



SINTA 3

PAGE : 28-33

DOI: 10.31605/jipm.v5i1.6924

GERCEP PATUH: Peningkatan Pengetahuan dan Perilaku Pengelolaan Hipertensi Melalui Edukasi CERDIK-PATUH dan Pojok Pemantauan Mandiri di Desa Tandassura

Irna Megawaty¹, Indrawati^{2*}, Achmad Indra Awaluddin³, Juliana Hijria⁴, Nuraspina⁵

^{1,2*,3,4,5}Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sulawesi Barat, Majene, Indonesia

*Korespondensi: indrawati@unsulbar.ac.id

Diterima: 15-03-2026

Direvisi: 11-05-2026

Disetujui: 20-06-2026

ABSTRAK

Hipertensi masih menjadi masalah kesehatan utama di Indonesia, termasuk di Desa Tandassura, Kecamatan Limboro, Kabupaten Polewali Mandar, Sulawesi Barat, tempat kesadaran masyarakat dalam pemeriksaan tekanan darah, kepatuhan pengobatan, dan pemantauan mandiri masih rendah. Kegiatan pengabdian bernama GERCEP PATUH (Gerakan CERDIK dan PATUH) bertujuan meningkatkan pengetahuan, kepatuhan pengobatan, dan kemampuan pemantauan mandiri tekanan darah masyarakat penderita hipertensi. Kegiatan melibatkan 30 peserta (70,0% perempuan, 30,0% laki-laki; usia rata-rata $49,9 \pm 15,3$ tahun) bersama kader kesehatan dan pemerintah desa, dilaksanakan melalui sosialisasi, pelatihan dengan ceramah, demonstrasi, simulasi, dan diskusi kelompok, pembagian buku saku dan leaflet, pelatihan penggunaan tensimeter digital, serta pembentukan Pojok PATUH sebagai sarana pemeriksaan tekanan darah mandiri. Pengetahuan peserta diukur melalui pre-test dan post-test yang dianalisis dengan uji Paired Sample t-Test. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan skor pengetahuan yang bermakna, dari rata-rata 8,60 (SD 2,36) menjadi 12,60 (SD 1,28), selisih 4,00 poin (95% CI 3,14–4,86; $p < 0,001$), setara dengan peningkatan 46,5% dan besar efek yang sangat besar (Cohen's $d = 1,74$). Kegiatan ini juga berhasil menyediakan fasilitas pemantauan tekanan darah mandiri yang sebelumnya tidak tersedia di desa. Simpulannya, program GERCEP PATUH efektif meningkatkan pengetahuan dan kemampuan pengelolaan mandiri hipertensi masyarakat dan berpotensi direplikasi pada desa lain dengan permasalahan serupa.

Kata kunci: Hipertensi; Pemberdayaan Masyarakat; Edukasi Kesehatan; Manajemen Mandiri; Pengabdian Masyarakat

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan utama di dunia, termasuk di Indonesia, karena prevalensinya yang terus meningkat serta kontribusinya terhadap penyakit kardiovaskular, stroke, dan gagal ginjal kronik. Hipertensi dikenal sebagai silent killer karena sering tidak menimbulkan gejala hingga terjadi komplikasi serius, sehingga menjadi penyebab utama kematian dan kecacatan serta menurunkan kualitas hidup masyarakat (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran masih tinggi, yaitu sekitar 30,8%, sementara prevalensi berdasarkan

diagnosis tenaga kesehatan hanya sekitar 8,6%, yang menunjukkan masih rendahnya kesadaran masyarakat dalam melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Di tingkat regional, prevalensi hipertensi di Sulawesi Barat berdasarkan Riskesdas 2018 bahkan mencapai 34,77% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018, 2023). Hipertensi sangat dipengaruhi oleh faktor perilaku dan gaya hidup, seperti obesitas, kebiasaan merokok, kurangnya aktivitas fisik, serta konsumsi makanan tinggi garam (Pratiwi & Wulandari, 2022), sebagaimana juga ditunjukkan pada populasi lanjut usia di Asia melalui strategi pengendalian tekanan darah bertahap (Zhang & Cai, 2022). Edukasi kesehatan terbukti efektif meningkatkan kemampuan self-

