

**PELATIHAN PENGELOLAAN OBAT ANTIHIPERTENSI SECARA BENAR  
KEPADA ANGGOTA PKK KELURAHAN GAYAMSARI*****Training on Proper Antihypertensive Drug Management  
for Gayamsari Village PKK Members***

**Eleonora Maryeta Toyo<sup>1\*</sup>**  
**Ferika Indrasari<sup>1</sup>**  
**Odilia Dea Christina<sup>1</sup>**  
**Margareta Retno<sup>1</sup>**  
**Ayu Atsna Shifa<sup>1</sup>**  
**Tasya Dwi Ariyani<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi  
Nusaputera, Semarang

\*email:  
[retheleonora@gmail.com](mailto:retheleonora@gmail.com)

**Abstrak**

Pelatihan Pengelolaan Obat Antihipertensi kepada anggota PKK Kelurahan Gayamsari, Semarang. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan anggota PKK dalam mengelola obat antihipertensi dengan benar. Pelatihan mencakup materi tentang hipertensi, jenis obat antihipertensi, cara penggunaan yang tepat, serta pemantauan tekanan darah. Selain itu, dibahas juga gaya hidup sehat untuk mendukung pengelolaan hipertensi. Metode pelatihan meliputi pemberian materi teori, simulasi praktis, diskusi, serta studi kasus. Kegiatan ini melibatkan sekitar 30-50 peserta dan berlangsung dengan menggunakan pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan dari 86,7% pada pre-test menjadi 95,8% pada post-test, meskipun peningkatan ini dianggap relatif kecil. Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan dampak positif dalam meningkatkan kesadaran dan pengelolaan hipertensi di tingkat komunitas.

**Kata Kunci:**

Pelatihan  
Pengolahan obat antihipertensi  
Masyarakat

**Keywords:**

Training  
Antihypertensive drug  
Management  
Community

**Abstract**

*Antihypertensive Drug Management Training for PKK members of Gayamsari Village, Semarang. The purpose of this activity is to improve the understanding and skills of PKK members in managing antihypertensive drugs properly. The training included materials on hypertension, types of antihypertensive drugs, proper use, and blood pressure monitoring. The training methods included the provision of theoretical materials, practical simulations, discussions, and case studies. This activity involved around 30-50 participants and took place using a pre-test and post-test to measure the increase in participants' knowledge. The evaluation results showed an increase in knowledge from 86.7% in the pre-test to 95.8% in the post-test, although this increase was considered relatively small. This activity is expected to have a positive impact in increasing awareness and management of hypertension at the community level.*



© year The Authors. Published by **Penerbit Forind**. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). Link: <https://jurnal.forindpress.com/index.php/jamas>

Submit: 19-09-2024

Accepted: 09-10-2024

Published: 04-02-2025

**PENDAHULUAN**

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal yang mengakibatkan peningkatan angka morbiditas dan mortalitas (Sumartini et al., 2019). Hipertensi juga merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang signifikan di Indonesia. Hipertensi, atau tekanan darah tinggi, adalah kondisi medis kronis di mana tekanan darah dalam arteri meningkat secara konsisten di atas nilai normal. Ini

merupakan salah satu faktor risiko utama untuk berbagai penyakit kardiovaskular seperti penyakit jantung koroner, stroke, dan gagal jantung.

Menurut data kesehatan, prevalensi hipertensi di kalangan lansia di Indonesia terus meningkat. Faktor gaya hidup, pola makan, dan perubahan demografi memainkan peran dalam peningkatan ini (La Ode Alifariki, 2020). Prevalensi hipertensi secara global saat ini sebesar 22% dari total jumlah penduduk dunia (Musa et al., 2021). Berdasarkan Riskesdas 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia

menurut hasil pengukuran pada penduduk usia 18 tahun sebesar 34,1%, tertinggi di Kalimantan Selatan 44,1% sedangkan terendah di Papua sebesar 22,2%. Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun 31,6%, umur 45-54 tahun 45,3%, dan umur 55-64 tahun 55,2%. Prevalensi hipertensi akan terus meningkat tajam dan diprediksi pada tahun 2025 nanti, sekitar 29% orang dewasa di seluruh dunia menderita hipertensi. Hipertensi telah mengakibatkan kematian sekitar 8 juta orang setiap tahun.

