

EDUKASI PENYAKIT DAN PEMERIKSAAN TEKANAN DARAH PADA MASYARAKAT DI KECAMATAN BANGKALA

Nirmawati Angria^{1*}, Iin Sugiarti²

^{1,2}Teknologi Laboratorium Medis, Universitas Megarezky, Makassar, Indonesia

email: nirmawatiangria@gmail.com

Abstrak: Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah keadaan dimana tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam periode waktu lama dapat menimbulkan gagal ginjal, jantung koroner dan *stroke* bila tidak ditangani secara dini dan mendapat pengobatan. Hipertensi dapat memberikan gejala bervariasi pada masing-masing individu dan gejala tidak spesifik sehingga masyarakat tidak menyadarinya. Inilah menyebabkan hipertensi dikatakan sebagai *silent killer* karena tidak memberikan gejala dan dibiarkan tidak terkontrol sehingga menjadi salah satu penyebab kematian terbanyak di dunia. Oleh sebab itu, dilakukan kegiatan ini dengan tujuan sebagai upaya untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai hipertensi dan komplikasinya serta melakukan pemeriksaan tekanan darah. Metode kegiatan ini yaitu penyuluhan dan diskusi interaktif. Hasil kegiatan ini adalah adanya peningkatan pemahaman dan kesadaran masyarakat untuk mencegah dan mengendalikan penyakit hipertensi dan rutin melakukan pemeriksaan tekanan darah sehingga diharapkan tekanan darah dapat tetap terkontrol dan terhindar dari terjadinya komplikasi.

Kata Kunci: *Edukasi, hipertensi, pemeriksaan*

Abstract: Hypertension or high blood pressure is a condition where systolic blood pressure is ≥ 140 mmHg and/or diastolic blood pressure is ≥ 90 mmHg. Increased blood pressure that lasts for a long period of time can cause kidney failure, coronary heart disease and stroke if not treated early and receive treatment. Hypertension can give various symptoms for each individual and the symptoms are not specific so that people are not aware of it. This is why hypertension is said to be a silent killer because it gives no symptoms and is left uncontrolled so that it becomes one of the most common causes of death in the world. Therefore, this activity was carried out with the aim of increasing public understanding of hypertension and its complications as well as conducting blood pressure checks. The method of this activity is counseling and interactive discussion. The result of this activity is an increase in public understanding and awareness to prevent and control hypertension and routinely carry out blood pressure checks so that it is hoped that blood pressure can be controlled and avoid complications.

Keywords: *Education, examination, hypertension*

How to Cite: Angria, N., & Sugiarti, I. 2023. Edukasi Penyakit dan Pemeriksaan Tekanan Darah pada Masyarakat di Kecamatan Bangkala. *JCOS: Journal of Community Service*. Vol. 1 (): pp. 111-117, doi: <https://doi.org/10.56855/jcos.v1i3.421>

Pendahuluan

Hipertensi merupakan kelainan sistem sirkulasi darah yang mengakibatkan peningkatan tekanan darah diatas nilai normal $\geq 140/90$ mmHg (Suciana, Agustina, and Zakiatul 2020). Hipertensi biasa disebut tekanan darah tinggi yaitu peningkatan tekanan darah sistolik di atas batas normal yaitu lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg (Telaumbanua and Rahayu 2021). Hipertensi masih saja menjadi tantangan besar di Indonesia,

dikarenakan hipertensi merupakan kondisi yang sering didapatkan pada pelayanan kesehatan primer kesehatan. Sehingga hipertensi menjadi masalah Kesehatan dengan prevalensi yang tinggi sebesar 25,8% (A et al. 2022).

Menurut WHO penyakit tidak menular telah menjadi penyebab kematian terbesar di dunia. disebutkan bahwa hampir 17 juta orang meninggal tiap tahunnya sebagai akibat epidemik penyakit tidak menular. Berdasarkan data WHO dari 50% penderita hipertensi yang diketahui hanya 25 % yang mendapat pengobatan, dan hanya 12,5 % yang diobati dengan baik. WHO memperkirakan, 600 juta orang di dunia menderita hipertensi dan 3 juta diantaranya meninggal setiap tahun karenanya tekanan darah tinggi (Azhari 2017).

