

Upaya Pencegahan Penyakit Paliatif dengan Hipertensi pada Remaja Melalui Edukasi Cerdik di Panti Asuhan Bumi Nusantara Kota Bengkulu

Wahyudi Rahmadani¹, Tahratul Yoalwan²

^{1,2} Prodi D3 Keperawatan, Universitas Bengkulu, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Wahyudi Rahmadani

E-mail: wrahmadani@unib.ac.id

Abstrak

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah secara persisten di atas 140/90 mmHg dan menjadi salah satu penyebab utama kematian dini di dunia karena berisiko menimbulkan komplikasi seperti penyakit jantung, stroke, diabetes, dan gangguan ginjal, sehingga sering disebut sebagai silent killer karena umumnya tidak menimbulkan gejala hingga terjadi komplikasi. Penelitian ini bertujuan untuk peningkatan pengetahuan remaja di Panti Asuhan Bumi Nusantara tentang pengertian, penyebab, tanda dan gejala, klasifikasi, dan tindakan pencegahan hipertensi. Metode yang digunakan adalah deskriptif-partisipatif dalam kerangka pengabdian kepada masyarakat, dengan teknik pengumpulan data berupa observasi, kuesioner pre-test dan post-test, wawancara singkat, serta dokumentasi kegiatan. Kegiatan dilaksanakan dalam tiga sesi utama, pertama pre-test untuk menilai pengetahuan remaja, kedua pemaparan materi dan diskusi tanya jawab, dan ketiga post-test dilakukan untuk menilai pengetahuan setelah diberikan materi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada pengetahuan peserta mengenai pencegahan penyakit paliatif dengan hipertensi yang sebelumnya rata-rata pengetahuan sebesar 40,83 meningkat menjadi 87,20 dengan peningkatan sebesar 46,37. Berdasarkan hasil penelitian ini menegaskan bahwa edukasi cerdas dalam upaya mencegah penyakit pencegahan penyakit paliatif dengan hipertensi terbukti efektif.

Kata kunci – pencegahan, paliatif, hipertensi, edukasi, remaja

Abstract

Hypertension is a non-communicable disease characterized by a persistent elevation of blood pressure above 140/90 mmHg and remains a major cause of premature mortality worldwide due to its association with serious complications, including cardiovascular disease, stroke, diabetes, and renal disorders. It is often referred to as a silent killer because it commonly presents without noticeable symptoms until complications occur. This study aimed to improve adolescents' knowledge at the Bumi Nusantara Orphanage regarding the definition, causes, signs and symptoms, classification, and preventive measures of hypertension. A descriptive participatory approach was applied within the framework of community service activities. Data were collected through observation, pre-test and post-test questionnaires, short interviews, and documentation. The educational intervention was conducted in three stages: assessment of baseline knowledge through a pre-test, delivery of educational materials accompanied by interactive discussion, and evaluation of knowledge improvement through a post-test. The results demonstrated a significant increase in participants' knowledge of hypertension prevention, with the mean knowledge score rising from 40.83 before the intervention to 87.20 after the intervention, representing an improvement of 46.37 points. These findings indicate that CERDIK-based health education is effective in enhancing adolescents' knowledge and awareness of hypertension prevention.

Keywords - prevention, palliative, hypertension, education, adolescent

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah secara menetap di atas nilai normal, yaitu $\geq 140/90$ mmHg. Penyakit ini menjadi salah satu penyebab utama kematian di dunia serta merupakan faktor risiko terjadinya berbagai penyakit kronis, seperti penyakit jantung, stroke, diabetes melitus, dan gangguan ginjal. Hipertensi sering disebut sebagai *silent killer* karena umumnya tidak menimbulkan gejala, sehingga banyak penderita tidak menyadari kondisinya hingga muncul komplikasi (Cunningham, 2025; Lee, 2024; Rahmadani & Chayati, 2023).

