

Pendidikan kesehatan tentang hipertensi untuk meningkatkan pengetahuan bagi warga lanjut usia

Health education about hypertension to increase knowledge for senior citizens

Andi Suyatni Musyrah¹, Deviarbi Sakke Tira^{2*}, Nordianiwati Nordianiwati¹, Lumastari Ajeng Wijayanti³, Marisca Jenice Sanaky⁴, Muhammad Dawam Jamil⁵

¹ Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Widya Gama Mahakam Samarinda, Indonesia

² Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana, Indonesia

³ Prodi STr. Kebidanan Kediri, Poltekkes Kemenkes Malang, Indonesia

⁴ Program Studi Teknologi Laboratorium Medis, Politeknik Sandi Karsa, Indonesia

⁵ Program Studi Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Yogyakarta, Indonesia

**Corresponden: Deviarbi Sakke Tira, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana, Indonesia. Email: deviarbi.tira@staf.undana.ac.id

Received: 16 Januari 2024 ◦ Revised: 16 Februari ◦ Accepted: 1 Maret 2024

ABSTRAK

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang sering terjadi pada warga lanjut usia dan dapat meningkatkan risiko penyakit jantung, stroke, dan komplikasi kesehatan lainnya. Pendidikan kesehatan tentang hipertensi di kalangan warga lanjut usia menjadi sangat penting untuk meningkatkan pemahaman mereka tentang kondisi ini. Tujuan kegiatan ini adalah mengimplementasikan upaya promosi dan preventif kesehatan berbasis kolaborasi antar profesi tentang pemberian pendidikan kesehatan hipertensi pada lanjut usia. Metode yang digunakan yaitu pemaparan materi, diskusi dan evaluasi kegiatan. Hasil dari pelaksanaan kegiatan ini terjadi peningkatan pengetahuan lanjut usia tentang hipertensi dari kurang baik menjadi baik. Disimpulkan bahwa perlunya sosialisasi secara berkala secara berkelompok dan melibatkan banyak masyarakat dan kader. Keluarga diharapkan mengaplikasikan dirumah dan disebar luaskan informasi terkait hipertensi. Melalui peningkatan pengetahuan ini, diharapkan warga lanjut usia dapat mengambil langkah-langkah preventif dan proaktif dalam mengelola tekanan darah mereka, mempromosikan kesehatan jantung, dan meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Pendekatan holistik ini melibatkan kolaborasi dengan tenaga kesehatan, menggali sumber daya lokal, dan memastikan adanya dukungan sosial untuk mendukung upaya pencegahan dan pengelolaan hipertensi di kalangan warga lanjut usia.

ABSTRACT

Hypertension is a health problem that often occurs in senior citizens and can increase the risk of heart disease, stroke, and other health complications. Health education about hypertension among senior citizens has become very important to improve their understanding of this condition. The purpose of this activity is to implement health promotion and preventive efforts based on collaboration between professions in providing hypertension health education to the elderly. The method used is material presentation, discussion, and evaluation of activities. The result of the implementation of this activity is an increase in elderly knowledge about hypertension from poor to good. It was concluded that there was a need for periodic socialisation involving many communities and cadres. Families are expected to apply at home and disseminate information related to hypertension. Through this increased knowledge, it is hoped that senior citizens can take preventive and proactive steps in managing their blood pressure, promoting heart health, and improving their overall quality of life. This holistic approach involves collaborating with health workers, drawing on local resources, and ensuring social support is in place to support efforts to prevent and manage hypertension among senior citizens.