management pasien hipertensi (Sari & Lestari, 2023), sementara kepatuhan minum obat memiliki hubungan signifikan dengan kontrol tekanan darah (Hidayat & Rahmawati, 2024), sebagaimana dikonfirmasi oleh beberapa studi kepatuhan pengobatan hipertensi di berbagai wilayah Indonesia (Anjarsari et al., 2023; Dhrik et al., 2023; Fahreza et al., 2025), dan layanan berbasis komunitas seperti Posbindu PTM berperan penting dalam deteksi dini dan pengendalian hipertensi di masyarakat pedesaan (Nugroho & Sari, 2023), sebagaimana juga ditunjukkan oleh program pemberdayaan kader Posbindu PTM di berbagai daerah (Keytimu & Vianitati, 2023; Nastiti et al., 2022).

Desa Tandassura, Kecamatan Limboro, Kabupaten Polewali Mandar, Provinsi Sulawesi Barat merupakan wilayah pedesaan dengan mata pencaharian utama pada sektor pertanian dan peternakan. Meskipun memiliki potensi sumber daya yang cukup baik, perubahan pola hidup masyarakat menjadi tantangan tersendiri di bidang kesehatan: kebiasaan konsumsi makanan tinggi garam, merokok, dan kurangnya aktivitas fisik masih banyak ditemukan, sementara kesadaran untuk memeriksakan kesehatan secara rutin dan literasi kesehatan masyarakat masih rendah. Hasil observasi awal pada Januari 2026 mengidentifikasi sekitar 60 penderita hipertensi di desa ini, sebagian besar pada kelompok usia dewasa dan lanjut usia, dengan kepatuhan pengobatan dan pengelolaan gaya hidup yang masih rendah. Permasalahan prioritas yang disepakati bersama mitra meliputi: (1) rendahnya pengetahuan masyarakat tentang hipertensi dan cara pengelolaannya; (2) rendahnya kepatuhan penderita hipertensi dalam menjalani pengobatan dan pemeriksaan kesehatan rutin; dan (3) belum tersedianya fasilitas pemantauan tekanan darah mandiri yang mudah diakses masyarakat.

Berdasarkan permasalahan tersebut, tim pengabdian bersama masyarakat, kader kesehatan, dan pemerintah Desa Tandassura merancang program pengabdian kepada masyarakat bernama GERCEP PATUH (Gerakan CERDIK dan PATUH). Program ini sejalan dengan pencapaian SDG 3 (Good Health and Well-being) dan mendukung Indikator Kinerja Utama (IKU) perguruan tinggi dalam pengabdian kepada masyarakat berbasis hasil penelitian.

Kesenjangan yang hendak diatasi adalah rendahnya pengetahuan, kepatuhan, dan akses pemantauan mandiri tekanan darah pada masyarakat Desa Tandassura. Solusi yang

ditawarkan adalah edukasi kesehatan berbasis komunitas dipadukan dengan penyediaan teknologi sederhana berupa tensimeter digital dan pembentukan Pojok PATUH. Kegiatan ini bertujuan untuk: (1) meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi dan cara pengelolaannya; (2) meningkatkan kepatuhan penderita hipertensi dalam menjalani pengobatan dan pemeriksaan tekanan darah secara rutin; (3) meningkatkan kemampuan self-management masyarakat melalui perubahan perilaku hidup sehat; dan (4) menyediakan fasilitas pemantauan tekanan darah mandiri yang mudah diakses. Manfaat yang diharapkan bagi mitra adalah tersedianya sarana pemantauan tekanan darah yang berkelanjutan serta peningkatan kapasitas masyarakat dan kader kesehatan dalam pengendalian hipertensi secara mandiri.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Desa Tandassura, Kecamatan Limboro, Kabupaten Polewali Mandar, Provinsi Sulawesi Barat, yang berada dalam wilayah kerja Puskesmas Limboro. Mitra sasaran adalah warga penderita hipertensi, dengan melibatkan kader kesehatan dan pemerintah desa sebagai mitra pendukung. Sebanyak 30 peserta penderita hipertensi berpartisipasi penuh, terdiri atas 21 orang perempuan (70,0%) dan 9 orang laki-laki (30,0%), dengan rata-rata usia $49,9 \pm 15,3$ tahun (median 46,5 tahun; rentang 28–81 tahun). Pelaksanaan program melibatkan 1 orang pengusul utama, 1 orang anggota tim, dan 5 orang mahasiswa, dengan pembagian peran: pengusul utama bertanggung jawab atas perencanaan, koordinasi mitra, pelaksanaan, monitoring, evaluasi, dan pelaporan; anggota tim membantu penyusunan materi edukasi dan analisis data; serta mahasiswa membantu pelaksanaan teknis di lapangan, pendampingan peserta, dan dokumentasi kegiatan. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan partisipatif-edukatif, di mana masyarakat, kader kesehatan, dan pemerintah desa dilibatkan secara aktif sejak tahap perencanaan hingga evaluasi.