Prevalensi hipertensi diperkirakan akan terus meningkat. Angka kejadian hipertensi di Indonesia mencapai 31,72%. Kenaikan kasus hipertensi diperkirakan sebesar 80% yaitu sebesar 639 juta kasus ditahun 2000 menjadi 1,15 miliar kasus di tahun 2025. Prevalensi hipertensi pada orang dewasa sebesar 6- 15% dan 50% diantaranya tidak menyadari bahwa dirinya terkena hipertensi. Kemenkes RI menyebutkan hipertensi merupakan penyebab kematian ketiga di Indonesia pada semua umur dengan proporsi kematian sebesar 6,83% . di Indonesia hipertensi juga merupakan masalah kesehatan yang perlu diperhatikan oleh tenaga kesehatan yang bekerja pada pelayanan kesehatan primer karena angka prevalensinya yang tinggi dan akibat jangka panjang yang ditimbulkannya (Putra 2022).

Hipertensi merupakan penyebab kematian dini di seluruh dunia yang sebenarnya dapat dicegah. Di Indonesia, Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama mortalitas dan morbiditas, sehingga tatalaksana penyakit ini merupakan intervensi yang sangat umum dilakukan di berbagai tingkat fasilitas kesehatan. Penyakit hipertensi sering disebut sebagai "silent killer" karena bisa muncul tanpa gejala atau tanda-tanda peringatan, sehingga banyak yang tidak menyadarinya (Ariyanti, Preharsini, and Sipolio 2020). Kondisi demikian menjadi salah satu penyebab terlambatnya penanganan pada pasien dengan hipertensi, karena mayoritas pasien datang ke fasilitas kesehatan apabila telah terjadi komplikasi akibat penyakit hipertensi (Purwono et al. 2020).

Berdasarkan penyebabnya hipertensi dibagi menjadi 2 yaitu hipertensi primer dan hipertensi sekunder. Hipertensi primer atau istilah lainnya esensial adalah hipertensi yang tidak diketahui penyebabnya beberapa faktor resiko yang dapat mempengaruhi seperti usia, jenis kelamin, genetic, merokok, konsumsi garam, konsumsi lemak, aktivitas fisik dan obesitas. Sedangkan hipertensi sekunder yang penyebabnya dapat diketahui seperti adanya kelainan pembuluh darah pada ginjal, hipertiroid dan gangguan pada kelenjar adrenal (hiperaldosteroisme) (Aprillia 2020).

Hipertensi memainkan peran penting dalam patogenesis aterosklerosis pembuluh darah besar, dimana aterosklerosis dapat menyebabkan terjadinya stroke iskemik dikarenakan oleh penyumbatan arteri oleh thrombus, embolisme antara arteri, atau kombinasi dari kedua faktor tersebut. Secara mikroskopik, hipertensi juga akan memicu terjadinya kelainan vaskulopati arteri kecil yang spesifik seperti lipohyalinosis yang akan menyebabkan terjadinya infark lacunar. Perubahan ini, dapat digambarkan sebagai suatu renovasi vaskular, peradangan, stres oksidatif dan disfungsi baroreflex, dan lain-lain yang dapat berkontribusi pada patogenesis stroke akibat hipertensi (Balqis, Sumardiyyono, and Handayani 2022).

Pengendalian hipertensi merupakan sebuah proses yang rumit dan multidimensi. Gaya hidup modern yang saat ini dianut oleh manusia cenderung membuat manusia menyukai hal-hal yang instan. Akibatnya, mereka cenderung malas beraktivitas fisik dan gemar mengonsumsi makanan yang instan, yang memiliki kandungan natrium yang tinggi. Menerapkan pola makan yang sehat memang tidak dapat menjamin jika akan terbebas dari penyakit, namun setidaknya memperhatikan asupan pola konsumsi makanan sehari-hari mampu meminimalisir risiko kemungkinan seseorang terserang penyakit (Kadir 2019). Pola makan merupakan perilaku paling penting yang dapat mempengaruhi keadaan gizi. Hal ini disebabkan karena kuantitas dan kualitas makanan dan minuman yang dikonsumsi akan mempengaruhi asupan gizi sehingga akan mempengaruhi kesehatan individu dan masyarakat (Putra 2022).