Dalam upaya meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang pengelolaan hipertensi, khususnya di tingkat komunitas, Kelurahan Gayamsari telah menginisiasi program pelatihan untuk anggota Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK). Program ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan bagi para anggota PKK dalam mengelola obat antihipertensi secara benar.

Anggota PKK memainkan peran penting sebagai agen perubahan di masyarakat. Mereka tidak hanya bertanggung jawab atas kesejahteraan keluarganya sendiri tetapi juga berperan aktif dalam menyebarkan informasi kesehatan yang penting kepada komunitas yang lebih luas. Dengan bekal pengetahuan yang tepat, anggota PKK dapat membantu meningkatkan kesadaran dan praktik pengelolaan hipertensi yang benar di lingkungan mereka, sehingga berdampak positif pada kesehatan masyarakat secara keseluruhan.

Pelatihan ini akan mencakup materi mengenai pentingnya pengelolaan tekanan darah, jenis-jenis obat antihipertensi, cara penggunaan yang benar,

serta bagaimana memonitor tekanan darah secara rutin. Selain itu, akan disampaikan juga informasi mengenai perubahan gaya hidup yang diperlukan untuk mendukung pengelolaan hipertensi, seperti diet sehat, aktivitas fisik, dan pengendalian stres.

Dengan adanya pelatihan ini, diharapkan anggota PKK Kelurahan Gayamsari dapat menjadi role model dan sumber informasi yang handal dalam upaya pencegahan dan pengelolaan hipertensi di komunitas mereka. Pelatihan ini bukan hanya untuk meningkatkan pengetahuan individu, tetapi juga untuk membangun jaringan dukungan yang dapat mendorong perubahan positif dalam pengelolaan kesehatan di tingkat local

## **METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan di Kelurahan Gayamsari, Jl. Slamet Riyadi, No. 4, Kel. Gayamsari, Kec. Gayamsari, Semarang, Jawa Tengah. Jumlah peserta sekitar 30-50 orang yaitu Ibu-Ibu PKK di Jl. Slamet Riyadi, Kel. Gayamsari, Kec. Gayamsari, Semarang, Jawa Tengah.

Pelatihan pengelolaan obat antihipertensi kepada anggota PKK di Kelurahan Gayamsari dapat dilakukan melalui berbagai metode untuk memastikan pemahaman dan penerapan yang benar. Berikut adalah beberapa metode yang bisa digunakan:

- I. Pendekatan Teori:
  - a. Pemberian Materi: Materi yang diberikan mencakup penjelasan tentang hipertensi, obat antihipertensi, pengelolaan dosis, efek samping, dan pentingnya konsistensi dalam pengobatan.

- b. Presentasi: presentasi visual, seperti slide, grafik, atau video pendek, untuk membantu anggota PKK memahami informasi dengan lebih baik.
2. Demonstrasi Praktis:
  - a. Simulasi Pemberian Obat: Melibatkan peserta dalam simulasi pemberian obat antihipertensi kepada pasien. Ini dapat membantu mereka memahami teknik yang benar dan pentingnya memastikan pasien mengonsumsi obat sesuai petunjuk.
  - b. Diskusi dan Tanya Jawab: Sesi Tanya Jawab; Memberikan kesempatan kepada peserta untuk mengajukan pertanyaan dan mendiskusikan pertanyaan mereka. Ini dapat membantu mengklarifikasi konsep dan merespon kebutuhan individu.
3. Studi Kasus:

Analisis Kasus Nyata: Mendiskusikan kasus nyata tentang pasien hipertensi dan bagaimana pengelolaan obat dapat mempengaruhi kondisi pasien tersebut. Hal ini dapat membantu memahami konteks praktis dari pelatihan.
4. Pembuatan Materi Edukasi: Proyek Kelompok: Meminta anggota PKK untuk bekerja dalam kelompok dan menciptakan materi edukasi seperti leaflet, brosur, atau poster tentang pengelolaan obat antihipertensi. Hal ini dapat meningkatkan pemahaman mereka dan dapat digunakan untuk memberikan edukasi kepada masyarakat lebih luas.
5. Pemantauan dan Evaluasi:
  - a. Ujian Keterampilan: Mengadakan ujian keterampilan setelah pelatihan untuk memastikan bahwa anggota PKK dapat mengelola obat antihipertensi dengan benar.