Tahapan Kegiatan

Kegiatan dilaksanakan melalui lima tahapan. Pertama, tahap sosialisasi, meliputi koordinasi dengan pemerintah desa dan kader kesehatan, penyampaian tujuan dan jadwal program, identifikasi jumlah penderita hipertensi, serta penentuan lokasi pembentukan Pojok PATUH. Kedua, tahap pelatihan, dilaksanakan

melalui ceramah, demonstrasi, simulasi, dan diskusi kelompok mengenai edukasi hipertensi dan self-management, perilaku hidup sehat berbasis CERDIK, kepatuhan pengobatan berbasis PATUH, serta cara penggunaan tensimeter digital. Ketiga, tahap penerapan teknologi, berupa penggunaan tensimeter digital otomatis (metode oscillometric, rentang pengukuran tekanan darah 0–280 mmHg, akurasi ± 3 mmHg) sebagai alat pemantauan tekanan darah mandiri, dan pembentukan Pojok PATUH, yaitu sudut layanan kesehatan sederhana di balai desa yang dilengkapi meja, kursi, tensimeter digital, buku register pemeriksaan, poster kategori tekanan darah, serta buku saku CERDIK dan PATUH sebagai media edukasi mandiri. Keempat, tahap pendampingan dan evaluasi, meliputi pendampingan rutin oleh tim bersama kader kesehatan dalam pemeriksaan tekanan darah dan penerapan perilaku hidup sehat. Kelima, tahap keberlanjutan program, yaitu penyerahan alat tensimeter kepada pemerintah desa dan pengelolaan Pojok PATUH secara mandiri oleh kader kesehatan, yang selanjutnya diintegrasikan dengan kegiatan Posbindu PTM desa.

Indikator Keberhasilan

Keberhasilan program diukur dari tiga indikator: (1) peningkatan pengetahuan peserta tentang hipertensi, diukur menggunakan instrumen pre-test sebelum pelatihan dan post-test setelah pelatihan dengan soal identik; (2) tingkat partisipasi peserta dalam rangkaian kegiatan; dan (3) tersedianya fasilitas pemantauan tekanan darah mandiri melalui pembentukan Pojok PATUH. Data pengetahuan dianalisis secara kuantitatif menggunakan program SPSS. Uji normalitas data selisih pre-post test terpenuhi untuk penggunaan uji parametrik, sehingga digunakan uji Paired Sample t-Test untuk menguji perbedaan rata-rata skor pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi pada taraf signifikansi 5% ($p < 0,05$). Selain itu, dihitung pula persentase peningkatan skor rata-rata dan besar efek intervensi (effect size) menggunakan rumus Cohen's d.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian GERCEP PATUH terlaksana melalui seluruh tahapan yang direncanakan, mulai dari sosialisasi kepada pemerintah desa dan kader kesehatan, pelatihan edukasi CERDIK dan PATUH, penerapan teknologi tensimeter digital dan Pojok PATUH,

hingga pendampingan dan evaluasi program. Sebanyak 30 peserta penderita hipertensi mengikuti pelatihan secara penuh dan mengisi instrumen pre-test maupun post-test pengetahuan tentang hipertensi. Hasil pembentukan Pojok PATUH di balai desa turut menyediakan sarana pemeriksaan tekanan darah mandiri yang sebelumnya tidak tersedia, dilengkapi buku register pemeriksaan, poster kategori tekanan darah, leaflet, serta buku saku CERDIK dan PATUH yang dibagikan kepada seluruh peserta.