Keywords: *elderly; health education; hypertension.*



PENDAHULUAN

Hipertensi, atau yang lebih dikenal sebagai tekanan darah tinggi, adalah kondisi medis yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah dalam arteri. Kondisi ini merupakan salah satu faktor risiko utama untuk penyakit jantung, stroke, dan masalah kesehatan vaskular lainnya (Nurhidayati et al., [2022](#)). Hipertensi sering kali tidak menimbulkan gejala yang jelas, sehingga sering disebut sebagai "pembunuh diam" karena dapat merusak organ-organ internal tanpa disadari (Baharuddin et al., [2023](#)). Prevalensi global hipertensi bukan hanya masalah kesehatan yang signifikan secara lokal, tetapi juga merupakan tantangan global. Hipertensi menjadi penyebab utama kematian di seluruh dunia, menyebabkan lebih dari 10 juta kematian setiap tahunnya. Prevalensi hipertensi cenderung meningkat seiring pertambahan usia dan perubahan gaya hidup (Nurul Qamarya et al., [2023](#)). Faktor risiko yang berkontribusi terhadap pengembangan hipertensi meliputi usia, genetika, kebiasaan makan yang tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, konsumsi garam berlebihan, obesitas, dan kebiasaan merokok. Pemahaman terhadap faktor-faktor ini penting untuk merancang strategi pencegahan yang efektif. Hipertensi dapat menyebabkan komplikasi serius, termasuk penyakit jantung, stroke, gagal ginjal, dan gangguan penglihatan (Muthiyah A. AM et al., [2023](#)). Dampak kesehatan ini tidak hanya berdampak pada individu, tetapi juga menimbulkan beban ekonomi yang signifikan bagi sistem kesehatan dan perekonomian secara keseluruhan (Kamaruddin, [2023](#)).

Pendidikan kesehatan memainkan peran penting dalam memberikan informasi yang akurat dan relevan kepada masyarakat, khususnya kepada warga lanjut usia yang rentan terhadap masalah kesehatan tertentu (Bakri et al., [2020](#)). Melalui pendidikan kesehatan, diharapkan warga lanjut usia dapat lebih memahami hipertensi, tahu cara mengelolanya, dan mengadopsi gaya hidup sehat untuk meningkatkan kualitas hidup mereka. Warga lanjut usia cenderung lebih rentan terhadap hipertensi karena faktor-faktor seperti penuaan, penurunan fungsi organ, dan perubahan gaya hidup. Dengan memahami risiko ini, pendidikan kesehatan dapat membantu mereka mengidentifikasi tanda-tanda awal, menjalani pemeriksaan tekanan darah secara teratur, dan mengambil langkah-langkah preventif (Suprpto, [2021](#)). Pendidikan kesehatan hipertensi untuk warga lanjut usia bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan mereka tentang kondisi ini. Ini termasuk pemahaman tentang apa itu hipertensi, faktor risiko, gejala, dan dampaknya pada kesehatan (Suprpto, [2022](#)). Selain itu, pendidikan ini juga menggarisbawahi peran gaya hidup sehat, pentingnya pengelolaan stres, dan langkah-langkah konkret untuk mengontrol tekanan darah. Penting untuk menciptakan lingkungan yang mendukung partisipasi aktif warga lanjut usia dalam pendidikan kesehatan. Keluarga juga memiliki peran yang penting dalam memberikan dukungan dan memotivasi perubahan gaya hidup. Dengan melibatkan mereka, pendidikan kesehatan dapat menjadi lebih efektif dan berkelanjutan. Harapan dari pendidikan kesehatan ini adalah agar warga lanjut usia dapat mengintegrasikan pengetahuan baru mereka ke dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini diharapkan dapat mendorong mereka untuk mengadopsi gaya hidup sehat, mengelola hipertensi dengan baik, dan meningkatkan kualitas hidup mereka di masa tua. Dengan memulai pendidikan kesehatan tentang hipertensi pada warga lanjut usia, diharapkan dapat diciptakan lingkungan yang mendukung pencegahan, deteksi dini, dan manajemen optimal terhadap kondisi ini, membawa dampak positif pada kesehatan dan kesejahteraan mereka.