- b. Pemantauan Berkelanjutan: Menyelenggarakan sesi pemantauan reguler untuk memastikan bahwa pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh selama pelatihan terus ditingkatkan dan diterapkan dengan baik.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Salah satu dari tiga tugas utama di perguruan tinggi yang dilakukan oleh dosen dan mahasiswa adalah memberikan pelayanan kepada masyarakat. Ini bisa berupa kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PkM). Dalam konteks ini, kegiatan tersebut berpotensi memberikan manfaat baik bagi mahasiswa maupun masyarakat. Mahasiswa dapat berbagi pengetahuan baru dan pengalaman sehari-hari kepada masyarakat, sementara masyarakat juga dapat memperoleh manfaat dari aplikasi praktis teori yang dipelajari mahasiswa di kampus. Misalnya, dalam kegiatan PkM seperti Pelatihan Pengelolaan Obat Antihipertensi yang benar kepada Anggota PKK di Kelurahan Gayamsari. Tujuan dilakukan kegiatan PkM adalah; untuk mengedukasi anggota PKK tentang pentingnya pengelolaan obat antihipertensi yang tepat, memberikan pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan kepada anggota PKK untuk mengelola obat antihipertensi dengan benar, dan untuk meningkatkan kualitas layanan kesehatan yang diberikan oleh anggota PKK.

Pengelolaan hipertensi sangat penting untuk menjaga kesehatan masyarakat, terutama di Indonesia di mana hipertensi merupakan masalah kesehatan yang signifikan. Pusat Kesehatan Masyarakat (PKK) Kelurahan Gayamsari memainkan peran penting dalam memberikan

layanan kesehatan kepada masyarakat. Untuk memastikan pengelolaan hipertensi yang efektif, penting untuk mengedukasi petugas kesehatan tentang pengelolaan obat yang tepat. Pelatihan ini bertujuan untuk membekali anggota PKK dengan pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk mengelola obat antihipertensi dengan benar.

Pelatihan dilakukan di ruang serbaguna Kelurahan Gayamsari. Pelatihan ini dipimpin oleh Ketua dan Anggota Pengabdian Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi Nusaputera (STIFERA) yang berprofesi sebagai dosen dan atau apoteker, sehingga memiliki keahlian dalam manajemen hipertensi. Pelatihan terdiri dari sesi teori dan diskusi mencakup topik-topik berikut: Definisi dan Prevalensi Hipertensi. Definisi dan prevalensi hipertensi dibahas, dengan menekankan pentingnya deteksi dini dan manajemen hipertensi. Pengobatan Antihipertensi meliputi berbagai jenis obat antihipertensi, mekanisme kerjanya, dan efek samping yang umum terjadi dijelaskan.

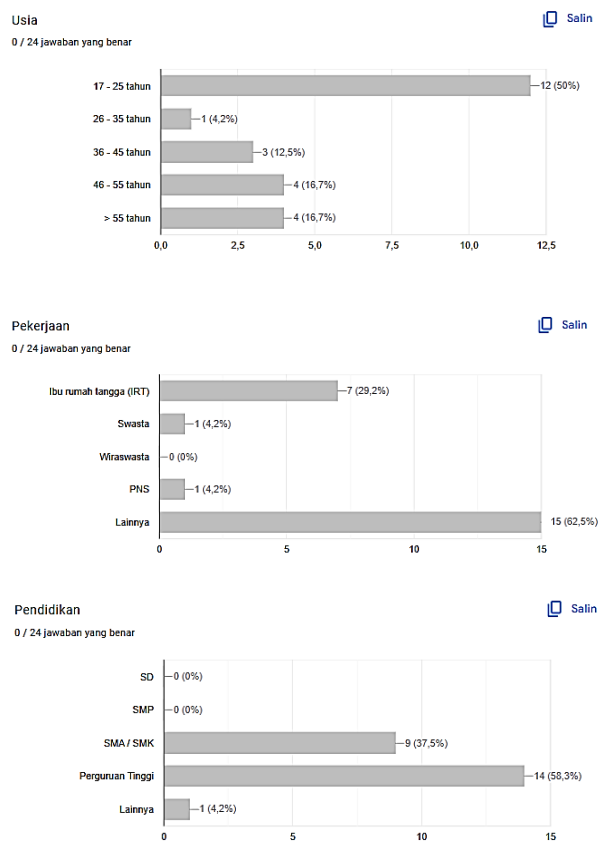
Pelatihan ini dievaluasi melalui penilaian sebelum (Pre test) dan sesudah pelatihan (Post test). Penilaian tersebut meliputi pertanyaan pilihan ganda dalam google form yang terangkum dalam sebuah kuesioner yang dapat dilihat pada gambar 1. Dengan pertanyaan yang sama sebanyak 10 soal pilihan ganda, kuesioner ini akan dibagikan kepada ibu-ibu PKK Kelurahan Gayamsari pada saat sebelum dan setelah kegiatan pengabdian.