Tabel 1. Indikator keberhasilan kegiatan

o.	Indikator	Hasil
	Peningkatan pengetahuan hipertensi (pre-post test)	Rata-rata 8,60 menjadi 12,60 (selisih 4,00; $p < 0,001$; Cohen's $d = 1,74$)
	Partisipasi peserta kegiatan	30 peserta hadir penuh (70,0% perempuan; 30,0% laki-laki)
	Ketersediaan Pojok PATUH	Terbentuk di balai desa dengan tensimeter digital, buku register, dan media edukasi

Sumber: Data kegiatan GERCEP PATUH, 2026

Tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan peserta meningkat secara bermakna dari 8,60 (SD 2,36) sebelum edukasi menjadi 12,60 (SD 1,28) sesudah edukasi, dengan selisih 4,00 poin (95% CI 3,14–4,86; $p < 0,001$), setara peningkatan 46,5% dan besar efek yang sangat besar (Cohen's $d = 1,74$). Hasil ini menunjukkan bahwa penyampaian materi melalui pendekatan CERDIK dan PATUH mampu meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pengelolaan hipertensi, sejalan dengan temuan bahwa edukasi kesehatan berbasis komunitas merupakan strategi efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan dan kemampuan self-management pasien hipertensi (Sari & Lestari, 2023), serta sejalan dengan berbagai program edukasi kesehatan berbasis komunitas lain di Indonesia (Casmuti & Fibriana, 2023; Dewangga & Istifadah, 2024; Wijayanti et al., 2025), khususnya ketika materi disampaikan menggunakan bahasa yang sederhana, contoh kasus sehari-hari, diskusi

interaktif, serta media edukasi seperti leaflet, buku saku, dan demonstrasi langsung.

Ketersediaan Pojok PATUH sebagai fasilitas pemantauan tekanan darah mandiri turut memperkuat peran layanan berbasis komunitas dalam deteksi dini dan pengendalian hipertensi di masyarakat pedesaan, sebagaimana ditunjukkan oleh peran strategis Posbindu PTM pada penelitian sebelumnya (Nugroho & Sari, 2023), serta konsisten dengan upaya optimalisasi Posbindu PTM di daerah lain (Siswati et al., 2022; Wirawati & Widyaningsih, 2022). Secara praktis, peningkatan pengetahuan ini diharapkan menjadi dasar terbentuknya perubahan perilaku kesehatan, seperti kepatuhan mengonsumsi obat antihipertensi, pengaturan pola makan rendah garam, peningkatan aktivitas fisik, pemantauan tekanan darah secara rutin, serta penghentian kebiasaan merokok, mengingat kepatuhan minum obat memiliki hubungan signifikan dengan kontrol tekanan darah pada penderita hipertensi (Hidayat & Rahmawati, 2024), yang juga dikonfirmasi oleh studi kepatuhan pengobatan hipertensi lainnya (Hernanda et al., 2024; Massa & Manafe, 2022; Silvianah & Indrawati, 2024). Temuan ini turut memperkuat hasil penelitian tim pengusul sebelumnya mengenai peningkatan pengetahuan pasien hipertensi melalui edukasi manajemen mandiri (Yulianto et al., 2024).

Beberapa tantangan ditemukan selama pelaksanaan program, di antaranya keterbatasan waktu kunjungan peserta akibat aktivitas pertanian dan peternakan yang menjadi mata pencaharian utama masyarakat, serta perlunya pendekatan bahasa dan media edukasi yang sangat sederhana mengingat variasi tingkat literasi kesehatan dan rentang usia peserta yang cukup lebar (28–81 tahun). Tantangan ini diatasi dengan menjadwalkan kegiatan pada waktu yang disepakati bersama masyarakat serta menggunakan buku saku, leaflet, dan poster dengan bahasa dan ilustrasi yang mudah dipahami. Keterlibatan kader kesehatan dan pemerintah desa sejak tahap sosialisasi juga terbukti membantu membangun partisipasi aktif masyarakat, dan keberlanjutan program didukung oleh rencana pengintegrasian Pojok PATUH ke dalam kegiatan Posbindu PTM desa.



