


Penyuluhan Pencegahan Hipertensi dengan Gaya Hidup Sehat pada Mahasiswa Fakultas Hukum Universitas Muhammadiyah Aceh

Anwar Arbi¹, Intan Sari¹, Sri Wahyuni¹, Melania Hidayat¹, Qurrata A'yun¹, Intan Liana²

⁽¹⁾Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Aceh

⁽²⁾Poltekkes Kemenkes Aceh

✉ Correspondensi

Alamat:

Email:

anwar68arbi@gmail.com

Received: 15/08/2025

Accepted: 09/10/2025

Published: 31/10/2025

DOI:

<https://doi.org/10.6380/0/6cfd515>

Abstrak

Hipertensi sering dikenal sebagai *silent killer* karena biasanya tidak menunjukkan gejala yang jelas, namun berpotensi menyebabkan komplikasi serius seperti stroke, penyakit jantung koroner, gagal ginjal, serta kematian mendadak. Kejadian hipertensi menyoroti pentingnya inisiasi dan perluasan strategi intervensi kesehatan mahasiswa untuk meningkatkan kesadaran, diagnosis, dan pengobatan guna mencegah komplikasi. Wawancara dan pengukuran tekanan darah dilakukan pada 40 mahasiswa, ditemukan tekanan darah berkisar antara 130-140 mmHg. Mahasiswa memiliki kebiasaan pola makan yang kurang sehat, merokok, dan jarang melakukan pemeriksaan kesehatan kecuali saat sedang sakit. Tujuan dari penyuluhan hipertensi adalah untuk melakukan skrining kesehatan dan meningkatkan pemahaman mahasiswa tentang faktor risiko terjadinya penyakit kardiovaskular dan hipertensi. Pada 16 Juni 2025, mahasiswa diperiksa tekanan darah dan diberi penyuluhan tentang dampak dan pencegahan hipertensi melalui pendekatan partisipatif dan interaktif melalui ceramah visual dan diskusi. Penyuluhan memiliki dampak yang signifikan terhadap pengetahuan mahasiswa. Hasil nilai pre-test rata-rata \pm SD 8,93 \pm 1,65, dan nilai post-test rata-rata \pm SD 13,7 \pm 1,13, dengan perbedaan 4,77 dan nilai $P=0,001$. Oleh karena itu, kampanye hidup sehat gratis dan program skrining kesehatan harus disediakan untuk mahasiswa.

Kata kunci : hipertensi; pengetahuan; skrining

Abstract

Hypertension is often known as the silent killer because it usually does not show obvious symptoms, but has the potential to cause serious complications such as stroke, coronary heart disease, kidney failure, and sudden death. The incidence of hypertension highlights the importance of initiating and expanding student health intervention strategies to improve awareness, diagnosis, and treatment to prevent complications. Interviews and blood pressure measurements were conducted on 40 students, where blood pressure was found to range from 130-140 mmHg. Students have unhealthy eating habits, smoke, and rarely do health check-ups except when they are sick. The purpose of hypertension counseling is to conduct health screening and improve students' understanding of risk factors for cardiovascular disease and hypertension. On June 16, 2025, students were checked for blood pressure and given counseling on the impact and prevention of hypertension through PowerPoint slides. Counseling has a significant impact on student knowledge. The results of the average pre-test score \pm SD 8.93 \pm 1.65, and the average post-test score \pm SD was 13.7 \pm 1.13, with a difference of 4.77 and $P=0.001$ score. Therefore, free healthy living campaigns and health screening programs should be provided to college students.

Keywords : hypertension; knowledge; screening

Copyright (c) 2025
Anwar Arbi, Intan Sari,
Sri Wahyuni, Melania
Hidayat, Qurrata A'yun,
Intan Liana

Pendahuluan

Hipertensi salah satu masalah kesehatan utama di seluruh dunia yang dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius, terutama penyakit kardiovaskular seperti infark miokard, penyakit jantung koroner, gagal jantung, stroke, gagal ginjal kronis, dan bahkan kebutaan. Hipertensi (tekanan darah tinggi) merupakan salah satu masalah kesehatan global yang semakin meningkat (Tika, 2021). Hipertensi sering dijuluki sebagai *silent killer* karena bisa tidak menimbulkan gejala spesifik namun berisiko menyebabkan komplikasi serius seperti stroke, penyakit jantung koroner, gagal ginjal, dan kematian mendadak (La Ode Alifariki, 2020). Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang selalu mendapat perhatian didunia, pasalnya penyakit hipertensi ini merupakan salah satu penyebab morbiditas terbesar didunia. Penderita hipertensi diperkirakan mencapai 1,5 miliar pada tahun 2025 dari total seluruh penduduk dunia dan mortalitas yang disebabkan dapat mencapai 9,4 juta individu (Adrian & Tommy, 2019).

