

Perencanaan dan Pelaksanaan POA Pencegahan Hipertensi melalui Edukasi dan Demonstrasi Jus Ketimun di Kelurahan Lasiana Kupang, NTT

**Sintha Lisa Purimahua¹, Michel Stivani Latunussa², Maria Yenivita Dai Laot³,
Nova Indah Anggraini⁴, Riany Lalasantri Oan⁵, Aloysia Priska Manikin⁶, Selvita
Tona Lede⁷, Sarai Novilin Tunliu⁸**

^{1,2,3,4,5,6,7,8} Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana, Kupang, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Sintha Lisa Purimahua

E-mail: sintha.purimahua@staf.undana.ac.id

Abstrak

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat dalam upaya pencegahan hipertensi melalui edukasi dan demonstrasi pengolahan minuman sehat. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 13–31 Januari 2026 di wilayah RT 032 dan RT 034/RW 009 Kelurahan Lasiana, Kecamatan Kelapa Lima, Kota Kupang, dengan sasaran 24 orang masyarakat. Metode pelaksanaan meliputi penyuluhan langsung menggunakan media brosur, demonstrasi pengolahan jus ketimun, serta intervensi konsumsi jus ketimun sebanyak 200 gram per hari yang mengandung kalium, vitamin C, vitamin A, dan vitamin E. Evaluasi kegiatan dilakukan menggunakan pre-test dan post-test untuk menilai perubahan tingkat pengetahuan masyarakat sebelum dan sesudah edukasi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi, dari 68,75% sebelum edukasi menjadi 83,3% setelah edukasi. Kesimpulannya, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat mengenai hipertensi serta mendorong penerapan kebiasaan sehat melalui pengolahan jus ketimun sebagai upaya promotif dan preventif yang berkelanjutan bagi masyarakat usia produktif hingga lansia.

Kata kunci - hipertensi, edukasi kesehatan, jus ketimun

Abstract

This community service activity aimed to improve community knowledge and understanding in preventing hypertension through education and demonstrations of healthy beverage preparation. The activity was conducted from January 13 to January 31, 2026, in RT 032 and RT 034/RW 009, Lasiana Village, Kelapa Lima District, Kupang City, involving 24 community members. The implementation methods included direct health education using brochures, demonstrations of cucumber juice preparation, and an intervention involving daily consumption of 200 grams of cucumber juice containing potassium, vitamin C, vitamin A, and vitamin E. Evaluation was carried out using pre-test and post-test assessments to measure changes in community knowledge before and after the educational intervention. The results showed a significant increase in community knowledge regarding hypertension, from 68.75% before education to 83.3% after education. In conclusion, this community service activity was effective in enhancing community knowledge and understanding of hypertension and in encouraging the adoption of healthy habits through cucumber juice preparation as a sustainable promotive and preventive effort for productive-age adults to the elderly.

Keywords - hypertension, health education, cucumber Juice

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan kondisi medis tekanan darah dalam arteri meningkat melebihi batas normal (> 40 mmHg). Hipertensi juga sering disebut sebagai *The Silent Killer* karena sering kali penderita tidak merasakan gejala apapun namun berlangsung lama akan menyebabkan komplikasi atau kerusakan pada organ-organ vital (Hypertension-mediated Organ Damage) seperti jantung, otak, ginjal, pembuluh darah, mata.

Di Indonesia, prevalensi hipertensi di Indonesia masih tinggi dan merupakan salah satu penyakit terbanyak. Hal ini didukung oleh organisasi Kesehatan dunia yaitu WHO bahwa, di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% orang di seluruh dunia mengidap hipertensi. Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi hipertensi pada penduduk >18 tahun mencapai 30,8% dengan estimasi beban yang terus meningkat dan menjadikan Indonesia peringkat lima dunia dalam jumlah penderita hipertensi. Kasus hipertensi tidak hanya pada usia lanjut namun juga pada remaja usia 18-24 tahun dengan prevalensinya mencapai 10,7% dan usia 25-34 tahun sebesar 17,4%, dengan faktor risiko utama berasal dari gaya hidup tidak sehat seperti: merokok, obesitas, konsumsi makanan tinggi garam, kurang aktivitas fisik, serta stress yang menjadi factor utama penyebab hipertensi.