Gambar 1. *Pemberian Edukasi Pencegahan dan Pengelolaan Hipertensi (CERDIK dan PATUH)*

Gambar 1 memperlihatkan pelaksanaan pelatihan edukasi CERDIK dan PATUH bagi peserta penderita hipertensi menggunakan ceramah, demonstrasi, dan diskusi kelompok. Pojok PATUH yang dibentuk di balai desa turut diresmikan oleh Kepala Desa Tandassura bersama Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, dilengkapi tensimeter digital, buku register pemeriksaan, dan media edukasi sebagai sarana pemantauan tekanan darah mandiri yang berkelanjutan bagi masyarakat.



Gambar 2. *Uji Coba Pojok Patuh Hipertensi oleh Kader Kesehatan, Tim Pengabdi, dan Perwakilan Pemerintah Desa*

Gambar 2 memperlihatkan pelaksanaan uji coba Pojok Patuh Hipertensi setelah peresmian, berupa simulasi alur pemeriksaan tekanan darah

mulai dari pendaftaran, pengukuran menggunakan tensimeter digital, hingga pembacaan hasil dan edukasi singkat berdasarkan kategori tekanan darah. Uji coba ini turut disaksikan oleh perwakilan pemerintah desa dan tim pengabdian untuk memastikan banner alur penggunaan, poster informasi hipertensi, serta prosedur pelayanan di Pojok PATUH dapat dipahami dan diikuti dengan mudah oleh kader kesehatan maupun masyarakat sebelum pojok ini digunakan secara mandiri.

KESIMPULAN

Program pengabdian kepada masyarakat GERCEP PATUH yang dilaksanakan di Desa Tandassura, Kecamatan Limboro, Kabupaten Polewali Mandar terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan 30 masyarakat penderita hipertensi mengenai hipertensi dan cara pengelolaannya, dibuktikan dengan peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari 8,60 menjadi 12,60 (selisih rata-rata 4,00 poin; peningkatan 46,5%; 95% CI 3,14–4,86) yang bermakna secara statistik ($p < 0,001$) dengan besar efek yang sangat besar (Cohen's $d = 1,74$). Selain peningkatan pengetahuan, program ini juga berhasil menyediakan fasilitas pemantauan tekanan darah mandiri melalui pembentukan Pojok PATUH yang dilengkapi tensimeter digital, buku register, serta media edukasi CERDIK dan PATUH. Sebagai tindak lanjut, disarankan agar kader kesehatan dan pemerintah desa melanjutkan pengelolaan Pojok PATUH secara mandiri dan mengintegrasikannya ke dalam jadwal kegiatan Posbindu PTM desa agar keberlanjutan program tetap terjaga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Sulawesi Barat atas dukungan pendanaan pengabdian kepada masyarakat, kepada Pemerintah Desa Tandassura dan kader kesehatan atas kerja sama selama pelaksanaan kegiatan, serta kepada Puskesmas Limboro atas dukungan teknis dalam program GERCEP PATUH.