Salah satu penyebab hipertensi diantaranya adalah konsumsi makanan asin. Di Indonesia konsumsi garam atau banyaknya kandungan natrium dalam makanan yang dikonsumsi oleh masyarakat merupakan salah satu penyebab hipertensi. Natrium yang diserap ke dalam pembuluh darah yang berasal dari konsumsi garam yang tinggi mengakibatkan adanya retensi air, sehingga volume darah meningkat. Asupan natrium yang tinggi akan menyebabkan pengeluaran berlebihan dari hormon natrioretik yang secara tidak langsung akan meningkatkan tekanan darah (Dewi 2018)

Bangkala adalah sebuah kecamatan di Kabupaten Jeneponto, Sulawesi Selatan, Indonesia. Wilayah Kecamatan Bangkala berada di bagian barat Kabupaten Jeneponto. Kecamatan Bangkala dan sebagai penghasil garam terbesar di Sulawesi Selatan. Penduduk di Kecamatan Bangkala bekerja sebagai petani dan penambak garam (Ahmad, Asman, and Ishak 2021). Inilah yang menjadi salah satu alasan mengapa kecamatan Bangkala menjadi wilayah yang akan menjadi lokasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Selain karena masih rendahnya pemahaman masyarakat tentang penyakit hipertensi juga karena daerah ini potensi konsumsi makanan asin tinggi.

Menurut pendapat peneliti garam merupakan faktor yang cukup berpengaruh untuk timbulnya hipertensi. Konsumsi garam yang berlebih menyebabkan konsentrasi natrium didalam cairan ekstraseluler meningkat. Untuk menormalkannya cairan intraseluler ditarik keluar, sehingga volume cairan ekstraseluler meningkat. Meningkatnya volume cairan ekstraseluler tersebut menyebabkan meningkatnya volume darah, sehingga berdampak kepada timbulnya hipertensi (Purwono et al. 2020)

Penyuluhan dan edukasi yang dilakukan akan memberikan pemahaman tentang pengertian hipertensi, penyebab, gejala dan komplikasi yang di sebabkan hipertensi. Selain itu, masyarakat dapat mengetahui tekanan darahnya menggunakan sfigmomanometer air raksa yang telah dikaliberasi terlebih dahulu (Angesti, Triyanti, and Sartika 2018). Dapat dilakukan pengobatan apabila ditemukan tekanan darah yang tinggi yang sudah tergolong kedalam penyakit hipertensi. Dan bagi penderita hipertensi melakukan pemeriksaan tensi rutin dan menjalani pengobatan .

Penyuluhan kesehatan memang selama ini lebih difokuskan pada kelompok berisiko yang belum terkena penyakit. Namun, bukan berarti kelompok yang sudah menderita penyakit tidak mendapat perhatian untuk diedukasi. Tujuan dilakukan kegiatan ini sebagai upaya untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai penyakit hipertensi dan komplikasinya salah satunya dapat dilakukan melalui kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM). Pemberian edukasi yang dilakukan oleh dosen dan mahasiswa diharapkan dapat meningkatkan

pemahaman dan kesadaran masyarakat untuk menghindari pemicu hipertensi yang disarankan sehingga diharapkan tekanan darah dapat tetap terkontrol dan terhindar dari terjadinya komplikasi. Solusi diharapkan dapat menurunkan angka kejadian hipertensi, menurunkan resiko terjadinya komplikasi, dan mengurangi resiko terhadap penyakit bagian kardiovaskuler (Suprayitno and Huzaimah 2020).

Pelaksanaan kegiatan ini memiliki manfaat baik bagi dinas kesehatan setempat dan masyarakat misalnya bagi dinas kesehatan yakni memberikan penyuluhan rutin dalam mengontrol kejadian hipertensi ini. Sedangkan untuk masyarakat yakni pemahaman mengenai upaya mencegah kejadian komplikasi penyakit hipertensi sehingga dapat meningkatkan kualitas hidupnya (Kusuma et al. 2020).