Pendekatan pemantauan dan pencegahan pemantauan tekanan darah secara rutin, penerapan gaya hidup sehat, dan pengelolaan stres merupakan langkah-langkah penting dalam mencegah dan mengelola hipertensi (Erika, [2023](#)). Upaya pencegahan ini melibatkan kolaborasi antara individu, keluarga, tenaga kesehatan, dan masyarakat secara luas. Pendidikan kesehatan

tentang hipertensi bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat, khususnya warga lanjut usia, tentang pentingnya pencegahan, deteksi dini, dan pengelolaan hipertensi (Handayani, 2020). Melalui peningkatan pengetahuan, diharapkan individu dapat mengadopsi gaya hidup sehat dan berpartisipasi aktif dalam perawatan kesehatan pribadi mereka. upaya kolaboratif antar negara dan organisasi kesehatan menjadi kunci untuk mengatasi beban global yang dihasilkan oleh hipertensi. Pendekatan holistik ini diharapkan dapat memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan kesehatan masyarakat secara keseluruhan.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan pendidikan kesehatan tentang hipertensi untuk warga lanjut usia disusun secara sistematis dan interaktif. Berikut adalah langkah dan metode yang digunakan:

Pemetaan Kebutuhan: Identifikasi kebutuhan khusus warga lanjut usia terkait pengetahuan tentang hipertensi. Lakukan survei atau wawancara untuk menilai tingkat pemahaman, kesadaran, dan kebutuhan mereka.

Penyusunan Materi Pendidikan: Rancang materi pendidikan yang jelas, informatif, dan sesuai dengan tingkat pemahaman warga lanjut usia. Gunakan bahasa yang mudah dimengerti dan gambar/ilustrasi untuk mempermudah pemahaman.

Sesi Presentasi dan Diskusi: Lakukan sesi presentasi interaktif untuk menyampaikan informasi dasar tentang hipertensi. Gunakan media presentasi, seperti slide, dan berikan contoh kasus nyata untuk menjelaskan konsep secara lebih mendalam. Selanjutnya, adakan sesi diskusi untuk mendorong pertanyaan dan pertukaran informasi.

Demonstrasi: Selenggarakan demonstrasi, misalnya, cara mengukur tekanan darah dengan benar, memilih makanan sehat, dan latihan ringan yang sesuai untuk warga lanjut usia. Hal ini dapat meningkatkan keterlibatan dan pemahaman mereka.

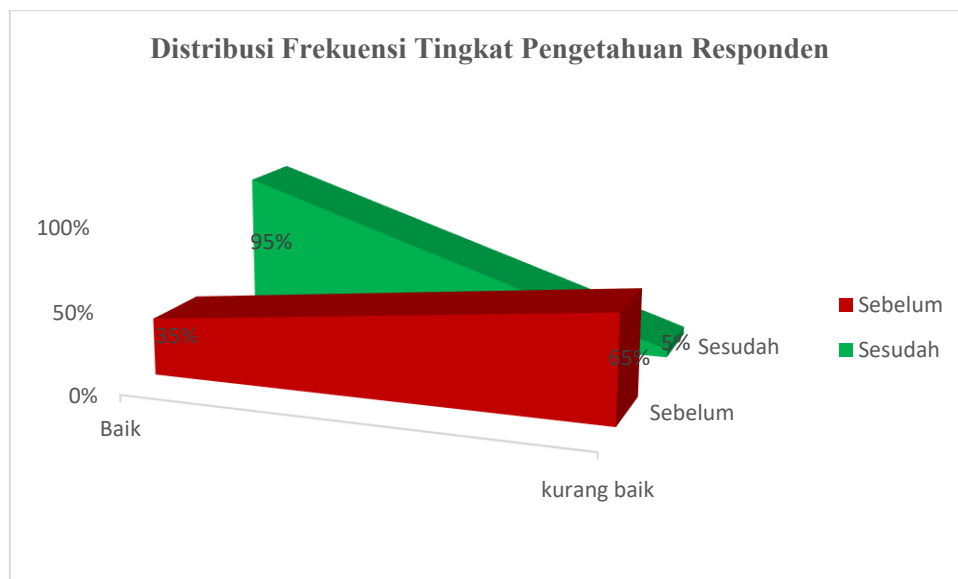
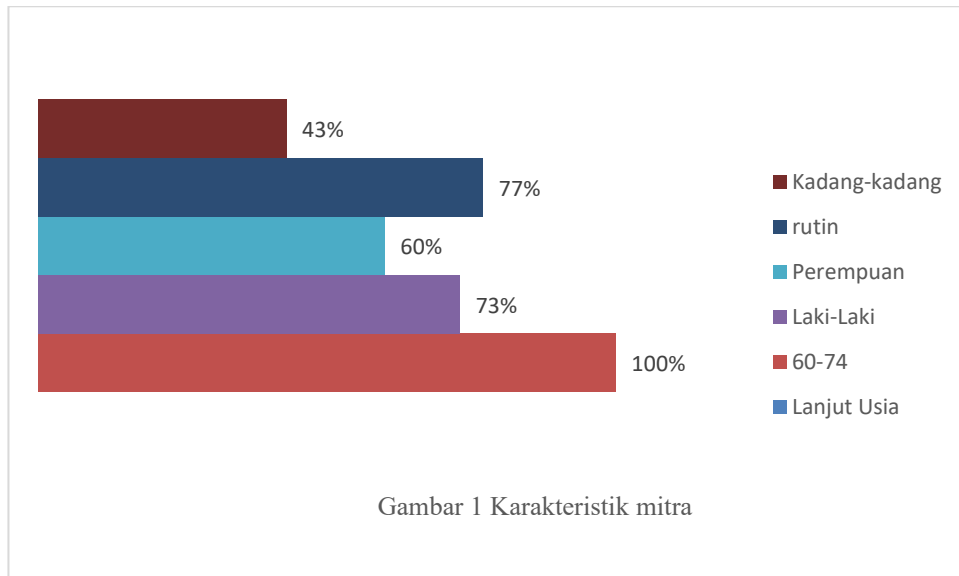
Penggunaan Teknologi: Manfaatkan teknologi, seperti video edukasi atau aplikasi kesehatan, untuk memberikan materi pendidikan yang interaktif. Ini dapat memberikan variasi dalam penyampaian informasi.