Hipertensi dengan mudah dideteksi melalui pengukuran tekanan darah, di rumah atau di pusat kesehatan, dan sering kali dapat diobati secara efektif dengan obat-obatan yang murah. Studi yang dilakukan oleh jaringan dokter dan peneliti global periode 1990-2019, menggunakan data pengukuran dan pengobatan tekanan darah menunjukkan bahwa lebih dari separuh orang (53% wanita dan 62% pria) yang menderita hipertensi, atau total 720 juta orang, tidak menerima perawatan yang dibutuhkan. Tekanan darah terkontrol, yang berarti obat-obatan efektif dalam menurunkan tekanan darah ke kisaran normal, pada kurang dari 1 dari 4 wanita dan 1 dari 5 pria yang menderita hipertensi (WHO, 2021). Prevalensi hipertensi meningkat secara global akibat transisi demografi dan peningkatan paparan faktor risiko gaya hidup, termasuk diet tidak sehat seperti asupan natrium tinggi, kalium rendah, dan kurangnya aktivitas fisik (Ajayi *et al.*, 2022).

Hasil SKI 2023 menunjukkan masih tingginya prevalensi hipertensi (30,8 %) (Kemenkes, 2024). Peningkatan prevalensi hipertensi menyoroti pentingnya inisiasi dan perluasan strategi intervensi kesehatan mahasiswa untuk meningkatkan kesadaran, diagnosis, dan pengobatan guna mencegah komplikasi hipertensi. Penyakit hipertensi dapat menambah risiko terjadinya penyakit kardiovaskular. Setiap peningkatan 20 mmHg tekanan darah sistolik atau 10 mmHg tekanan darah diastolik dapat menambah risiko kematian akibat penyakit jantung iskemik dan stroke (Sinaga *et al.*, 2022). Dengan demikian, upaya edukasi dan skrining hipertensi memegang peranan penting dalam mendeteksi dini dan mengendalikan gejala hipertensi di tengah mahasiswa. Kedua langkah ini merupakan strategi preventif yang efektif untuk menekan angka kejadian dan komplikasi yang dapat ditimbulkan oleh penyakit hipertensi. Dalam hal ini, langkah yang dilakukan pertama, peserta diajak memahami hipertensi secara mendalam, mulai dari faktor risiko hingga komplikasi dan tata laksana. Kedua, pelatihan menekankan pentingnya gaya hidup sehat serta memberikan strategi untuk mendorong mahasiswa mengadopsinya. Ketiga, peserta dilatih untuk membantu anggota kelompok menetapkan tujuan kesehatan yang SMART (*Spesifik, Measurable, Achievable, Relevant, Time-bound*) guna meningkatkan kualitas hidup. Keempat, keterampilan teknis seperti pengukuran tekanan darah dan berat badan diajarkan secara praktis. Terakhir, pelatihan ini membekali peserta dengan kemampuan fasilitasi kelompok agar dapat memimpin diskusi, mencatat progres, dan mengatasi kendala yang dihadapi peserta (Ajayi *et al.*, 2022)

Hasil temuan penelitian yang di kemukakan oleh (Fola, 2023) mengatakan pentingnya skrining hipertensi pada mahasiswa sebagai acuan untuk program kesehatan mahasiswa selanjutnya yang dilakukan oleh Puskesmas kedepannya. Bahkan kegiatan promosi ataupun edukasi kesehatan terkait hipertensi dapat meningkatkan pengetahuan mahasiswa, sehingga keluarga dan anggota mahasiswa, akan selalu memperhatikan kondisi orang dewasa dan lansia di mahasiswa sekitarnya (Mahadewi *et al.*, 2021). Sejalan dengan temuan penelitian yang