World Health Organization (WHO) memproyeksikan bahwa prevalensi hipertensi akan mencapai sekitar 33% pada tahun 2023, dengan sekitar dua pertiga kasus terjadi di negara berpendapatan rendah dan berkembang. WHO juga melaporkan bahwa sebanyak 1,28 miliar penduduk dewasa berusia 30–79 tahun di seluruh dunia hidup dengan hipertensi. Lebih lanjut, hampir setengah (46%) penderita hipertensi tidak menyadari kondisi yang dialaminya, sehingga hipertensi menjadi salah satu penyebab utama kematian dini secara global (WHO, 2023). Sedangkan laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa lebih dari 63 juta penduduk Indonesia menderita hipertensi (Kemenkes, 2018). Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan masih tingginya angka kejadian hipertensi yaitu sebesar 30% dan perlunya perhatian lebih dalam upaya preventif dan promotif. Sementara itu angka kejadian di provinsi Bengkulu adalah sebesar 24,8 persen yang mengalami hipertensi (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Berdasarkan laporan tahunan Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu, tercatat sebanyak 343.210 penduduk berusia di atas 15 tahun menderita hipertensi. Dari jumlah tersebut, hanya 83.193 orang (24%) yang telah memperoleh pelayanan kesehatan sesuai standar (Dinas Kesehatan Kota Bengkulu, 2023). Kondisi ini menunjukkan bahwa hipertensi tidak hanya menjadi masalah kesehatan pada kelompok usia dewasa dan lanjut usia, tetapi juga mulai ditemukan pada kelompok usia remaja.

Hipertensi pada remaja bahkan termasuk dalam sepuluh besar penyakit kronis di Amerika Serikat. Data National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES) menunjukkan bahwa satu dari sepuluh anak berusia 8–17 tahun mengalami prehipertensi maupun hipertensi. Selain itu, The Brazilian Study of Cardiovascular Risks in Adolescents (ERICA) melaporkan prevalensi hipertensi sebesar 9,6% pada remaja berusia 12–17 tahun. Fenomena serupa juga ditemukan di Indonesia (Amukti et al., 2024). Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi pada kelompok usia 18–24 tahun mencapai 10,7%, sedangkan pada kelompok usia 25–34 tahun sebesar 17,4%, berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah menggunakan tensimeter (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melaporkan terdapat lima faktor risiko umum Penyakit Tidak Menular (PTM), yakni penggunaan tembakau, kurangnya aktivitas fisik, penyalahgunaan alkohol, pola makan yang tidak sehat, serta paparan polusi udara. Adapun faktor utama terjadinya hipertensi dibagi dalam dua kelompok besar, yaitu faktor risiko yang tidak dapat diubah (usia, jenis kelamin, dan riwayat keluarga) dan faktor risiko yang dapat diubah (obesitas, obesitas sentral, merokok, konsumsi buah dan sayur yang kurang, aktivitas fisik yang kurang, konsumsi minuman beralkohol, dan profil lipid yang abnormal) (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Klasifikasi tekanan darah normal pada remaja berbeda dengan orang dewasa. Hipertensi pada remaja ditandai dengan peningkatan tekanan darah secara menetap yang menunjukkan tekanan darah sebesar 130-139/80-89 mmHg (Amukti et al., 2024).

Hipertensi umumnya disertai berbagai tanda dan gejala, antara lain mudah lelah, kram otot, keringat berlebih, peningkatan frekuensi berkemih, serta peningkatan denyut jantung. Kondisi ini juga dapat menyebabkan disabilitas, khususnya dalam kemampuan melihat, mendengar, dan berjalan. Keluhan lain yang sering dirasakan meliputi pusing, penglihatan kabur, nyeri dada dan kepala, perasaan gelisah, mudah lelah, serta palpitasi (Lukitaningtyas & Cahyono, 2023; Syahrizal et al., 2025). Tekanan darah yang tetap tinggi dalam jangka waktu lama berpotensi menimbulkan berbagai

komplikasi akibat kerusakan organ target, seperti stroke, penyakit jantung koroner, dan gangguan penglihatan. Komplikasi lainnya yang dapat berujung pada kematian meliputi gagal jantung dan gagal ginjal. Diagnosis hipertensi ditegakkan melalui pemeriksaan fisik berupa pengukuran tekanan darah, disertai pemeriksaan penunjang dan laboratorium. Pemeriksaan lanjutan umumnya dilakukan satu bulan setelah pengobatan untuk mendeteksi kemungkinan komplikasi pada penyandang hipertensi. Oleh karena itu, deteksi dini melalui pemeriksaan tekanan darah secara berkala sangat diperlukan (Amukti et al., 2024; Arief & Amin, 2024).