Sesi Tanya Jawab: Dedikasikan waktu untuk sesi tanya jawab, di mana warga lanjut usia dapat mengajukan pertanyaan atau berbagi pengalaman mereka. Hal ini dapat memberikan informasi tambahan dan menghilangkan ketidakjelasan.

Follow-Up dan Evaluasi: Lakukan sesi follow-up untuk mengevaluasi pemahaman mereka setelah beberapa waktu. Gunakan kuesioner atau wawancara ulang untuk menilai sejauh mana pengetahuan mereka telah meningkat dan apakah ada perubahan perilaku.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan ini adalah mitra lanjut usia yang telah diberikan pendidikan kesehatan tentang hipertensi mengalami peningkatan pengetahuan tentang hipertensi.



Berdasarkan hasil kegiatan, mitra lanjut usia mengalami peningkatan pengetahuan tentang hipertensi setelah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang hipertensi dan setelah kegiatan pemberian promosi kesehatan dilakukan evaluasi berkala. Pendidikan kesehatan tentang hipertensi memberikan dampak terhadap peningkatan pengetahuan. Semakin banyak pemberian pendidikan kesehatan tentang hipertensi terhadap seseorang akan mengalami peningkatan pengetahuan hipertensi yang mampu menstimulus sikap dan perilakunya dalam menghadapi penyakit yang diderita (Suryawati et al., 2022). Kegiatan ini menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan mitra lanjut usia setelah diberikan pendidikan kesehatan diawali dari kurang baik menjadi baik. Pemberian pendidikan kesehatan tentang hipertensi dan kegiatan promosi

kesehatan telah memberikan dampak positif pada peningkatan pengetahuan warga lanjut usia (Rismawati & Putri, [2022](#)). Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman yang signifikan terkait kondisi hipertensi setelah melibatkan mereka dalam kegiatan tersebut. kombinasi pendidikan kesehatan dan promosi kesehatan memiliki dampak positif yang berkelanjutan pada pengetahuan dan perilaku warga lanjut usia terkait hipertensi. Pendekatan holistik ini tidak hanya meningkatkan kesehatan individual tetapi juga menciptakan masyarakat yang lebih sadar dan berkomitmen terhadap pencegahan penyakit jantung (Putri et al., [2023](#)).