KONFLIK KEPENTINGAN

Para penulis menyatakan tidak terdapat konflik kepentingan dalam pelaksanaan kegiatan maupun penyusunan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Anjarsari, R., Padoli, & Waluyo, K. O. (2023). Kepatuhan minum obat dan kualitas hidup pasien hipertensi di wilayah Puskesmas Kenjeran Surabaya. *Jurnal Keperawatan*, 17(2), 65–72.
- Casmuti, C., & Fibriana, A. I. (2023). Kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 7(1), 123–134.
- Dewangga, A. S., & Istifadah, N. (2024). Program peningkatan pengetahuan pencegahan hipertensi GEMAS GASI pada remaja di SMA Al-Hikmah Surabaya. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(5), 1294–1299.
- Dhrik, M., Prasetya, A. A. N. P. R., & Ratnasari, P. M. D. (2023). Analisis hubungan pengetahuan terkait hipertensi dengan kepatuhan minum obat dan kontrol tekanan darah pada pasien hipertensi. *Jurnal Ilmiah Medicamento*, 9(1), 70–77.
- Fahreza, A., Harahap, D. A., & Kasumayanti, N. (2025). Hubungan kepatuhan minum obat anti hipertensi dengan kualitas hidup pasien hipertensi di Desa Tarai Bangun wilayah kerja Puskesmas Tambang. *Excellent Health Journal*, 3(1), 572–576.
- Hernanda, R., Ardinata, A., & Enggani, S. D. (2024). Hubungan pengetahuan dengan kepatuhan minum obat hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wonogiri. *DIAGNOSA: Jurnal Ilmu Kesehatan dan Keperawatan*, 2(1), 77–87.
- Hidayat, T., & Rahmawati, D. (2024). Hubungan kepatuhan minum obat dengan kontrol tekanan darah pada penderita hipertensi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*, 15(1), 33–41.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Laporan nasional Riskesdas 2018. Badan Litbangkes.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Pedoman pencegahan dan pengendalian hipertensi. Direktorat P2PTM.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Kemenkes RI.
- Keytimu, Y. M. H., & Vianitati, P. (2023). Optimalisasi peran kader Posbindu PTM dalam deteksi dini penyakit hipertensi di Puskesmas Waipare. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), 6851–6857.
- Massa, K., & Manafe, L. A. (2022). Kepatuhan minum obat hipertensi pada lansia. Sam

- Ratulangi Journal of Public Health, 2(2), 46–52.
- Nastiti, A. D., Kusuma, E., & Puspitasari, R. A. H. (2022). Pemberdayaan kader posyandu lansia dalam upaya pencegahan hipertensi dan komplikasinya. *Jurnal Kreativitas Pengabdian kepada Masyarakat (PkM)*, 1(1), 69–74.
- Nugroho, A., & Sari, M. (2023). Peran Posbindu PTM dalam deteksi dini dan pengendalian hipertensi di masyarakat pedesaan. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 18(2), 145–153.
- Pratiwi, R., & Wulandari, S. (2022). Faktor risiko gaya hidup terhadap kejadian hipertensi pada masyarakat dewasa. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 17(3), 201–209.
- Sari, D. P., & Lestari, A. (2023). Efektivitas edukasi kesehatan terhadap peningkatan self-management pada pasien hipertensi di masyarakat. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 11(2), 120–128.
- Silvianah, A., & Indrawati, I. (2024). Hubungan kepatuhan minum obat hipertensi dengan perubahan tekanan darah pada lansia di posyandu lansia. *Jurnal Keperawatan*, 17(2), 52–61.
- Siswati, T., Margono, Husmarini, N., Purnamaningrum, Y. E., & Paramashanti, B. A. (2022). Health-promoting university: The implementation of an integrated guidance post for non-communicable diseases (Posbindu PTM) among university employees. *Global Health Promotion*, 29(3), 31–39.
- Wijayanti, W., Wianti, S., Lismayanti, L., & Haq, Z. A. D. (2025). Integrasi edukasi kesehatan dan senam komunitas sebagai upaya nonfarmakologis pengendalian hipertensi dan diabetes mellitus. *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(6), 1063–1074.
- Wirawati, M. K., & Widyaningsih, T. S. (2022). Optimalisasi Posbindu PTM dalam pencegahan penyakit tidak menular di wilayah Kelurahan Tambak Aji Ngaliyan Semarang. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 4(1), 109–114.
- Yulianto, Y., Indrawati, I., & Cahyono, E. A. (2024). Peningkatan pengetahuan pasien hipertensi dalam melakukan manajemen hipertensi secara mandiri. *Jurnal Bhakti Civitas Akademika*, 7(1), 21–30.
- Zhang, W. L., & Cai, J. (2022). STEP to blood pressure management of elderly hypertension: Evidence from Asia. *Hypertension Research*, 45(4), 576–582.