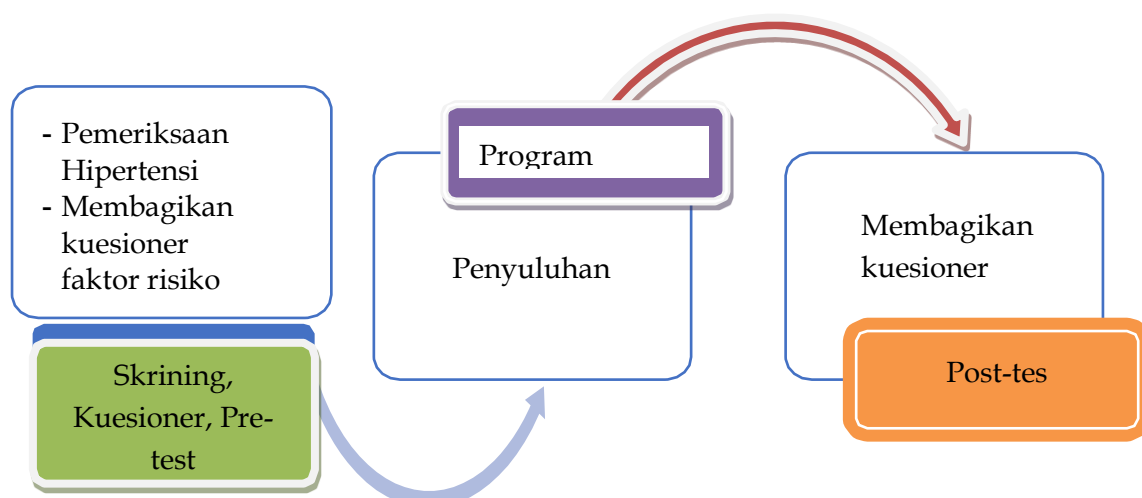
dilakukan oleh (Priladani et al., 2023) menyatakan bahwa penyediaan pendidikan kesehatan sebagai upaya revitalisasi Posyandu NCDs yang fokus pada peningkatan pengetahuan melalui diseminasi informasi dan promosi perubahan perilaku dapat memberikan manfaat dan mengendalikan insidensi penyakit tidak menular, terutama hipertensi. Upaya yang diberikan dapat meningkatkan kesadaran mahasiswa untuk menentukan tindakan perilaku kesehatan dan deteksi dini terkait kondisi kesehatannya.

Kegiatan penyuluhan dilakukan pada mahasiswa Fakultas Hukum Universitas Muhammadiyah Aceh yang merupakan kelompok mahasiswa non kesehatan umumnya kurang terpapar informasi dan rendahnya pengetahuan kesehatan, gaya hidup sedentari, kebiasaan makan tidak sehat, merokok serta jarang pemeriksaan kesehatan rutin. Selain itu mahasiswa hukum memiliki peran strategi sebagai calon pembuat kebijakan yang diharapkan dapat menjadi agen perubahan dalam mewujudkan perilaku hidup sehat di masyarakat. Tujuan kegiatan penyuluhan dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan mahasiswa tentang hipertensi, dampak dan pencegahannya, serta melakukan skrining kesehatan untuk mengetahui tekanan darah pada mahasiswa Fakultas Hukum Unmuha.

Metodologi

Subjek dalam kegiatan pengabdian ini adalah mahasiswa semester 2 dan 4 Fakultas Hukum Unmuha. Langkah awal dalam kegiatan ini dimulai dengan melakukan skrining pemeriksaan tekanan darah, dengan mengukur tekanan darah mahasiswa. Kegiatan penyuluhan dilakukan dengan pendekatan partisipatif dan interaktif melalui ceramah visual, diskusi kelompok, demonstrasi pemeriksaan tekanan darah, serta pre-test dan pos-test. Kombinasi metode ini membuat mahasiswa aktif, antusias dan mampu memahami pentingnya deteksi dini serta pencegahan hipertensi. Materi disusun secara sistematis dan disesuaikan dengan karakter mahasiswa non-kesehatan dengan bahasa yang mudah dipahami dan visual menarik.

Adapun materi yang disampaikan pengenalan hipertensi, faktor hipertensi yang dapat diubah maupun yang tidak dapat diubah, dampak dan komplikasi hipertensi, pencegahan dini hipertensi dengan prinsip CERDIK (cek kesehatan, tidak merokok, aktif bergerak, makan sehat, istirahat cukup, kelola stress). Hipertensi bisa menyerang siapa saja, termasuk usia muda, maka periksa tekanan darah secara rutin, walaupun tidak ada gejala. Mahasiswa sebagai agen perubahan harus menjadi contoh perilaku hidup sehat di lingkungan kampus. Berikut adalah bagan alur kegiatan pengabdian masyarakat pada mahasiswa Fakultas Hukum Unmuha :