Pendidikan kesehatan dan kegiatan promosi kesehatan tidak hanya meningkatkan pengetahuan tetapi juga mendorong perubahan perilaku positif dan membangun lingkungan yang mendukung kesehatan bagi warga lanjut usia (Sakitri & Astuti, [2022](#)). Pendekatan ini dapat menjadi landasan untuk upaya berkelanjutan dalam meningkatkan kesehatan masyarakat di kalangan populasi lanjut usia. Promosi kesehatan memperkuat kolaborasi dan dukungan antar warga lanjut usia dalam komunitas. Mereka menjadi lebih terhubung dan memiliki sumber daya untuk saling mendukung dalam upaya menjaga kesehatan jantung. Lanjut usia yang mendapatkan pendidikan kesehatan tentang hipertensi dan mengikuti kegiatan promosi kesehatan cenderung mengalami peningkatan pengetahuan mereka tentang kondisi tersebut (Situmorang et al., [2024](#)). Memberikan dampak positif yang signifikan pada pemahaman dan perilaku kesehatan warga lanjut usia terkait hipertensi. Pendidikan kesehatan memberikan dasar pengetahuan yang kuat tentang hipertensi, termasuk definisi, faktor risiko, gejala, dan dampaknya. Informasi ini disampaikan dengan cara yang mudah dipahami dan relevan bagi warga lanjut usia. Kegiatan promosi kesehatan menekankan pada penerapan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Melalui pendekatan yang interaktif dan praktis, seperti workshop, demonstrasi, atau simulasi kasus, warga lanjut usia dapat menginternalisasi informasi dengan lebih baik. Melalui pendidikan kesehatan, lanjut usia dapat memahami pentingnya pencegahan hipertensi dengan menerapkan gaya hidup sehat, seperti pola makan seimbang, olahraga teratur, dan pengelolaan stres. Promosi kesehatan dapat memberikan pemahaman lebih lanjut tentang langkah-langkah konkret yang dapat diambil untuk mencegah dan mengelola hipertensi sehari-hari. Ini mencakup pengukuran tekanan darah sendiri, pemilihan makanan yang rendah garam, dan keterlibatan dalam aktivitas fisik (Hasanah, [2022](#)).

Pendidikan kesehatan dan promosi kesehatan dapat mendorong perubahan positif dalam gaya hidup warga lanjut usia. Mereka mungkin menjadi lebih sadar akan pola makan mereka, mengurangi konsumsi garam, meningkatkan aktivitas fisik, dan secara umum mengadopsi perilaku hidup yang lebih sehat (Hidayah, [2022](#)). Pemahaman yang lebih baik tentang dampak positif perubahan gaya hidup pada tekanan darah dapat menjadi motivasi tambahan bagi lanjut usia untuk terus melibatkan diri dalam praktek sehat. peningkatan pengetahuan dan perubahan gaya hidup, lanjut usia mungkin lebih termotivasi untuk terlibat dalam dukungan masyarakat, seperti bergabung dengan kelompok kesehatan lanjut usia atau membagikan pengetahuan mereka dengan rekan sebaya. Keterlibatan ini dapat menciptakan lingkungan yang mendukung, memotivasi, dan memperkuat praktek sehat yang telah mereka pelajari. Melalui integrasi pendidikan kesehatan dan promosi kesehatan, dapat dihasilkan dampak yang holistik dan berkelanjutan pada kesehatan warga lanjut usia terkait hipertensi (Lilyana & Cempaka, [2023](#)). Upaya ini memperkuat pemahaman, memotivasi perubahan perilaku, dan membantu masyarakat lanjut usia untuk menjalani kehidupan yang lebih sehat secara keseluruhan. Efek positif dari pendidikan kesehatan dan promosi kesehatan tercermin dalam peningkatan pemahaman lanjut usia tentang hipertensi (Tamaris et al., [2022](#)). Mereka mungkin menjadi lebih sadar akan