Metode

Metode dalam edukasi penyakit hipertensi dan pemeriksaan tekanan darah pada masyarakat Kec. Bangkala dengan cara berikut :

1. Melakukan penjajakan lahan yaitu di Kelurahan Benteng Kecamatan Bangkala Kabupaten Jeneponto. Bertemu dengan pimpinan kelurahan dan tokoh masyarakat, serta menyampaikan maksud dan tujuan dari pengabdian kepada masyarakat yaitu untuk melakukan edukasi melalui penyuluhan dan pemeriksaan tekanan darah bagi masyarakat kelurahan Benteng.
2. Mengumpulkan masyarakat kel.Benteng yang dibantu oleh pimpinan kelurahan Benteng di aula kantor Kecamatan Bangkala.
3. Membagikan kuesioner terkait pemahaman terkait hipertensi kepada masyarakat sebelum melakukan penyuluhan
4. Melakukan penyuluhan dan diskusi interaktif dengan masyarakat kelurahan Benteng.
5. Melakukan pemeriksaan tekanan darah bagi masyarakat kelurahan benteng dengan alat tensimeter
6. Membagikan kuesioner kembali untuk mengukur tingkat pemahaman masyarakat setelah mendapatkan penyuluhan.

Keberhasilan

Kuesioner dibagikan sebelum dan sesudah penyuluhan untuk mengukur tingkat pemahaman masyarakat terkait penyakit hipertensi. Menanyakan secara langsung dan spontan kepada masyarakat isi dari kuesioner

Metode Evaluasi

1. Evaluasi proses
 - a. Dukungan pemerintah kecamatan Bangkala dalam bentuk penyediaan waktu dan tempat pelaksanaan penyuluhan.
 - b. Dukungan pemerintah setempat untuk mengumpulkan masyarakat di Aula Kec. Bangkala.
 - c. Ketepatan durasi waktu pelaksanaan yaitu selama 2 jam.
 - d. Sarana yang dipergunakan untuk penyuluhan berupa power point mengenai hipertensi dan alat tensimeter untuk mengukur tekanan darah

- e. Kehadiran peserta diharapkan 80% yaitu berjumlah 50 orang dan tidak ada peserta yang meninggalkan tempat penyuluhan selama kegiatan berlangsung.
 - f. Peserta penyuluhan memperhatikan materi yang diberikan.
 - g. Selama proses penyuluhan terjadi interaksi antara penyuluhan dengan sasaran
2. Evaluasi hasil
- a. Terdapatnya pertanyaan dari peserta yang diajukan selama sesi penyuluhan berlangsung yang menandakan peserta menyimak materi penyuluhan.
 - b. Peserta penyuluhan mampu menjelaskan kembali apa itu hipertensi, faktor risiko hipertensi, komplikasi hipertensi dan upaya pengendalian hipertensi.
 - c. Peserta penyuluhan yang mengalami hipertensi memiliki kesadaran untuk meminum obat hipertensi secara teratur dan rutin mengontrol tekanan darahnya .

Hasil dan Pembahasan (Tahoma, 11 pt, Bold)

Penyuluhan dan edukasi yang dilakukan bertujuan untuk memberikan pemahaman tentang pengertian hipertensi, penyebab, gejala dan komplikasi yang di sebabkan hipertensi.

Kegiatan dimulai sekitar pukul 09.00 WITA dengan jumlah peserta sebanyak 50 orang. Sebelum memberi materi, penyuluhan memperkenalkan diri terlebih dahulu kepada peserta dan menjelaskan tujuan dari kegiatan penyuluhan tersebut. Penyampaian materi disampaikan dengan 2 cara, yaitu pemaparan materi mengenai hipertensi dan pembagian kuesioner kepada peserta. Pemberian materi berlangsung secara dua arah. Peserta sangat antusias dalam menerima materi yang diberikan.