Rendahnya tingkat pengetahuan tenaga kesehatan, remaja, dan masyarakat mengenai hipertensi menjadi salah satu faktor utama tidak terkontrolnya tekanan darah, khususnya pada penderita hipertensi di kawasan Asia (Siswanto et al., 2020). Upaya peningkatan kesehatan tidak hanya berfokus pada perbaikan gangguan fisik, tetapi juga harus mempertimbangkan kebutuhan, motivasi, dan prioritas individu. Pendekatan tersebut dapat dilakukan melalui komunikasi intrapersonal yang melibatkan aspek spiritual, kemauan, kesadaran, serta proses kognitif seseorang (Amukti et al., 2024). Salah satu bentuk upaya pencegahan (preventif) terjadinya hipertensi adalah dengan edukasi. Salah satu strategi preventif dalam mencegah terjadinya hipertensi adalah melalui pemberian edukasi kesehatan. Hal ini sejalan dengan teori Notoatmodjo (2018) yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan individu dan masyarakat dalam pengambilan keputusan terkait perilaku kesehatan. Edukasi kesehatan merupakan upaya terencana untuk memengaruhi individu, kelompok, maupun masyarakat agar berperilaku sehat melalui proses pembelajaran (Amukti et al., 2024).

Intervensi edukasi kesehatan merupakan salah satu tindakan yang dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku individu, kelompok ataupun masyarakat. Edukasi kesehatan sebagai sekumpulan pengalaman yang mendukung kebiasaan, sikap, dan pengetahuan yang berhubungan dengan kesehatan individu, masyarakat, dan ras. Media edukasi yang dapat diberikan pada remaja seperti modul, poster, *slide power point*, *e-booklet* (Syahrizal et al., 2025). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Wulandari et al (2024) pada 38 siswa tentang edukasi pencegahan hipertensi menggunakan *e-booklet* didapatkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi, sebanyak 44,7% siswa memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori cukup dengan nilai rata-rata 67,63. Setelah diberikan edukasi sebanyak 73,7% siswa memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori baik dengan nilai rata-rata 85,92. Hasil uji statistik *Wilcoxon* menunjukkan nilai $p=0,000 (<0,05)$, yang berarti hipotesis alternatif (H_a) diterima. Kesimpulannya terdapat pengaruh signifikan pemberian edukasi menggunakan media *e-booklet* terhadap peningkatan pengetahuan siswa tentang pencegahan hipertensi (Dewi et al., 2024). Penelitian lain dilakukan oleh Trianaputri & Rantung (2025) dalam penelitiannya mengatakan bahwa upaya pencegahan telah dilakukan, namun angka kejadian hipertensi pada usia muda masih tetap tinggi, hal tersebut menandakan efektivitas program kesehatan mengenai hipertensi perlu dievaluasi (Aditya Rahardian Nugroho et al., 2024; Trianaputri & Rantung, 2025). Selain upaya pencegahan hipertensi dari tenaga kesehatan, masyarakat, dan pelayanan kesehatan, terdapat juga program dari pemerintah yang disebut "CERDIK". CERDIK merupakan program kesehatan yang digagas oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia untuk mencegah dan mengendalikan Penyakit Tidak Menular (PTM) melalui penerapan perilaku hidup sehat. CERDIK merupakan singkatan dari cek kesehatan secara rutin, enyahkan asap rokok, rajin aktivitas fisik, diet seimbang, istirahat cukup, dan kelola stres (Muhawarman, 2024).

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, TIM pengabdian kepada masyarakat Universitas Bengkulu berinisiatif melakukan edukasi kepada remaja terkait dengan hipertensi.

METODE

1. Tahap persiapan

Tahap persiapan diawali dengan koordinasi tim pelaksana bersama LPPM Universitas Bengkulu. Selanjutnya dilakukan penyusunan jadwal kegiatan serta pembagian tugas di antara

anggota tim. Mitra sasaran dalam kegiatan ini adalah Panti Asuhan Bumi Nusantara Kota Bengkulu. Pada tahap ini juga diselesaikan seluruh proses administrasi dan perizinan yang diperlukan guna memastikan pelaksanaan kegiatan dapat berjalan secara optimal dan lancar. Tahap berikutnya meliputi diskusi internal tim terkait penentuan metode edukasi yang akan digunakan dalam upaya meningkatkan pengetahuan remaja.