kebutuhan untuk mengadopsi gaya hidup sehat, mengikuti anjuran pengobatan yang diberikan oleh profesional kesehatan, dan melakukan perubahan positif dalam pola makan, aktivitas fisik, dan manajemen stres (Romadhon et al., 2023). Peningkatan pengetahuan ini juga dapat menghasilkan dampak kesehatan jangka panjang, seperti pengurangan risiko penyakit jantung dan stroke. Selain itu, lanjut usia yang lebih teredukasi tentang hipertensi cenderung memiliki sikap proaktif terhadap kesehatan mereka, termasuk pencarian perawatan medis secara teratur dan partisipasi aktif dalam upaya pencegahan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Disimpulkan bahwa perlunya sosialisasi secara berkala secara berkala dan melibatkan banyak masyarakat dan kader. Keluarga diharapkan mengaplikasikan dirumah dan disebar luaskan informasi terkait hipertensi. Melalui peningkatan pengetahuan ini, diharapkan warga lanjut usia dapat mengambil langkah-langkah preventif dan proaktif dalam mengelola tekanan darah mereka, mempromosikan kesehatan jantung, dan meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Pendekatan holistik ini melibatkan kolaborasi dengan tenaga kesehatan, menggali sumber daya lokal, dan memastikan adanya dukungan sosial untuk mendukung upaya pencegahan dan pengelolaan hipertensi di kalangan warga lanjut usia.

DAFTAR PUSTAKA

- Baharuddin, B., Apdiani Toalu, & Andi Nurhartati. (2023). Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat Dalam Mengelola Penyakit Hipertensi. *Abdimas Polsaka*, 37–42. <https://doi.org/10.35816/abdimaspolsaka.v2i1.30>
- Bakri, A., Irwandy, F., & Linggi, E. B. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Perawatan Pasien Stroke Di Rumah Terhadap Tingkat Pengetahuan Keluarga. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 372–378. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.299>
- Erika, E. (2023). Meningkatkan Pemahaman Masyarakat Pentingnya Deteksi Dini Diabetes Melitus Melalui Penyuluhan Dan Pengukuran Gula Dan Tekanan Darah. *EJOIN: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(7), 685–697. <https://doi.org/10.55681/ejoin.v1i7.1228>
- Handayani, S. (2020). Bantuan Sosial bagi Lanjut Usia (Lansia) di Masa Pandemi. *Journal of Social Development Studies*, 1(2), 61–75. <https://doi.org/10.22146/jsds.657>
- Hasanah, N. U. (2022). Pendidikan Kesehatan Tentang Pencegahan Dan Perawatan Dengan Pengaturan Diet Pada Pasien Hipertensi. *Seandanan: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 2(1), 32–34. <https://doi.org/10.23960/seandanan.v2i1.24>
- Hidayah, A. (2022). Pendidikan Kesehatan Tentang Makanan Berisiko Dan Dampak Bagi Kesehatan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 4(2), 46. <https://doi.org/10.51933/jpma.v4i2.846>
- Kamaruddin, M. I. (2023). Factors that affect the activeness of the elderly in participating in prolonged gymnastics in patients with hypertension. *Jurnal Edukasi Ilmiah Kesehatan*, 1(2), 85–91. <https://doi.org/10.61099/junedik.v1i2.20>
- Lilyana, M. T. A., & Cempaka, A. A. (2023). Sosialisasi Tentang Pencegahan Resiko Jatuh dan Senam Keseimbangan Bagi Lanjut Usia. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(11), 4695–5004. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i11.10442>
- Muthiyah A. AM, A., Arda, D., Achmad, V. S., Syarif, I., & Jukarnain, J. (2023). Self Efficacy of Self-Care Adherence in People with Hypertension. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(1), 216–223. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i1.1017>
- Nurhidayati, T., Rahayu, D. A., Hidayati, E., Mubin, M. F., Soesanto, E., Nugroho, H. A., & Pawestri, P. (2022). Sehat Bersama Lanjut Usia (SeMaLa) dengan Pendidikan Kesehatan dan Terapi Aktivitas Kelompok di Rumah Pelayanan Sosial Lansia Pucang Gading Semarang. *SALUTA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 16. <https://doi.org/10.26714/sjpkm.v2i2.9832>