Setelah memberikan materi, peserta diminta untuk memberikan pertanyaan terkait dengan materi yang diberikan lalu penyuluhan menjawab pertanyaan yang diajukan. Diskusi berjalan sangat interaktif sehingga dapat membuat peserta paham terkait jawaban-jawaban yang diberikan oleh penyuluhan. Kegiatan dilanjutkan dengan pemeriksaan tekanan darah, agar peserta mengetahui tekanan darahnya dan dapat segera diberikan pengobatan jika tergolong dalam hipertensi.



Gambar 1. Edukasi dengan melakukan penyuluhan secara interaktif

Keberhasilan pelaksanaan kegiatan ini dapat dilihat dari beberapa aspek, yaitu dari segi proses berlangsungnya kegiatan dan dari perbandingan antara hasil penilaian pengetahuan peserta sebelum kegiatan dan setelah kegiatan berlangsung. Tingkat pemahaman peserta sebelum diberikan penyuluhan adalah 70,97%, sedangkan setelah pemberian edukasi pemahaman meningkat menjadi 80,87% (tabel 1). Proses pelaksanaan PKM ini berjalan dengan sangat baik karena mendapat dukungan dari pemerintah Kecamatan Bangkala. Dukungan tersebut terlihat dalam bentuk bantuan yang diberikan dalam proses pelaksanaan penyuluhan yaitu mendampingi selama berjalannya PKM, berkoordinasi dengan masyarakat Kecamatan Bangkala, menyediakan aula, LCD, microphone dan loud speaker sebagai prasarana penyuluhan.

Tabel 1. Nilai Rata-Rata Pengetahuan Sebelum dan Sesudah diberi Penyuluhan

Variabel Pengetahuan	Nilai Minimum	Nilai Maksimum	Rata-rata
Sebelum diberi penyuluhan	50	85	70,97
Sesudah diberi penyuluhan	55	95	80,87

Manfaat yang dirasakan oleh tim penyuluhan dalam pelaksanaan PKM ini adalah sebagai sarana latihan untuk menjadi penyuluhan yang baik di masyarakat mulai dari pengumpulan materi, penguasaan materi, dan mengasah kemampuan bicara di depan orang agar dapat menarik perhatian dan dapat menyampaikan materi yang mudah dipahami oleh pendengar. Manfaat yang dirasakan oleh peserta adalah adanya suatu pemahaman baru mengenai penyakit hipertensi yang meliputi faktor risiko hipertensi, komplikasi yang dapat ditimbulkan oleh penyakit hipertensi serta peningkatan kesadaran pentingnya mengontrol tekanan darah secara rutin.

Kesimpulan

Kegiatan ini dilaksanakan dengan hasil yang baik dan responsif dari masyarakat. Proses persiapan hingga pelaksanaan kegiatan penyuluhan berjalan lancar. Selama penyuluhan dan setelah penyuluhan berlangsung, terdapat perubahan pengetahuan dari yang kurang paham menjadi lebih paham mengenai penyakit hipertensi, hal – hal yang dapat memperburuk penyakit hipertensi, upaya untuk mengontrol hipertensi dan mencegah terjadinya komplikasi dari penyakit hipertensi. Adapun sarannya yaitu penyuluhan ini bisa dilaksanakan secara rutin dan berkesinambungan. Selain itu, dapat dilaksanakan edukasi-edukasi lain terkait penyakit-penyakit yang kerap kali mengintai masyarakat akibat pola makan dan hidup tidak sehat.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan Terimakasih kepada pemerintah dan masyarakat Kecamatan Bangkala Kabupaten Jeneponto atas dukungan dan bantuannya sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bisa terlaksana dengan baik. Selain itu, ucapan terimakasih pula kami sampaikan

kepada pimpinan Fakultas Teknologi Kesehatan Universitas Megarezky atas dukungannya terhadap kegiatan ini.