Gambar 1. Alur Penyuluhan

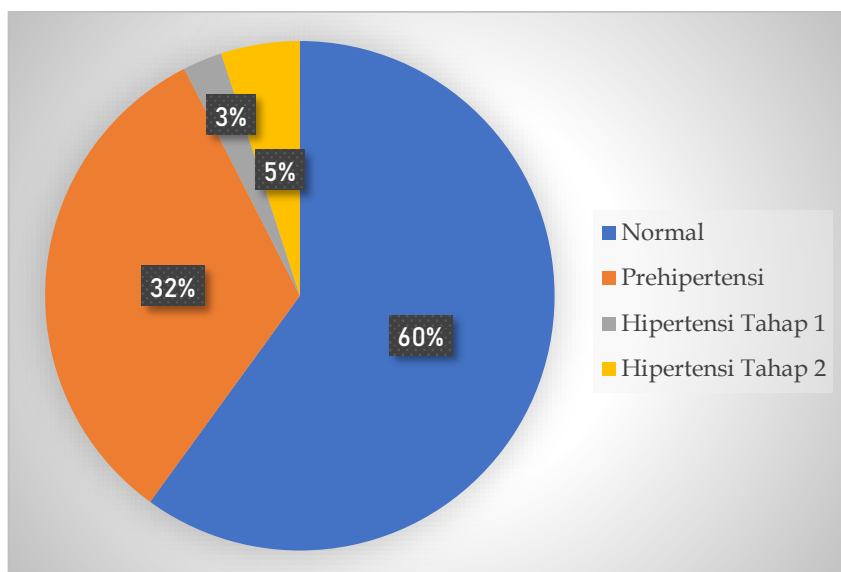
Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada hari senin 16 Juni 2025 di ruang belajar Fakultas Hukum Unmuha, kegiatan berlangsung dari jam 08.30-10.30 Wib. Peserta yang hadir adalah mahasiswa semester 2 dan 4, yang telah disepakati untuk kegiatan pengabdian masyarakat ini. Dengan mahasiswa yang hadir berjumlah 40 orang.



Gambar 2. Skrining Pengukuran Tekanan Darah

Hasil dari pengukuran tekanan darah pada mahasiswa Fakultas Hukum Unmuha dapat dilihat pada grafik berikut:



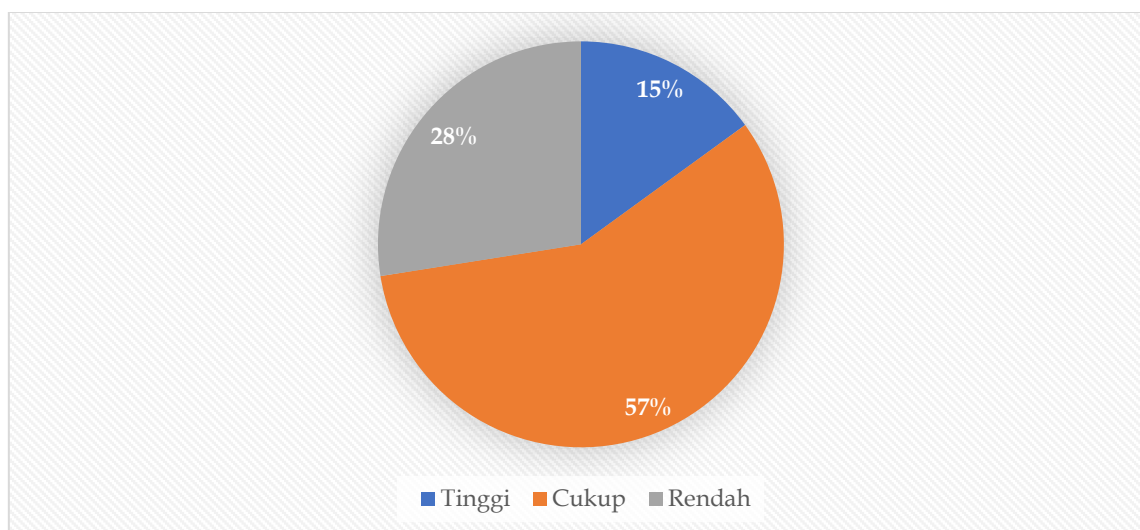
Grafik 1. Hasil Pemeriksaan Tingkat Hipertensi

Pada grafik 1 menunjukkan bahwa terdapat 60% mahasiswa memiliki tekanan darah normal, 32,5% mahasiswa mengalami pre hipertensi, dengan tekanan darah $> 120/90$ mmhg, 2,5% mengalami hipertensi tahap 1 dan 5% mengalami hipertensi tahap 2. Kegiatan selanjutnya adalah melakukan pre test tentang pengetahuan mahasiswa terkait hipertensi dampak dan pencegahannya.