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Kemenkes RI, 2018), prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi NTT, jumlah penderita hipertensi mengalami peningkatan dari 741.308 kasus pada tahun 2020 menjadi 1.022.186 kasus pada tahun 2021. Di Kota Kupang, jumlah penderita hipertensi tercatat sebesar 26.309 kasus pada tahun 2020, meningkat pada tahun 2021, dan menurun kembali menjadi 29.149 kasus pada tahun 2022. Perbedaan angka antar tahun tersebut diduga dipengaruhi oleh perbedaan metode pencatatan dan pendekatan estimasi yang digunakan, termasuk hasil skrining dan proyeksi jumlah penderita di masyarakat. Data Dinas Kesehatan Kota Kupang menunjukkan bahwa Puskesmas Oesapa secara konsisten menjadi wilayah dengan jumlah penderita hipertensi tertinggi, yaitu 5.107 kasus pada tahun 2020, 70.118 kasus pada tahun 2021, dan 4.985 kasus pada tahun 2022.

Selain itu, pada tahun 2018 estimasi jumlah penderita hipertensi usia ≥ 15 tahun di wilayah kerja Puskesmas Oesapa mencapai 15.512 orang, namun hanya 1.947 orang (12,6%) yang mendapatkan pelayanan kesehatan. Hal ini menunjukkan masih rendahnya cakupan pelayanan kesehatan bagi penderita hipertensi di wilayah tersebut. Pada tahun 2022, hasil skrining Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama (FKTP) di Puskesmas Oesapa juga mencatat sebanyak 1.064 kasus hipertensi (Dinas Kesehatan Kota Kupang, 2022).

Berdasarkan data yang didapatkan di Kelurahan Lasiana 3 bulan terakhir, hipertensi menjadi masalah ke 3 terbanyak yang ada di kelurahan lasiana dengan jumlah kasus 3 bulan terakhir yaitu, 93 kasus dan di wilayah RW 009 RT 034 dan RT 32 tercatat 15 kasus hipertensi. Hipertensi dipilih menjadi masalah kesehatan di RT 032 dan RT 034/RW 009, Kelurahan Lasiana karena berdasar hasil wawancara, didapatkan tercatat 15 kasus (15%) hipertensi. Hal ini kemudian didasari karena kurangnya pengetahuan dan edukasi mengenai hipertensi secara keseluruhan kepada masyarakat. Hasil pengambilan data, menunjukkan bahwa penderita hipertensi ditemukan pada usia di atas 20 tahun dikarenakan rentang usia produktif di wilayah ini karena mobilitas tinggi dan kesibukan kerja yang padat, sehingga sering kali mengabaikan perilaku hidup sehat dan menganggap pemeriksaan kesehatan sebagai prioritas selama tidak ada keluhan fisik yang berat. .

Hal ini didukung oleh penelitian dari Solikkah dkk. (2022) Desa Bendung, Kecamatan Semin, Daerah Istimewa Yogyakarta, menunjukkan bahwa hipertensi dapat muncul sejak remaja dan prevalensinya meningkat selama beberapa decade terakhir tetapi banyak yang tidak menyadarinya sehingga menjadi penyebab munculnya penyakit hipertensi. Selain itu, factor utama penyebab hipertensi adalah gaya hidup yang tidak sehat seperti: kurangnya aktivitas fisik, stress yang berlebihan, kebiasaan perilaku merokok dan makanan yang rendah serat, konsumsi makanan tinggi garam dan natrium. Didukung oleh penelitian Perubahan gaya hidup masyarakat telah berperan dalam

meningkatnya prevalensi penyakit tidak menular di Indonesia, termasuk hipertensi dan diabetes melitus. Perilaku konsumsi makanan yang tidak sehat, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, serta rendahnya aktivitas fisik menjadi faktor risiko utama penyakit degeneratif, selain faktor lain seperti usia, jenis kelamin, dan faktor keturunan (Nuryati, 2009).

Salah satu pendekatan non-farmakologis yang dapat dilakukan adalah pemanfaatan bahan pangan alami, seperti ketimun (*Cucumis sativus*). Ketimun mengandung kalium dan kadar air yang tinggi yang berperan dalam membantu pengendalian tekanan darah pada penderita hipertensi.