- Nurul Qamarya, Ady Purwoto, Sulistyani Prabu Aji, Hartaty, H., & Maria Kurni Menga. (2023). Pelaksanaan Edukasi Kesehatan Tentang Penyakit Hipertensi. *Abdimas Polsaka*, 13–19. <https://doi.org/10.35816/abdimpolsaka.v2i1.26>
- Putri, M. E., Kurniati, S. R., & Khariroh, S. (2023). Pendidikan Kesehatan Pemberian Aktifitas Fisik untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi. *Segantang Lada: Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 1(1), 1–5.
- Rismawati, S., & Putri, D. H. (2022). Pendidikan Kesehatan Tentang Hipertensi Dan Pola Hidup Sehat Pada Wanita Usia Subur Di Rt 05 Rw 06 Kelurahan Lengkongsari Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya. *TRIMAS: Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 117–122. <https://doi.org/10.58707/trimas.v2i2.258>
- Romadhon, Y. A., Sintowati, R., Lestari, N., Kurniati, Y. P., Wahyuni, S., Salsabila, N., Almansyah, W. E., Aryati, M. D. P., Handayani, A. N. P., & Arismar, F. R. (2023). Peningkatan Kapabilitas Kader Posyandu Lanjut Usia Dalam Skrining Hipertensi Di Tingkat Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Medika*, 6–10. <https://doi.org/10.23917/jpmmedika.v3i1.1050>
- Sakitri, G., & Astuti, R. K. (2022). Pendidikan Kesehatan tentang Metode Dietary Approaches To Stop Hypertension (Dash) untuk Penderita Hipertensi di Desa Padokan Wetan Dusun Sawahan Ngemplak Boyolali. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5(9), 2865–2872. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i9.6818>
- Situmorang, R., Jafar, G., Mulyati, I., Karim, F., & Muthmainah, S. S. (2024). Pendidikan Kesehatan Hipertensi Bagi Warga Cibiru Hilir Bandung. *Karya Kesehatan Siwalima*, 2(2), 34–39. <https://doi.org/10.54639/kks.v2i2.1088>
- Suprpto, S. (2021). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dan Pemberian Sembako Era Pandemi Covid-19: Suprpto. *CARADDE: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(3). <https://doi.org/https://doi.org/10.31960/caradde.v3i3.624>
- Suprpto, S. (2022). Pengaruh Edukasi Media Kartun Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu dan Status Gizi Anak. *Journal of Health (JoH)*, 9(2), 81–87. <https://doi.org/10.30590/joh.v9n2.500>
- Suryawati, B., Marwoto, M., Soebagyo, J., Harsini, H., Reviono, R., Adiputri, A., & Hapsari, B. D. A. (2022). Peningkatan Pengetahuan Kader Posyandu-Lansia Tentang Penyakit Infeksi dan Hipertensi untuk Meningkatkan Promosi Kesehatan pada Masyarakat Lanjut Usia. *Smart Society Empowerment Journal*, 2(3), 80. <https://doi.org/10.20961/ssej.v2i3.66873>
- Tamaris, T., Alfitra, C. T., Prabowo, G. R. K., Suwartono, T., Parmawati, D. N., Dwi Novitasari, A., Nurazizah, A. M., Hakiki, A., Kurniawan, A., & Nuryani, F. (2022). Sosialisasi Pencegahan Penyakit Diabetes Melitus Dan Hipertensi Bagi Lansia Di Posyandu Lansia Wira Wreda II. *Jurnal KESPERA*, 2(1), 7. <https://doi.org/10.34310/jkspr.v2i1.621>

How to cite this article. Suyatni Musyrah, A. ., Sakke Tira, D., Nordianiwati, N., Ajeng Wijayanti, L. ., Jenice Sanaky, M. ., & Dawam Jamil, M. . (2024). Health education about hypertension to increase knowledge for senior citizens. *Abdimas Polsaka*, 3(1), 07–13. <https://doi.org/10.35816/abdimpolsaka.v3i1.61>