Gambar 3. Pretest setelah Skrining

Pre test dilakukan dengan metode angket, mahasiswa dibagikan kuesioner yang telah disusun untuk mengukur pengetahuan mahasiswa tentang hipertensi, meliputi faktor penyebab, gejala hipertensi, faktor risiko, dampak hipertensi dan cara pencegahan. Hasil pretest dapat dilihat pada grafik sebagai berikut :



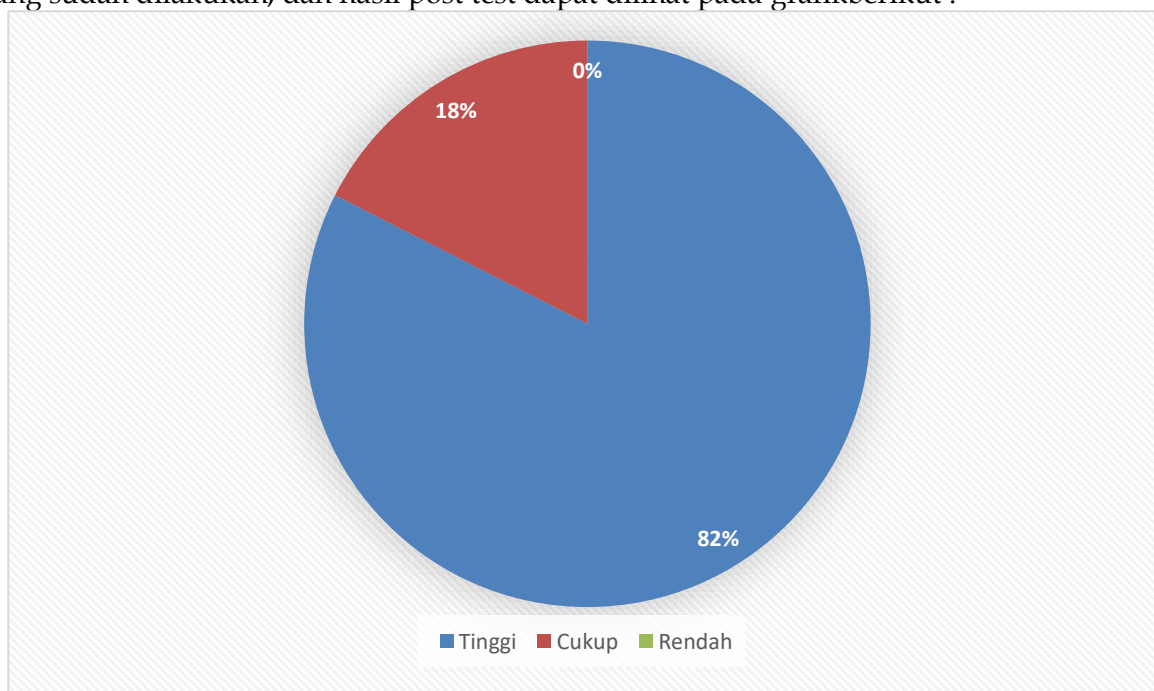
Grafik 2. Tingkat Pengetahuan Pre-test Sebelum Penyuluhan

Berdasarkan grafik 2 di ketahui 57,5% mahasiswa memiliki pengetahuan yang cukup tentang hipertensi, 28% rendah hanya 15% mahasiswa yang memiliki pengetahuan yang tinggi. Kegiatan penyuluhan dilakukan setelah pretest, penyuluhan menggunakan media Power Point selama 45 menit.



Gambar 4. Pelaksanaan Penyuluhan

Pada waktu penyuluhan dilaksanakan, mahasiswa menyimak dengan seksama dan aktif mengajukan pertanyaan saat sesi tanya jawab. Adapun pertanyaan yang diajukan rata-rata terkait bagaimana mencegah agar tidak terjadi hipertensi, bagaimana mengatur pola hidup sehat, dan sebagainya. Walaupun informasi tentang kesehatan saat ini sangat mudah untuk diakses, namun apabila tidak menjadi kebutuhan untuk diketahui, maka informasi tersebut tidak dianggap penting. Setelah dilakukan edukasi, maka kembali dilakukan post test, untuk mengukur kembali pengetahuan mahasiswa tentang materi terkait hipertensi yang sudah dilakukan, dan hasil post test dapat dilihat pada grafik berikut :