Penelitian yang berjudul “Pengaruh Pemberian Jus Mentimun terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Desa Tolobukan, Kecamatan Pasan, Kabupaten Minahasa Tenggara Tahun 2015” menggunakan desain quasi-eksperimental dengan pretest–posttest with control group. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara non-probability sampling dengan metode purposive sampling, melibatkan 32 responden yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu 16 responden pada kelompok intervensi yang diberikan jus mentimun dan 16 responden pada kelompok kontrol tanpa pemberian jus mentimun. Uji statistik yang digunakan adalah uji beda dua rata-rata (uji t). Hasil analisis menunjukkan nilai p value sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang menandakan adanya perbedaan yang signifikan pada rata-rata tekanan darah antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Penelitian berjudul “Terapi Jus Mentimun Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi” menggunakan desain quasi experiment dengan pendekatan one group pre-test dan post-test. Penelitian ini melibatkan 23 responden, dengan pengukuran tekanan darah dilakukan menggunakan sphygmomanometer dan stetoskop. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil penelitian menunjukkan nilai $p < \alpha$ ($0,001 < 0,05$), yang mengindikasikan adanya perbedaan yang signifikan pada rata-rata tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian intervensi jus mentimun.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan perencanaan dan pelaksanaan Plan of Action (POA) dalam upaya pencegahan hipertensi melalui edukasi dan demonstrasi pengolahan jus ketimun. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 13-31 Januari 2026 di wilayah RT 032 dan RT 034/RW009 Kelurahan Lasiana, Kecamatan Kelapa Lina, Kota Kupang, Nusa Tenggara Timur dengan sasaran sebanyak 24 masyarakat.

Perencanaan dan pelaksanaannya terbagi dalam 3 tahap berikut:

1. Tahap Perencanaan : Melakukan identifikasi masalah kesehatan masyarakat terkait penyakit hipertensi serta penyusunan POA yang mencakup seluruh penentuan tujuan, sasaran, materi edukasi dan metode intervensi
2. Tahap Pelaksanaan : Melakukan penyuluhan kesehatan secara langsung menggunakan media brosur mengenai hipertensi, faktor risiko hipertensi, ciri-ciri hipertensi, bahaya hipertensi dan pencegahan hipertensi, disertai demonstrasi pengolahan minuman sehat berupa jus ketimun. Selain itu diberikan intervensi berupa anjuran konsumsi minuman jus ketimun sebanyak 200 gram per hari sebagai langkah promotif dan preventif.
3. Tahap Evaluasi : Menilai efektivitas kegiatan dengan menggunakan pre-test dan post-test guna mengukur perubahan tingkat pengetahuan masyarakat sebelum dan sesudah diberikan edukasi dan demonstrasi. Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan nilai hasil pre-test dan post-test menggunakan Microsoft Excel dan SPSS untuk melihat peningkatan pengetahuan masyarakat terkait pencegahan dan pengendalian hipertensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Presentase pengetahuan masyarakat tentang hipertensi sebelum diberikan edukasi dan leaflet, setelah edukasi dan diberikan leaflet dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

Tabel 1.
Tabel Pre-Test dan Post-Test

Variabel Pengetahuan	Pre-Test (%)	Post-Test (%)
Pengetahuan Baik	68,75	83,30

Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, sebelum diberikan edukasi cakupan pengetahuan responden adalah (68,75%) dan ketika diberikan edukasi responden mengalami peningkatan nilai yaitu (83,3%). Hasil ini menunjukkan bahwa intervensi edukasi memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan responden. Kemudian dilakukan analisis data menggunakan aplikasi SPSS dengan menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test, yang merupakan salah satu uji statistik nonparametrik untuk mengetahui perbedaan antara dua sampel yang saling berpasangan, yaitu nilai pre-test dan post-test pada responden yang sama. Uji Wilcoxon digunakan sebagai alternatif dari uji paired sample t-test karena data penelitian tidak berdistribusi normal, sehingga tidak memenuhi asumsi uji parametrik. Analisis ini bertujuan untuk menguji hipotesis penelitian, yaitu adanya hubungan antara pemberian edukasi dengan peningkatan pengetahuan masyarakat di RT 032 dan RT 034 RW 009. Berikut hasil analisis test statistics data menggunakan uji Wilcoxon di SPSS:

Test Statistics^a

	POST TEST - PRE TEST
Z	-3.878 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Gambar 1.
analisis test statistics data menggunakan uji Wilcoxon

Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test pada nilai pre-test dan post-test, diperoleh nilai statistik $Z = -3,878$ dengan nilai signifikansi Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,000. Nilai p yang diperoleh lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$), sehingga hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif

(H_1) diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai pre-test dan post-test, yang berarti bahwa pemberian edukasi berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat di RT 032 dan RT 034/RW 009 Kelurahan Lasiana, Kecamatan Kelapa Lima.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil tabel dan analisis menggunakan uji wilcoxon di SPSS didapatkan bahwa terjadinya peningkatan pengetahuan dan keterampilan masyarakat setelah diberikan edukasi dan mempraktikkan pengolahan minuman sehat yaitu jus ketimun yang mencapai 83,3%. Angka ini telah melampaui indikator keberhasilan program yaitu minimal 70%. Dengan diikuti nilai Nilai p yang diperoleh lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya pengaruh peningkatan pengetahuan masyarakat. Hal ini mengindikasikan bahwa tingkat penerimaan masyarakat terhadap inovasi kesehatan yang ditawarkan sangat tinggi, dan terdapat motivasi internal yang kuat dari warga untuk memperbaiki kualitas hidup mereka melalui pola hidup yang sehat.