2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan kegiatan dilaksanakan secara langsung di Panti Asuhan Bumi Nusantara Kota Bengkulu. Kegiatan diawali dengan acara pembukaan dan sambutan dari pihak sekolah serta tim pelaksana pengabdian. Sesi utama diawali dengan penyuluhan interaktif mengenai bahaya dan pencegahan hipertensi, yang disampaikan melalui media presentasi e-booklet. Materi dalam e-booklet dirancang secara komunikatif dan visual agar mudah dipahami remaja. Penyampaian materi dilengkapi dengan sesi diskusi dan tanya jawab untuk meningkatkan partisipasi remaja. Selanjutnya dilakukan diskusi kelompok kecil (FGD) guna menggali persepsi remaja tentang kebiasaan hidup yang berisiko memicu hipertensi serta upaya yang dapat mereka lakukan untuk mencegahnya. Sebagai bentuk kegiatan partisipatif, remaja diajak melakukan kampanye pencegahan hipertensi, yang diwujudkan melalui pembagian e-booklet edukatif di lingkungan panti. E-booklet berisi pesan-pesan penting mengenai pola makan sehat, pentingnya olahraga, serta bahaya hipertensi jika tidak dicegah sejak dini.

3. Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan untuk menilai sejauh mana kegiatan berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Evaluasi dilaksanakan dengan membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test* remaja guna mengukur peningkatan pengetahuan dan sikap tentang hipertensi, khususnya mengenai pengertian, penyebab, faktor risiko, tanda dan gejala, pencegahan, dan dampaknya bagi remaja. Selain itu, dilakukan observasi terhadap partisipasi aktif remaja selama sesi edukasi dan diskusi berlangsung. Setelah kegiatan, remaja juga diminta mengisi kuesioner pengetahuan dan sikap setelah di berikan edukasi sebagai bentuk komitmen terhadap gaya hidup sehat, sebagai indikator perubahan persepsi dan niat bertindak. Untuk memperkaya evaluasi, tim pengabdian mengadakan sesi refleksi bersama remaja dan pengurus panti asuhan, guna memperoleh masukan langsung terkait manfaat kegiatan serta ide-ide untuk kelanjutan program pencegahan hipertensi di sekolah. Seluruh proses dan hasil kegiatan didokumentasikan dalam bentuk foto dan video, yang kemudian disusun dalam laporan pengabdian sebagai bentuk pertanggungjawaban kegiatan serta bahan acuan untuk pengembangan program lanjutan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan edukasi pencegahan penyakit paliatif dengan hipertensi pada remaja menunjukkan hasil yang positif dan berdampak bagi remaja tersebut. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi kesehatan tentang pencegahan penyakit paliatif hipertensi telah dilaksanakan pada 25 remaja di Panti Asuhan Bumi Nusantara Bengkulu. Evaluasi pengetahuan dilakukan menggunakan kuesioner *pre-test* dan *post-test*. Terjadi peningkatan nilai rata-rata sebesar 46,37 setelah dilakukan edukasi. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi berhasil meningkatkan pengetahuan remaja mengenai pencegahan hipertensi secara signifikan. Tabel berikut menunjukkan hasil rata-rata pengetahuan peserta sebelum dan sesudah edukasi.

Tabel 1.

Rata-rata skor pengetahuan sebelum dan setelah diberikan edukasi

No	Tahap Evaluasi	Mean	Kategori
1	<i>Pre-Test</i>	40,83	Kurang
2	<i>Post-Test</i>	87,20	Baik
Peningkatan		46,37	-

Kegiatan edukasi pencegahan penyakit hipertensi melalui “CERDIK” menunjukkan efektivitas yang sangat baik dalam meningkatkan pengetahuan remaja mengenai Hipertensi khususnya terkait faktor risiko, gejala, dan upaya pencegahannya. Peningkatan nilai rata-rata pengetahuan sebesar 46,37 menunjukkan bahwa metode penyuluhan interaktif yang digunakan berjalan efektif. Hal ini sejalan dengan penelitian Rismadi et al (2021) tentang pencegahan hipertensi pada remaja. Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* diketahui terjadi peningkatan pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan dengan hasil *pre-test* pengetahuan peserta mengenai hipertensi yang termasuk dalam kategori kurang sebesar 19,2%, sedangkan hasil *post-test* mempunyai pengetahuan baik mengenai hipertensi sebesar 65,4% (Rismadi et al., 2021).

Hasil penelitian sebelumnya juga didukung oleh penelitian lain yang dilakukan oleh Musabikhah et al., (2023) hasil penelitian menyebutkan bahwa skor sikap pencegahan hipertensi sebelum diberikan edukasi pencegahan hipertensi sebesar 47,8 %, setelah diberikan edukasi meningkat menjadi 56,5 % (Musabikhah et al., 2023).