**Gambar 1. Kuesioner Pre Test & Post Test Pada Google Form**

Pertanyaan-pertanyaan tersebut meliputi; Apa yang dimaksud dengan hipertensi; Berapa nilai tekanan darah yang dianggap sebagai hipertensi; Apa tujuan utama pengobatan anti hipertensi, Apa saja jenis obat yang biasa digunakan untuk mengobati hipertensi; Mengapa penting untuk mengikuti jadwal minum obat anti hipertensi yang telah ditentukan; Apa yang harus dilakukan jika seseorang melewatkan dosis obat anti hipertensi; Apa yang harus dilakukan jika seseorang mengalami efek samping yang tidak diinginkan setelah mengonsumsi obat anti hipertensi; Bagaimana cara yang tepat untuk menyimpan obat antihipertensi; Apakah penting untuk memberitahu dokter tentang semua obat dan suplemen yang dikonsumsi sebelumnya saat mendapatkan resep obat anti hipertensi baru; dan Kapan sebaiknya melakukan pemeriksaan tekanan darah secara teratur.

Distribusi karakteristik responden dalam kegiatan PkM ini memberikan gambaran yang komprehensif tentang profil demografis dan sosial-ekonomi

peserta. Informasi ini mencakup berbagai aspek seperti usia, tingkat pendidikan, dan pekerjaan. Memahami distribusi karakteristik ini sangat penting untuk menilai efektivitas program yang dijalankan serta untuk mengidentifikasi kebutuhan dan potensi pengembangan intervensi lebih lanjut. Berikut ini adalah rincian distribusi karakteristik responden yang terlibat dalam kegiatan pengabdian ini yang dapat dilihat pada gambar 2.



**Gambar 2. Distribusi Karakteristik Responden**

Berdasarkan distribusi karakteristik responden pada gambar 2 menunjukkan bahwa usia, pekerjaan, dan pendidikan adalah faktor-faktor demografis yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan responden tentang pengolahan obat anti hipertensi yang benar. Meliputi:

## I. Usia

- Pengalaman hidup dan kesehatan. Orang yang lebih tua mungkin memiliki lebih banyak pengalaman terkait kesehatan, baik dari segi pribadi maupun dari interaksi dengan sistem perawatan kesehatan. Mereka mungkin telah menerima lebih banyak informasi atau mengalami lebih banyak edukasi terkait penyakit kronis seperti hipertensi (Triningtyas & Muhayati, 2018).
- Penurunan kognitif. Sebaliknya, penurunan kognitif terkait usia dapat mempengaruhi kemampuan mereka untuk memproses dan mengingat informasi baru (Marinda, 2020).
- Ketertarikan dan kepedulian. Individu yang lebih tua seringkali lebih peduli dengan masalah kesehatan karena mereka mungkin sudah mengalami atau berisiko mengalami kondisi terkait hipertensi, sehingga lebih termotivasi untuk belajar tentang pengolahan obat yang benar (Murty, 2022).