Peningkatan pengetahuan tersebut dapat dikaitkan dengan materi edukasi yang disampaikan, khususnya mengenai manfaat ketimun bagi penderita hipertensi. Ketimun diketahui memiliki kandungan vitamin A, C, dan E dalam ketimun bermanfaat bagi penderita hipertensi karena berperan

sebagai antioksidan yang membantu melindungi pembuluh darah dari kerusakan akibat stres oksidatif. Vitamin C berkontribusi dalam meningkatkan elastisitas pembuluh darah dan membantu menurunkan tekanan darah melalui perbaikan fungsi endotel. Vitamin E berperan dalam mencegah oksidasi lipid dan menjaga kesehatan dinding pembuluh darah sehingga aliran darah menjadi lebih lancar. Sementara itu, vitamin A membantu menjaga integritas sel dan jaringan pembuluh darah serta mendukung fungsi sistem kardiovaskular secara keseluruhan.

Kombinasi ketiga vitamin ini mendukung pengendalian tekanan darah dan mengurangi risiko komplikasi hipertensi apabila dikonsumsi sebagai bagian dari pola hidup sehat. Juga Ketimun diketahui memiliki kandungan air yang tinggi serta kalium yang berperan dalam membantu keseimbangan elektrolit dan pengaturan tekanan darah. Efek diuretik pada ketimun yang menyebabkan kandungan garam dalam darah menjadi berkurang sehingga dapat meringankan kerja jantung dalam memompa darah, dan akhirnya tekanan darah akan menurun. Kalium merupakan mineral yang berfungsi untuk mengatur keseimbangan cairan dalam tubuh. Pengaruh mentimun terhadap penurunan tekanan darah berkaitan erat dengan kandungan mineral seperti kalium, kalsium, dan magnesium yang berperan dalam menjaga keseimbangan elektrolit tubuh, khususnya rasio kalium dan natrium.

Asupan kalium yang cukup membantu meningkatkan ekskresi natrium melalui ginjal sehingga mencegah penumpukan natrium dalam darah. Ketidakseimbangan antara kalium dan natrium dapat menyebabkan peningkatan retensi cairan dalam tubuh, yang pada akhirnya meningkatkan volume darah dan beban kerja jantung. Selain itu, kelebihan natrium dapat berdampak pada gangguan fungsi pembuluh darah dan mempersempit aliran darah.

Dengan kandungan mineral tersebut, konsumsi jus mentimun dapat membantu memperbaiki keseimbangan elektrolit, melancarkan aliran darah, serta menurunkan risiko peningkatan tekanan darah. Informasi ini menjadi mudah dipahami dan diterima oleh responden karena dikombinasikan dengan demonstrasi langsung pengolahan jus ketimun, sehingga meningkatkan daya tarik dan pemahaman peserta.



Gambar 2.
Kegiatan Pengabdian Masyarakat



Gambar 3.
Foto Bersama Kegiatan Pengabdian Masyarakat

KESIMPULAN

Kegiatan perencanaan dan pelaksanaan Plan of Action (POA) pencegahan hipertensi melalui edukasi dan demonstrasi pengolahan jus ketimun di RT 032 dan RT 034/RW 009 Kelurahan Lasiana, Kecamatan Kelapa Lima, Kota Kupang, telah berhasil mencapai tujuan yang ditetapkan. Intervensi yang dilakukan mampu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat mengenai hipertensi serta upaya pencegahannya, yang ditunjukkan oleh peningkatan hasil evaluasi pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian edukasi. Pendekatan edukasi yang disertai dengan demonstrasi praktik pengolahan jus ketimun terbukti efektif dalam meningkatkan keterlibatan masyarakat dan memudahkan penerapan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, intervensi ini berpotensi membentuk kebiasaan sehat yang berkelanjutan sebagai upaya promotif dan preventif dalam mendukung pengendalian hipertensi pada masyarakat usia produktif hingga lansia.