Grafif 3. Tingkat Pengetahuan Post-test setelah Penyuluhan

Berdasarkan grafik 3 di ketahui 82,5% mahasiswa memiliki pengetahuan yang tinggi dan 17% mahasiswa yang memiliki pengetahuan yang cukup. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa sangat antusias mengikuti kegiatan penyuluhan kesehatan dengan materi hipertensi. Uji normalitas data dilakukan menggunakan uji Shapiro-Wilk karena jumlah responden <50 orang. Hasil uji menunjukkan nilai $p > 0,05$, sehingga data pre-test berdistribusi

normal. Hasil pre dan post test dilakukan analisis dengan uji t sampel berpasangan (paired sample t-test). Alasan pemilihannya adalah karena uji ini digunakan untuk membandingkan dua nilai rata-rata dari kelompok yang sama sebelum dan setelah intervensi atau perlakuan, sehingga dapat mengetahui apakah terdapat perubahan yang signifikan pada pengetahuan atau kondisi responden setelah diberikan penyuluhan. Adapun hasil analisisnya dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 1. Pengetahuan Tentang Hipertensi pada Mahasiswa Sebelum dan Sesudah Pelaksanaan Kegiatan Edukasi

	Mean±SD	N	95% Confidence Interval of the Difference	P value
Pair 1 Pretest	8.93±1,65	40	-5.41 – 4,17	0,0001
Posttest	13.70±1,13			

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa nilai mean± SD 8,93±1,65 dan nilai posttest mean ± SD 13,7±1,13, dengan selisih 4,77. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan pada mahasiswa telah memberikan kontribusi untuk meningkatkan pemahaman mahasiswa tentang hipertensi. Kegiatan edukasi yang diberikan kepada responden terkait hipertensi dan pencegahan faktor risikonya dilakukan dengan metode ceramah interaktif dan presentasi. Materi edukasi mencakup pengertian hipertensi, gejala, faktor risiko utama (seperti pola makan tidak sehat, kurang aktivitas fisik, konsumsi garam dan alkohol berlebihan, merokok, serta stres), serta langkah-langkah pencegahan efektif yang diterapkan melalui pola hidup sehat. Selain ceramah, sesi tanya jawab dan diskusi aktif dilaksanakan untuk memastikan pemahaman peserta dan memberi kesempatan bagi mereka untuk berbagi pengalaman dan gaya hidup sehari-hari. Edukasi juga menekankan pentingnya deteksi dini melalui pemeriksaan tekanan darah secara rutin dan pengelolaan mandiri dengan mengikuti anjuran medis. Beberapa program mengadopsi pendekatan *Health Belief Model* dengan pola CERDIK (Cek kesehatan rutin, Enyahkan asap rokok dan alkohol, Rajin aktivitas fisik, Diet seimbang, Istirahat cukup, Kelola stres) sebagai panduan praktis bagi masyarakat dalam mencegah hipertensi. Berdasarkan hasil temuan menunjukkan bahwa karakteristik responden yang terlibat dalam kegiatan praktik ini meliputi rentang usia antara 19 hingga 22 tahun, dengan jenis kelamin laki-laki dan perempuan. Responden memiliki tingkat pendidikan tingkat SMA, serta status pernikahan (belum menikah).

Hasil analisis terkait resiko hipertensi dari hasil pemeriksaan hipertensi menunjukkan bahwa dari 40 responden, 24 orang (60%) memiliki tekanan darah normal, 13 orang (32,5%) masuk kategori prehipertensi, 1 orang (2,5%) mengalami hipertensi tahap 1, dan 2 orang (5%) menderita hipertensi tahap 2 yang lebih serius. Kondisi prehipertensi menunjukkan peningkatan tekanan darah yang belum mencapai batas hipertensi, namun berisiko berkembang menjadi hipertensi jika tidak dilakukan perubahan gaya hidup. Hipertensi tahap 1 dan tahap 2 menandakan tekanan darah yang sudah melewati batas aman dan memerlukan penanganan serius untuk mencegah kerusakan organ serta komplikasi kesehatan lainnya. Oleh karena itu, kelompok 40% ini perlu mendapatkan perhatian khusus melalui pengelolaan tekanan darah, perubahan pola hidup sehat, dan pemantauan rutin agar risiko penyakit kardiovaskular atau penyakit tidak menular lainnya dapat diminimalkan. Faktor resiko hipertensi terdiri dari faktor yang tidak dapat dirubah seperti usia dan genetik. Sedangkan faktor yang dapat dirubah disebabkan oleh mengkonsumsi makanan yang banyak

mengandung serat dan lemak, alkohol, kafein dan melakukan diet yang tidak sehat, obesitas dan faktor lain yang mengandung gaya hidup ataupun pola hidup tidak sehat (Yanita, 2022).

Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai rata-rata pretest sebesar 8,93 dengan standar deviasi 1,655, yang mengindikasikan bahwa sebelum diberikan perlakuan atau intervensi, skor rata-rata dari 40 responden adalah 8,93 dengan tingkat variasi data yang cukup besar. Setelah perlakuan atau intervensi, nilai rata-rata posttest meningkat signifikan menjadi 13,70 dengan standar deviasi 1,137, menunjukkan tidak hanya peningkatan skor secara rata-rata, tetapi juga bahwa variasi data menjadi lebih kecil dibandingkan sebelum intervensi. Hal ini mengindikasikan adanya efektivitas perlakuan dalam meningkatkan skor responden serta konsistensi hasil yang lebih baik setelah intervensi. Berdasarkan hasil analisis, nilai Asymp. Signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000 (lebih kecil dari 0,05) menunjukkan bahwa perbedaan antara skor pretest dan posttest adalah sangat signifikan secara statistik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pengetahuan responden mengenai hipertensi mengalami peningkatan yang signifikan setelah mendapatkan edukasi dan menjalani skrining hipertensi.

Berdasarkan hasil penyuluhan analisis perbandingan pre-tes dan post-test, (Karini et al., 2022) diketahui terjadi peningkatan jumlah pengetahuan dari 18 responden, dimana pengetahuan dalam kategori cukup pada saat pre-test sebanyak 55,6% (10 responden) dan saat post-test sebanyak 83,3% (15 responden). Secara statistik pengetahuan dalam kategori cukup mengalami peningkatan 27,7%. Setelah di uji dengan menggunakan Uji 2 Related Samples Wilcoxon pengetahuan sebelum dan setelah penyuluhan diperoleh bahwa angka signifikan menunjukkan $p=0,011$. Karena nilai $p<0,05$, dengan demikian membuktikan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan. Hasil ini sejalan dengan penelitian (Marbun & Hutapea, 2022) didapatkan bahwa penderita hipertensi sebelum diberikan penyuluhan pengetahuannya 69% dan setelah diberikan penyuluhan didapatkan peningkatan pengetahuan hipertensi sebanyak 95%. Ada peningkatan pengetahuan peserta tentang hipertensi dengan perbedaan rata-rata skor pengetahuan pada saat pre-test dan post-test adalah 5,67. Peningkatan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi setelah diberikan penyuluhan kesehatan menunjukkan masyarakat telah berupaya untuk berperilaku positif. Perilaku positif masyarakat tentang hipertensi dapat timbul karena adanya kesesuaian reaksi atau respon terhadap stimulus yang diberikan. (Hamzah & Saleh, 2022)

Pelaksanaan penyuluhan ini terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kesadaran mahasiswa terhadap hipertensi, serta memicu perubahan perilaku menuju gaya hidup yang lebih sehat, sehingga diharapkan mampu menurunkan angka kejadian hipertensi dan komplikasinya secara berkelanjutan. Hal ini membuktikan bahwa mahasiswa setelah mengikuti kegiatan edukasi dan skrining hipertensi sudah mampu memahami tentang fenomena hipertensi baik dari segi dampak, gejala maupun proses pencegahan yang harus dilakukan agar terhindar dari risiko hipertensi yang akut atau krisis. Selama kegiatan penyuluhan dan skrining pada mahasiswa Fakultas Hukum Universitas Muhammadiyah Aceh, beberapa hambatan seperti keterbatasan waktu, alat pemeriksaan serta rendahnya pengetahuan awal responden.

