kesehatan langsung sehingga peserta tidak hanya memperoleh pengetahuan, tetapi juga memahami kondisi kesehatannya secara nyata. Partisipasi aktif peserta selama kegiatan juga menjadi faktor pendukung keberhasilan program. Namun demikian, kegiatan ini masih memiliki keterbatasan, antara lain pelaksanaan yang bersifat satu kali sehingga belum dapat mengukur perubahan perilaku jangka panjang, serta cakupan peserta yang terbatas pada satu wilayah sehingga generalisasi hasil masih terbatas.

Kegiatan serupa diharapkan perlu dikembangkan menjadi program berkelanjutan dengan pemantauan rutin, pendampingan perubahan gaya hidup, serta perluasan sasaran ke komunitas yang lebih luas. Integrasi dengan program kesehatan pemerintah dan tempat kerja juga dapat memperkuat dampak intervensi, sehingga upaya promotif dan preventif dalam pengendalian hipertensi dapat berjalan lebih optimal dan berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Banjar Kertasari, Desa Peguyangan, Denpasar Utara, atas dukungan fasilitas tempat sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan sasaran para pekerja dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada STIKES Kesdam IX/Udayana atas dukungan dana operasional yang telah membantu kelancaran pelaksanaan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] T. Unger *et al.*, "2020 International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines," *Hypertension*, vol. 75, no. 6, pp. 1334–1357, Jun. 2020, doi: 10.1161/HYPERTENSIONAHA.120.15026.

-
- [2] Kemenkes RI, *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Kementerian Kesehatan RI, 2018.
 - [3] K. Kario, A. Okura, S. Hoshida, and M. Mogi, "The WHO Global report 2023 on hypertension warning the emerging hypertension burden in globe and its treatment strategy," May 01, 2024, *Springer Nature*. doi: 10.1038/s41440-024-01622-w.
 - [4] M. M. Y. Arkianti *et al.*, "Kesehatan Kerja: Edukasi Hipertensi Pada Karyawan di Perusahaan Distribusi Baja di Jakarta," *Prosiding PKM-CSR*, 2022.
 - [5] Kemenkes RI, *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023*. Kementrian Kesehatan RI, 2023.
 - [6] W. K. Wulandari, D. A. Sary, and S. Pobas, "Peningkatan Pengetahuan Masyarakat tentang Hipertensi Melalui Edukasi di Masyarakat Wilayah Kerja Puskesmas Pekauman," *BESIRU: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, vol. 2, no. 2, pp. 301–305, 2025, doi: 10.62335.
 - [7] A. Alamsyah, Ikhtiaruddin, Y. Priwahyuni, and C. V. G. Purba, "Peningkatan Pengetahuan Masyarakat dalam Pencegahan Hipertensi serta Pengukuran Tekanan Darah untuk Deteksi Dini Hipertensi," *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas*, vol. 1, no. 1, 2021.
 - [8] N. A. Tambunan, A. H. Santoso, F. C. Gunaidi, T. A. Putri, and N. Febriana, "Deteksi Dini Hipertensi dan Edukasi Gaya Hidup Sehat pada Dewasa Produktif: Studi Pengabdian di Grogol," *Health Community Service (HCS)*, vol. 3, no. 1, pp. 3026–6912, 2025, doi: 10.47709/hcs.v3i1.6282.
 - [9] S. Sulistyorini, D. P. Amukti, and Akrom, "Upaya promosi kesehatan dan pencegahan hipertensi pada masyarakat," *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, vol. 5, no. 3, pp. 402–408, Jun. 2024, doi: 10.33474/jp2m.v5i3.21841.
 - [10] H. Prasetyo, D. Dini dan Senam Kesehatan Pencegahan Hipertensi Pada Warga Masyarakat Herry Prasetyo, R. Wiyati, T. Sumedi, and Walin, "Deteksi Dini dan Senam Kesehatan Pencegahan Hipertensi pada Warga Masyarakat," *Jurnal Pengabdian Masyarakat (PIMAS)*, vol. 4, no. 3, 2025, doi: 10.35960/pimas.v1i2.1883.