Berdasarkan hasil kegiatan tersebut, disarankan agar program edukasi kesehatan serupa dapat dilaksanakan secara berkelanjutan dan diperluas cakupannya dengan melibatkan lebih banyak masyarakat serta dukungan aktif dari tenaga kesehatan setempat. Selain itu, diperlukan pemantauan jangka panjang untuk menilai dampak intervensi tidak hanya terhadap peningkatan pengetahuan, tetapi juga terhadap perubahan perilaku dan penurunan tekanan darah secara objektif. Kegiatan ini juga dapat dikembangkan dengan variasi media edukasi dan intervensi pangan sehat lainnya guna memperkuat upaya pencegahan hipertensi berbasis masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada ibu Dr. Sintha Lisa Purimahua, S. KM., M. Kes, selaku Dosen Pembimbing Lapangan kegiatan Pengabdian Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana yang telah membimbing kegiatan ini dapat berjalan dengan baik. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada bapak RT 032 dan RT 034/RW 009 dan warga Kelurahan Lasiana, Kecamatan Kelapa Lima. Dan diucapkan terima kasih kepada semua pihak yang terlibat dan membantu dalam pengabdian masyarakat ini, sehingga jurnal dapat diselesaikan dengan baik. Besar harapan kami pengabdian ini dapat berkontribusi dalam menambah pengetahuan masyarakat tentang hipertensi dan demonstrasi pengolahan minum sehat bagi penderita hipertensi. Dapat dimanfaatkan sebagai bahan pengembangan masyarakat untuk meningkatkan derajat kesehatan lebih lanjut.

DAFTAR PUSTAKA

- Barus, M., Ginting, A., & Turnip, A. J. (2019). Terapi jus mentimun menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. *Jurnal Mutiara Ners*, *2*(2), 230–237.
- Datuge, E., Lasanuddin, H. V., Ilham, R., & Gobel, I. A. (2025). Pengaruh pemberian jus timun pada lansia penderita hipertensi. *Journal of TSCNers*, *10*(1), 135–146. <http://ejournal.annurpurwodadi.ac.id/index.php/TSCNers>
- Fadlilah, S., Sucipto, A., & Judha, M. (2020). Cucumber (*Cucumis sativus*) and tomato (*Solanum lycopersicum*) juice effective to reduce blood pressure. *GSC Biological and Pharmaceutical Sciences*, *10*(1), 1–8. <https://doi.org/10.30574/gscbps.2020.10.1.0246>
- Ivana, T., Martini, M., & Christine, M. (2021). Pengaruh pemberian jus mentimun terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di PSTW Sinta Rangkang tahun 2020. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI)*, *6*(1), 53–58. <https://doi.org/10.51143/jksi.v6i1.263>
- Lewa, M. D. W., Bunga, E. Z. H., Gustam, T. Y. P., & Weraman, P. (2025). Hubungan efikasi diri, gaya hidup, dan dukungan keluarga dengan hipertensi pada anggota Prolanis di wilayah kerja Puskesmas Oesapa Kota Kupang. *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan dan Kebidanan*, *3*(4), 253–263. <https://doi.org/10.61132/corona.v3i4.1938>

- Meiranny, A., & Syahirani, A. (2021). Literatur review: Mengkaji efektivitas pemberian mentimun terhadap penurunan tekanan darah. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwivery, Environment, Dentist)*, 16(2), 1109. <https://doi.org/10.36911/PANNMED.V16I2.1109>
- Pamungkas, M. M. (2025). Hubungan aktivitas fisik dengan hipertensi pada remaja putri kelas XI di SMA Negeri 1 Pajangan. Skripsi. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Diakses dari <https://eprints.poltekkesjogja.ac.id/id/eprint/19871>
- Solikhah, S., Haifa, A., & Fauzi, E. R. (2023). Edukasi tentang penyakit hipertensi sebagai salah satu cara untuk mengkampanyekan gerakan masyarakat hidup sehat. *Kacanegara: Jurnal Pengabdian pada Masyarakat*, 6(1), 71–78. <https://doi.org/10.28989/kacanegara.v6i1.1528>
- Tafdillah, & Revisia, S. (2019). Pengaruh pemberian jus timun terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai Palembang. *Jurnal Kesehatan: Jurnal Ilmiah Multi Sciences*, 9(2), 122–133. <https://doi.org/10.52395/jkjims.v9i02.161>
- Tanjung, A. I., Arsi, R., & Saputra, A. U. (2024). Pengaruh pendidikan kesehatan melalui media booklet “Manajemen Hipertensi” terhadap tingkat pengetahuan pasien dengan hipertensi. *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 1(6), 140–146. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10496448>