## 2. Pekerjaan

- Akses ke informasi. Jenis pekerjaan dapat menentukan sejauh mana seseorang memiliki akses ke informasi kesehatan. Misalnya, mereka yang bekerja di sektor kesehatan atau pekerjaan yang memberikan akses ke fasilitas kesehatan cenderung memiliki pengetahuan lebih baik tentang pengolahan obat (Widjanarko et al., 2023).
- Waktu dan kesempatan. Pekerjaan yang menuntut banyak waktu atau tenaga mungkin membatasi kesempatan seseorang untuk mengikuti edukasi kesehatan atau mencari informasi tambahan (Hamali & SS, 2023).

c. Pendidikan formal dan informal di tempat kerja. Beberapa pekerjaan mungkin menawarkan pelatihan atau informasi terkait kesehatan sebagai bagian dari program kesejahteraan karyawan, yang bisa meningkatkan pengetahuan mereka (Darmawan et al., 2021).

3. Pendidikan

a. Literasi kesehatan. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi umumnya berhubungan dengan literasi kesehatan yang lebih baik, yang meliputi kemampuan untuk memahami informasi medis, instruksi pengobatan, dan manfaat serta risiko obat-obatan (Waliulu et al., 2024).

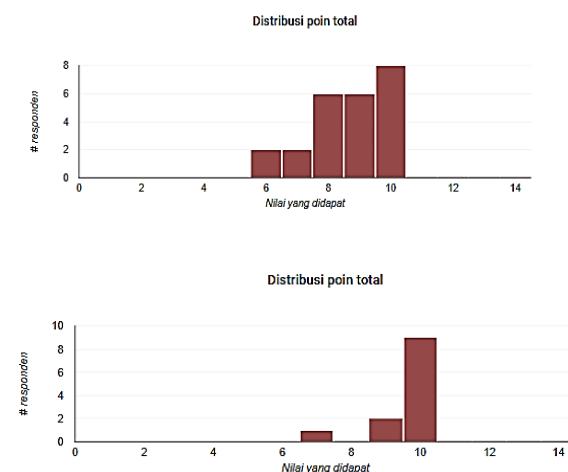
b. Kemampuan belajar. Orang dengan pendidikan yang lebih tinggi mungkin memiliki keterampilan belajar yang lebih baik, termasuk kemampuan untuk mencari, memahami, dan menerapkan informasi baru terkait kesehatan (Suardi, 2018).

c. Akses ke sumber informasi. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi biasanya berkorelasi dengan akses yang lebih baik ke sumber informasi yang dapat dipercaya, seperti jurnal medis, situs web kesehatan yang terkemuka, dan layanan konsultasi kesehatan (Rumondang et al., 2020).

Ketiga faktor ini seringkali saling berinteraksi dan saling mempengaruhi. Misalnya, individu yang berpendidikan tinggi mungkin cenderung memiliki pekerjaan yang memberikan akses lebih besar ke informasi kesehatan dan juga lebih mungkin untuk terlibat dalam aktivitas yang meningkatkan literasi kesehatan. Demikian pula, usia yang lebih tua

seringkali disertai dengan pengalaman yang lebih banyak, namun jika tidak didukung oleh pendidikan yang memadai, bisa jadi pengetahuan yang dimiliki masih kurang.

Berdasarkan hasil evaluasi melalui *pre test* dan *post test* tentang pengelolaan obat antihipertensi yang baik dan benar menunjukkan peningkatan yang signifikan. Hal ini dapat dilihat pada gambar 3 dan gambar 4. Evaluasi ini dilakukan untuk pengembangan program lebih lanjut serta membahas langkah-langkah tindak lanjut setelah program PkM selesai.