Penelitian Putri et al (2025) tentang pengaruh edukasi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja tentang faktor risiko hipertensi dengan jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 227 siswa remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan yang signifikan pada pengetahuan kelompok intervensi, yaitu dari rerata 10,80 sebelum intervensi menjadi 15,00 setelah diberikan edukasi (Putri et al., 2025). Hal ini menegaskan perlunya edukasi kesehatan yang berkelanjutan dan akses pelayanan kesehatan preventif yang lebih mudah bagi remaja, baik di lingkungan sekolah maupun fasilitas kesehatan terdekat, sehingga risiko terjadinya hipertensi dapat dideteksi lebih awal dan dikendalikan dengan lebih efektif (Oematan et al., 2025; Siswanto et al., 2023; Rahmadani, 2021).

1. Pembagian kuesioner pre-test



Gambar 1.

Pembagian kuesioner kepada peserta

2. Pemberian materi edukasi

Kegiatan pengabdian dilaksanakan secara langsung di Panti Asuhan Bumi Nusantara Kota Bengkulu, diawali dengan pembukaan dan sambutan dari pihak sekolah serta tim pelaksana. Sesi utama berupa penyuluhan interaktif tentang bahaya dan pencegahan hipertensi menggunakan media e-booklet yang dirancang komunikatif dan visual. Kegiatan dilengkapi dengan diskusi dan tanya jawab, dilanjutkan dengan diskusi kelompok kecil (FGD) untuk menggali persepsi remaja terkait faktor risiko dan upaya pencegahan hipertensi. Sebagai kegiatan partisipatif, remaja turut melakukan kampanye pencegahan hipertensi melalui pembagian e-booklet edukatif yang memuat pesan tentang pola makan sehat, pentingnya aktivitas fisik, dan dampak hipertensi jika tidak dicegah sejak dini.



Gambar 2.

Pemberian edukasi kesehatan pencegahan penyakit paliatif dengan hipertensi

3. Post-test dan evaluasi

Setelah kegiatan, remaja juga diminta mengisi kuesioner pengetahuan dan sikap setelah di berikan edukasi sebagai bentuk komitmen terhadap gaya hidup sehat, sebagai indikator perubahan persepsi dan niat bertindak. Untuk memperkaya evaluasi, tim pengabdian mengadakan sesi refleksi bersama remaja dan pengurus panti asuhan, guna memperoleh masukan langsung terkait manfaat kegiatan serta ide-ide untuk kelanjutan program pencegahan hipertensi.



Gambar 3.

Kegiatan pemberian edukasi di Panti Asuhan Bumi Nusantara

KESIMPULAN

Pemberian pembekalan pengetahuan mengenai faktor risiko hipertensi pada remaja merupakan hal yang penting, salah satunya melalui kegiatan skrining awal. Informasi yang diperoleh remaja dari kegiatan tersebut diharapkan dapat meningkatkan tingkat pengetahuan secara positif, sehingga mendorong terjadinya perubahan sikap dan perilaku dalam upaya pencegahan faktor risiko hipertensi yang bersifat dapat dimodifikasi. Edukasi kesehatan yang dilaksanakan melalui pendekatan partisipatif dengan metode yang menarik terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja.

Berdasarkan hasil dan kesimpulan kegiatan, disarankan agar program pembekalan pengetahuan mengenai faktor risiko hipertensi pada remaja terus dilaksanakan secara berkelanjutan dan terintegrasi dengan kegiatan skrining kesehatan rutin di sekolah maupun komunitas remaja.