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data terkait dengan edukasi dan skrining hipertensi pada mahasiswa Fakultas Hukum semester dua dan semester empat Universitas Muhammadiyah Aceh maka dapat disimpulkan:

1. Dari 40 responden yang diperiksa, 24 orang (60%) memiliki tekanan darah normal, 13 orang (32,5%) masuk kategori prehipertensi, 1 orang (2,5%) mengalami hipertensi tahap 1, dan 2 orang (5%) menderita hipertensi tahap 2 yang lebih
2. Berdasarkan data pre-test dan post-test dari 40 responden, rata-rata skor pengetahuan tentang hipertensi meningkat signifikan dari 8,93 pada pre-test menjadi 13,70 pada post-test. Data ini menggambarkan efektivitas penyuluhan dalam meningkatkan pengetahuan mahasiswa mengenai hipertensi secara signifikan
3. Tingkat pengetahuan terkait dengan hipertensi sebelum adanya kegiatan edukasi dan skrining secara umum dalam kategori cukup (63,4%), rendah (26,6%) dan tinggi (10%). Sedangkan setelah mengikuti kegiatan edukasi dan skrining diperoleh pengetahuan hipertensi kategori baik mencapai 86,7% dan cukup 13,3%. Hal ini menunjukkan bahwa setelah menerapkan edukasi dan skrining pengetahuan mahasiswa tentang hipertensi mengalami peningkatan.
4. Pengaruh perbedaan pengetahuan tentang hipertensi responden sebelum dan setelah melakukan edukasi/penyuluhan dan skrining diperoleh nilai Asymp. Sig. (2-tailed) 0,000, dimana nilai $0,000 < 0,05$, artinya terdapat perbedaan pengetahuan mahasiswa sebelum dan setelah diberikan edukasi dan skrining.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada Dekan Fakultas Hukum Universitas Muhammadiyah Aceh Dr. Mainita, S.H., M.H.Kes yang telah mendukung dan memberikan izin untuk melaksanakan kegiatan penyuluhan serta seluruh mahasiswa dan rekanan yang terlibat. Ucapan terima kasih yang istimewa juga kepada mahasiswa Fakultas Hukum dan mahasiswa Magister Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Aceh yang telah bersedia bekerja sama dan memberikan dukungan dalam pelaksanaan kegiatan ini. Penulis juga berterima kasih kepada pihak yang membantu hingga artikel selesai dipublikasikan.

Daftar Pustaka

- Adrian, S.J. & Tommy, T.J.C.D.K., 2019. Hipertensi esensial: Diagnosis dan tatalaksana terbaru pada dewasa.
- Ajayi, I.O., Oyewole, O.E., Ogah, O.S., Akinyemi, J.O., Salawu, M.M., Bamgboye, E.A. et al., 2022. Development and evaluation of a package to improve hypertension control in Nigeria (DEPIHCON): Cluster-randomized controlled trial.
- Fola, J.J.J.P.K.M., 2023. Prevention of hypertension through screening and education for at-risk populations in Prancak Glondong.
- Hamzah, S. & Saleh, S.N.H.J.J.P.M.K., 2022. Upaya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi melalui metode penyuluhan.
- Istarini, A., Dewi, H., Wulandari, P.S., Halim, S., Amatullah, A. & Hardiningsih, D.T.J.M.D.J.P.K.M.F.U., 2024. Peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi di Puskesmas Olak Kemang, Danau Teluk Kota Jambi.
- Karini, T.A., Syahrir, S., Rezki, S.S., Lestari, N.K., Mardiah, A., Nuriyah, I. et al., 2022. Penyuluhan sebagai upaya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024. Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024. Bahaya hipertensi: Upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi. Available at: <https://kemkes.go.id/id/bahaya->

[hipertensi-upaya-pencegahan-dan-pengendalian-hipertensi](#). [Accessed 1 November 2025].

La Ode Alifariki, S.K., 2020. Epidemiologi hipertensi: Sebuah tinjauan berbasis riset.

Yogyakarta: Penerbit LeutikaPrio.

Mahadewi, E.P., Mustikawati, I.S., Heryana, A. & Harahap, A.J., 2021. Public health promotion and education with hypertension awareness in West Jakarta, Indonesia.

Indonesian Journal of Community Service.

Marbun, W.S. & Hutapea, L.J.J.K.S., 2022. Penyuluhan kesehatan pada penderita hipertensi dewasa terhadap tingkat pengetahuan hipertensi.

Ratnata, G.A.J.J.M.U., 2021. Penerapan pedoman penjarangan hipertensi di wilayah kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Tabanan.

Sinaga, A.F., Syahlan, N., Siregar, S.M., Sofi, S., Zega, R.S., Annisa, A. & Dila, T.A.J.J.K.M., 2022. Faktor-faktor yang menyebabkan hipertensi di Kelurahan Medan Tenggara.

Tika, T.T.J.J.M.H., 2021. Pengaruh pemberian daun salam (*Syzygium polyanthum*) pada penyakit hipertensi: Sebuah studi literatur.

Yanita, N., 2022. Berdamai dengan hipertensi. Jakarta: Bumi Medika.