**Gambar 4. Hasil Post Test Kuesioner**

Gambar 4 menunjukkan bahwa rata-rata hasil pre test tingkat pengetahuan ibu-ibu PKK Kelurahan Gayamsari sebesar 8,67%. Sedangkan gambar 3 menunjukkan bahwa rata-rata hasil post test tingkat pengetahuan ibu-ibu PKK Kelurahan Gayamsari sebesar 9,58%. Faktor-faktor yang mempengaruhi hasil evaluasi tersebut meliputi; pertama, Tingkat pendidikan ibu-ibu PKK bisa mempengaruhi pemahaman mereka tentang informasi kesehatan, termasuk pengolahan obat anti hipertensi. Literasi kesehatan yang rendah bisa

menyebabkan pemahaman yang kurang memadai sebelum intervensi pendidikan dilakukan. Kedua, Cara penyampaian materi, media yang digunakan, serta kemampuan fasilitator dalam memberikan penjelasan bisa mempengaruhi pemahaman peserta. Metode interaktif seperti diskusi kelompok, demonstrasi, dan penggunaan alat bantu visual bisa meningkatkan efektivitas edukasi. Ketiga, Tingkat motivasi dan minat ibu-ibu PKK terhadap materi yang disampaikan bisa mempengaruhi seberapa besar mereka menyerap informasi. Peserta yang memiliki minat tinggi dan memahami pentingnya pengolahan obat anti hipertensi mungkin akan lebih memperhatikan dan mengingat informasi yang diberikan. Keempat, Pengalaman pribadi atau pengalaman anggota keluarga terkait dengan hipertensi dan pengobatannya bisa mempengaruhi tingkat pengetahuan awal. Ibu-ibu yang sudah sering berinteraksi dengan pengobatan hipertensi mungkin memiliki pengetahuan dasar yang lebih baik dibandingkan mereka yang belum pernah. Kelima, Ketersediaan sumber informasi kesehatan yang mudah diakses, seperti brosur, pamflet, atau media digital, juga dapat berkontribusi dalam peningkatan pengetahuan. Akses informasi yang baik memungkinkan peserta untuk mengkaji ulang materi yang telah disampaikan. Keenam, Dukungan dari lingkungan sosial dan keluarga juga berperan dalam meningkatkan pengetahuan. Diskusi dengan anggota keluarga atau teman yang memiliki pengetahuan serupa bisa membantu memperkuat pemahaman.

Berdasarkan hasil yang diperoleh, yaitu peningkatan dari 8,67% pada pretest menjadi 9,58% pada posttest, dapat disimpulkan bahwa ada

peningkatan meskipun relatif kecil. Hal ini menunjukkan adanya dampak dari intervensi edukasi yang dilakukan, namun juga mengindikasikan bahwa mungkin diperlukan metode pendidikan yang lebih efektif atau intensif untuk mencapai peningkatan pengetahuan yang lebih signifikan. Evaluasi lebih lanjut terhadap metode penyuluhan, materi yang disampaikan, dan pelibatan peserta bisa menjadi langkah selanjutnya untuk memperbaiki hasil edukasi kesehatan di masa depan.

Pada kegiatan PkM, baik saat penilaian pengetahuan pada pre test-post test, presentasi, maupun diskusi bersama peserta dapat berjalan dengan lancar. Hal ini dapat dilihat dari sesi diskusi yang berlangsung selama kegiatan presentasi dan atau penyuluhan pengelolaan obat antihipertensi. Kegiatan penyuluhan dapat dilihat pada gambar 5. Sedangkan leaflet Hipertensi dapat dilihat pada gambar 6.







## RENCANA TINDAK LANJUT

Setelah pelatihan pengelolaan obat antihipertensi kepada anggota PKK Kelurahan Gayamsari, tindak lanjut yang direncanakan meliputi evaluasi pasca pelatihan melalui kuesioner dan diskusi kelompok untuk menilai pemahaman peserta, serta pendampingan berkala setiap bulan selama tiga bulan guna memastikan penerapan yang benar. Bahan edukasi seperti leaflet dan video akan disediakan dan disebarluaskan melalui posyandu dan media sosial, serta pembentukan kelompok pendukung di antara peserta untuk saling mengingatkan dan berbagi pengalaman. Evaluasi akhir dilakukan enam bulan setelah pelatihan untuk menilai dampak, kepatuhan peserta, serta menyusun penyesuaian program jika diperlukan, guna memastikan keberlanjutan edukasi ini.

## KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PkM) berupa pelatihan pengelolaan obat antihipertensi yang baik dan benar telah dilaksanakan dengan sukses di Kelurahan Gayamsari. Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu-ibu PKK mengenai pengolahan dan penggunaan obat antihipertensi yang tepat guna mengoptimalkan pengendalian hipertensi dan mencegah komplikasi yang lebih serius. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan tingkat pengetahuan peserta setelah mengikuti pelatihan. Skor pretest menunjukkan angka 8,67%, yang meningkat menjadi 9,58% pada posttest. Meskipun peningkatan ini relatif kecil, hal ini menunjukkan adanya dampak positif dari pelatihan terhadap pemahaman peserta tentang pengelolaan obat antihipertensi. Pelatihan pengelolaan obat



Gambar 6. Leaflet Hipertensi dalam Kegiatan PkM



antihipertensi yang baik dan benar telah memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan pengetahuan ibu-ibu PKK di Kelurahan Gayamsari. Untuk hasil yang lebih optimal, perlu adanya peningkatan dalam intensitas dan metode pelatihan, serta dukungan berkelanjutan dari berbagai pihak. Kegiatan ini menunjukkan pentingnya edukasi kesehatan dalam komunitas untuk mencapai pengendalian hipertensi yang lebih efektif dan meningkatkan kualitas hidup masyarakat

### UCAPAN TERIMA KASIH

Terlaksananya kegiatan PkM ini, maka kami ucapkan terima kasih kepada LPPM Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi Nusaputera (STIFERA) yang telah mensupport kami untuk melaksanakan kegiatan ini. Selain itu, kami juga ucapkan terima kasih kepada masyarakat (peserta) atau Ibu-ibu PKK Kecamatan Gayamsari Semarang yang telah memberikan kesempatan kepada kami untuk melaksanakan kegiatan pengabdian ini.

### REFERENSI

Darmawan, D., Sudrajat, I., Maulana, M. K. Z., & Febriyanto, B. (2021). Perencanaan Pengumpulan Data sebagai Identifikasi Kebutuhan Pelatihan Lembaga Pelatihan. *Journal of Nonformal Education and Community Empowerment*, 71–88.

Hamali, A. Y., & SS, M. M. (2023). *Pemahaman manajemen sumber daya manusia*. Caps.

La Ode Alifariki, S. K. (2020). *Epidemiologi Hipertensi: Sebuah Tinjauan Berbasis Riset*. Penerbit Leutika Prio.

Marinda, L. (2020). Teori perkembangan kognitif Jean Piaget dan problematikanya pada anak

usia sekolah dasar. *An-Nisa Jurnal Kajian Perempuan Dan Keislaman*, 13(1), 116–152.

- Murty, A. I. (2022). *Psikologi Kesehatan*. PT. RajaGrafindo Persada-Rajawali Pers.
- Musa, E. C., Kesehatan, F., Universitas, M., Ratulangi, S., & Belakang, A. L. (2021). Status Gizi Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kinilow Tomohon. *Sam Ratulangi Journal of Public Health*, 2(2).
- Rumondang, A., Sudirman, A., & Sitorus, S. (2020). *Pemasaran Digital dan Perilaku Konsumen*. Yayasan Kita Menulis.
- Suardi, M. (2018). *Belajar & pembelajaran*. Deepublish.
- Sumartini, N. P., Zulkifli, Z., & Adhitya, M. A. P. (2019). Pengaruh senam hipertensi lansia terhadap tekanan darah lansia dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Cakranegara Kelurahan Turida tahun 2019. *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)*, 1(2), 47–55.
- Triningtyas, D. A., & Muhayati, S. (2018). *Mengenal lebih dekat tentang lanjut usia*. CV. Ae Media Grafika.
- Waliulu, Y. S., Sos, S., Kom, M. I., Marasabessy, N. B., ST, S., Rejo, S. S. T., Yuniarti, T., KM, S., Sudiadnyana, I. W., & Indarwati, S. K. M. (2024). *KOMUNIKASI KESEHATAN*. CV Rey Media Grafika.
- Widjanarko, W., Hadita, H., Saputra, F., & Cahyanto, Y. A. D. (2023). Determinasi Kemudahan Akses Informasi Bagi Keputusan Investasi Gen Z. *Digital Bisnis: Jurnal Publikasi Ilmu Manajemen Dan E-Commerce*, 2(4), 248–264.