Referensi

- A, Delfriana Ayu, Addina Fitri Sinaga, Nabila Syahlan, Siti Maharani Siregar, Shakila Sofi, Rahmad Siddiq Zega, Annisa Annisa, and Tengku Anisa Dila. (2022). Faktor - Faktor Yang Menyebabkan Hipertensi Di Kelurahan Medan Tenggara. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)* 10(2):136–47. doi: 10.14710/jkm.v10i2.32252.
- Ahmad, Despry Nur Annisa, Andi Idham Asman, and Isma Pudji Rahayu Ishak. (2021). Konsep One River One Plan Dalam Penataan Kawasan DAS Binanga Lumbua Kabupaten Jeneponto. *PENA TEKNIK: Jurnal Ilmiah Ilmu-Ilmu Teknik* 6(1):1. doi: 10.51557/pt_jiit.v6i1.617.
- Angesti, Annisa Nursita, Triyanti Triyanti, and Ratu Ayu Dewi Sartika. (2018). Riwayat Hipertensi Keluarga Sebagai Faktor Dominan Hipertensi Pada Remaja Kelas XI SMA Sejahtera 1 Depok Tahun 2017." *Buletin Penelitian Kesehatan* 46(1):1–10. doi: 10.22435/bpk.v46i1.41.
- Aprillia, Yessi. (2020). Gaya Hidup Dan Pola Makan Terhadap Kejadian Hipertensi." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada* 12(2):1044–50. doi: 10.35816/jiskh.v12i2.459.
- Ariyanti, Rea, Ida Ayu Preharsini, and Berliany Winny Sipolio. 2020. "Edukasi Kesehatan Dalam Upaya Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit Hipertensi Pada Lansia." *To Maega : Jurnal Pengabdian Masyarakat* 3(2):74. doi: 10.35914/tomaega.v3i2.369.
- Azhari, M. Hasan. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Makrayu Kecamatan Ilir Barat II Palembang." *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan* 2(1):23–30. doi: 10.30604/jika.v2i1.29.
- Balqis, Balgis, Sumardiyono Sumardiyono, and Selfi Handayani. (2022). HUBUNGAN ANTARA PREVALENSI HIPERTENSI, PREVALENSI DM DENGAN PREVALENSI STROKE Di INDONESIA. *JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT (e-Journal)* Volume 10, Nomor 3, Mei 2022 ISSN: 2715-5617 / e-ISSN: 2356-3346 10:379–84.
- Dewi, Devi. (2018). Hubungan Tingkat Konsumsi Garam Terhadap Kejadian Hipertensi. *Jurnal Wacana Kesehatan Volume 5, Nomor 1, Juli 2020 e-ISSN 2544-6251* 1–75.
- Kadir, Sunarto. (2019). Pola Makan Dan Kejadian Hipertensi. *Jambura Health and Sport Journal* 1(2):56–60. doi: 10.37311/jhsj.v1i2.2469.
- Kusuma, D. R., P. D. Aryawangsa, A. B. S. Satyarsa, and P. Aryani. (2020). Pada Posyandu Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Mengwi I , Kabupaten Badung." *Buletin Udayana Mengabdi* 19(2):178–86.
- Purwono, Janu, Rita Sari, Ati Ratnasari, and Apri Budianto. (2020). POLA KONSUMSI GARAM DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA SALT CONSUMPTION PATTERN WITH HYPERTENSION IN ELDERLY. *Jurnal Wacana Kesehatan Volume 5, Nomor 1, Juli 2020 e-ISSN 2544-6251 Volume 5, Nomor 1, Juli 2020 e-ISSN 2544-6251* 5.
- Putra, Syah. (2022). Pengaruh Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Di Indonesia (A : Systematic Review). 6:15794–98.
- Suciana, Fitri, Nur Wulan Agustina, and Mifta Zakiatul. (2020). Korelasi Lama Menderita Hipertensi Dengan Tingkat Kecemasan Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama* 9(2):146. doi: 10.31596/jcu.v9i2.595.
- Suprayitno, Emdat, and Naily Huzaimah. (2020). Pendampingan Lansia Dalam Pencegahan Komplikasi Hipertensi. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan* 4(1):518. doi: 10.31764/jpmb.v4i1.3001.
- Telaumbanua, Arniat Christiani, and Yanti Rahayu. (2021). Penyuluhan Dan Edukasi Tentang Penyakit Hipertensi." *Jurnal Abdilmas Saintika* 3(1):119. doi: 10.30633/jas.v3i1.1069.