Pendekatan edukasi kesehatan secara partisipatif dengan metode yang menarik perlu dipertahankan dan dikembangkan agar mampu meningkatkan keterlibatan serta pemahaman remaja secara optimal. Selain itu, program CERDIK disarankan untuk diperluas pada kelompok sasaran yang lebih luas serta melibatkan peran aktif tenaga kesehatan, pendidik, dan keluarga guna mendukung perubahan sikap dan perilaku remaja dalam pencegahan faktor risiko hipertensi yang dapat dimodifikasi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, terutama kepada dosen dan mahasiswa yang bergabung dalam TIM. Terima kasih disampaikan juga kepada Prodi D3 Keperawatan Universitas Bengkulu dan Panti Asuhan Bumi Nusantara atas dukungan dan fasilitasi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya Rahardian Nugroho, Rahma, K. A., Nur, A. A., Putra, M. R. P., Desinata, A. F., Agustina, D., Kusumawati, S. A. N., Cahyaningtyas, A., Salsabila, V., Agustina, D., Aprili, C., Nugroho, A. R., Rahma, K., Aviyo, A. A., Putra, N., Rafi, M., Pradana, Agil Fitri Desinata, D. A., Kusumawati, & Aprili, C. (2024). Peningkatan Pengetahuan Bahaya Hipertensi Dengan Edukasi Pada Ibu Pra Lansia di Dusun Bangunsari. *Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 3(3), 8–11.
- Amukti, D. P., Tiva, D., & Sidik, W. (2024). Pemberian edukasi pada usia remaja terhadap penyakit hipertensi. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, 5(225), 251–258. <https://doi.org/10.33474/jp2m.v5i2.21600>
- Arief, I., & Amin, F. A. (2024). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Di Gampong Lampulo Banda Aceh. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5, 5184–5191.
- Cunningham, E. G. (2025). Silencing the Silent Killer : The Importance of At-Home Blood Pressure. *UVM ScholarWorks Family*.
- Dewi, W. F., Suryani, P., & Hadi, S. (2024). The Effect of Providing Education Using E-Booklet Media on Changing Students' Knowledge about Prevention of Hypertension Disease at Smanu Pakis Malang District. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 7(8), 2109–2115.
- Dinas Kesehatan Kota Bengkulu. (2023). *Profil Kesehatan Kota Bengkulu 2023*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Laporan Tematik Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*.
- Lee, G. (2024). Hypertension : the silent killer in a vulnerable. *European Journal of Cardiovascular Nursing*, 23(6), 96. <https://doi.org/10.1093/eurjcn/zvae004>
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023). Hipertensi: Artikel Review. *Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 47(1), 100950. <https://doi.org/10.1016/j.tranpol.2019.01.002> <https://doi.org/10.1016/j.cstp.2023.100950> <https://doi.org/10.1016/j.geoforum.2021.04.007> <https://doi.org/10.1016/j.trd.2021.102816> <https://doi.org/10.1016/j.tra.2020.03.015> <https://doi.org/10.1016/j>
- Muhawarman, A. (2024). Memperkuat Layanan Primer. In *Redaksi Mediakom*.
- Musabikhah, A., Mintarsih, S. N., & Hendriyani, H. (2023). Efektivitas Edukasi Faktor Resiko Penyakit Tidak Menular dengan Booklet terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja The. *Jurnal Riset Gizi*, 11(1), 35–43.
- Oematan, G., Boeky, D., Limbu, R., Maranatha, G., & Mege, S. (2025). *Prevalence and Factors Associated with Hypertension among Adolescents in Peri-Urban Areas*. 17(1), 52–63.
- Organization, W. H. (2023). *Guideline for the pharmacological treatment of hypertension*.
- Putri, N. C., Musthofa, S. B., & Sariatmi, A. (2025). The Effect of Education on Improving Adolescents' Knowledge and Attitudes Regarding Hypertension Risk Factors Among Gamers in Senior High Schools in Semarang City. *Madu Jurnal Kesehatan*, 14(1), 21–32. <https://doi.org/10.31314/mjk.14.1.21-32.2025>

- Rahmadani, W. (2021). Pengaruh Rendam Kaki Air Jahe Merah Hangat Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu. In *Poltekkes Kemenkes Bengkulu*.
- Rahmadani, W., & Chayati, N. (2023). Massage in prevention of decubitus ulcers in bedrest patients: A literature review. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(2), 649–656. <https://doi.org/10.30604/jika.v8i2.1989>
- Rismadi, K., Siagian, A., & Siregar, F. A. (2021). Pengaruh Penghasilan Dan Gaya Hidup Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Nelayan Di Kota Medan. *Jurnal Health Sains*, 2(3), 328–342.
- Sari, Y., & Brigita, M. (2024). Skrining Dan Edukasi Risiko Hipertensi Pada Remaja. *Jurnal ABDI MERCUSUAR*, 4(2), 1–10.
- Siswanto, Y., Wahyuni, S., Widyawati, S. A., & Waluyo, N. (2023). Perilaku Berisiko Hipertensi Pada Remaja Di Kabupaten Semarang. *Pro Health Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(1), 284–290.
- Syahrizal, Kurniawan, H., Wijaya, N., & Anggreiny, C. D. (2025). Studi Kasus : Edukasi Aspek Preventif pada Pengelolaan Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sains Dan Teknologi*, 4(1), 11–21. <https://doi.org/10.55123/abdikan.v4i1.4804>
- Trianaputri, R. A., & Rantung, J. (2025). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Risiko Terjadinya Hipertensi Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Di Universitas Advent Indonesia. *Jurnal Impresi Indonesia (JII)*, 4(4), 1199–1208. <https://doi.org/10.58344/jii.v4i4.6435>