

[ISSN 2597- 6052](https://doi.org/10.56338/mppki.v7i5.5115)DOI: <https://doi.org/10.56338/mppki.v7i5.5115>**MPPKI****Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia**
*The Indonesian Journal of Health Promotion***Research Articles****Open Access**

Program Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Hipertensi GEMAS GASI pada Remaja di SMA Al-Hikmah Surabaya

GEMAS GASI Hypertension Prevention Knowledge Improvement Program in Adolescents at Al-Hikmah High School Surabaya

Angelinasyarga Sutera Dewangga^{1*}, Nurul Istifadah²¹Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga| email angelinasyarga.sutera.dewangga-2020@fkm.unair.ac.id²Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Airlangga| email nurul-i@feb.unair.ac.id*Korespondensi Penulis : angelinasyarga.sutera.dewangga-2020@fkm.unair.ac.id

Abstrak

Latar belakang: *World Health Organization* menyatakan bahwa hipertensi sebagai penyebab kematian lebih dari 10 juta kematian setiap tahun. Pencegahan hipertensi perlu dilakukan sejak dini karena penderita hipertensi dapat berawal dari masa remaja.

Tujuan: Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh upaya pencegahan hipertensi melalui program GEMAS GASI (Gerakan Remaja Sehat Cegah Hipertensi) terhadap peningkatan pengetahuan terkait hipertensi pada anak usia sekolah menengah atas (SMA).

Metode: Jenis penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif melalui uji *Paired Simple T-Test*. Rancangan penelitian menggunakan *One Group Pretest and Posttest*. Sasaran dalam penelitian ini adalah siswa SMA Al-Hikmah Surabaya berusia 16 – 17 tahun.

Hasil: Adanya peningkatan pengetahuan siswa sebelum dan sesudah program yang ditandai dengan nilai *p-value* 0,000. Sebanyak 64,3% siswa memiliki pengetahuan yang meningkat, dan sisa 35,7% siswa memiliki pengetahuan yang tetap setelah program. Program berhasil meningkatkan pengetahuan siswa hingga lebih dari 50%.

Kesimpulan: Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa program GEMAS GASI telah meningkatkan pengetahuan siswa terkait upaya pencegahan hipertensi.

Kata Kunci: Program; Hipertensi; Pengetahuan; Siswa Sekolah

Abstract

Introduction: *The World Health Organization* states that hypertension is the cause of more than 10 million deaths every year. Prevention of hypertension needs to be done from an early age because hypertension sufferers can start in adolescence.

Objective: The aim of this research is to determine the effect of efforts to prevent hypertension through the GEMAS GASI (Healthy Youth Movement to Prevent Hypertension) program on increasing knowledge related to hypertension in high school age children.

Method: This type of research is a quantitative approach using the *Paired Simple T-Test*. The research design uses *One Group Pretest and Posttest*. The targets of this research were Al-Hikmah Surabaya High School students aged 16 - 17 years.

Result: There is an increase in students' knowledge before and after the program which is indicated by a *p-value* of 0.000. As many as 64.3% of students had increased knowledge, and the remaining 35.7% of students had unchanged knowledge after the program. The program succeeded in increasing students' knowledge by more than 50%.

Conclusion: The results of this research show that the GEMAS GASI program has increased students' knowledge regarding efforts to prevent hypertension..

Keywords: Program; Hypertension; Knowledge; Student

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) tahun 2023 mendefinisikan hipertensi (tekanan darah tinggi) sebagai kondisi medis yang terjadi ketika tekanan pada pembuluh darah sama dengan atau lebih dari 140/90 mmHg. Kondisi tersebut umum terjadi pada setiap orang, namun hal tersebut dapat menjadi serius jika tidak segera ditangani (1). Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) pada tahun 2023, hipertensi terjadi saat tekanan darah pada dinding arteri meningkat terlalu tinggi secara konstan. Hipertensi dapat meningkatkan risiko penyakit jantung, stroke, penyakit ginjal, penyakit pembuluh darah, dan masalah kesehatan lainnya (2).

Menurut Kemenkes RI tahun 2018, prevalensi hipertensi pada usia ≥ 18 tahun di Indonesia mencapai 34,1% (3). Di Provinsi Jawa Timur, prevalensi hipertensi pada tahun yang sama memiliki angka yang lebih besar, yaitu 36,62%. Hal tersebut menyebabkan Provinsi Jawa Timur menduduki peringkat keenam sebagai provinsi dengan penderita hipertensi terbanyak pada tahun 2018 (4).

Hipertensi lebih banyak terjadi pada perempuan. Pada tahun 2022, estimasi penderita hipertensi berusia ≥ 15 tahun di Provinsi Jawa Timur adalah sebesar 11.600.444 penduduk. Berdasarkan jumlah tersebut, penderita hipertensi lebih banyak terjadi pada penduduk berjenis kelamin perempuan (51,2%), sedangkan penderita hipertensi laki-laki sebesar 48,8% (5). Pada tahun 2019, Kota Surabaya sebagai ibukota Provinsi Jawa Timur, menyumbang penderita hipertensi sebanyak 720.378 penduduk. Berdasarkan jenis kelamin, jumlah penderita hipertensi berjenis kelamin perempuan sebanyak 367.550 (51,02%) penduduk dan laki-laki sebanyak 352.828 penduduk (48,98%) (6).

WHO menyatakan bahwa hipertensi menyumbang lebih dari 10 juta kematian setiap tahun. Pada tahun 2019, persentase kematian akibat hipertensi adalah sebesar 20% di seluruh dunia. Hipertensi dapat meningkatkan risiko kematian akibat penyakit kardiovaskular dan ginjal. Risiko kematian tersebut dapat meningkat ketika tekanan darah berada pada kisaran angka 115 – 130 mmHg. Angka tersebut bahkan berada di bawah ambang batas penyakit hipertensi yaitu 140 mmHg. Oleh sebab itu, jika semua orang dewasa memiliki tekanan darah sebesar 110 – 115 mmHg, maka sekitar 19% kematian dapat dihindari (7).

Prevalensi hipertensi juga terjadi pada anak dan remaja, yaitu berkisar antara 1 – 3%. Walaupun angka tersebut relatif kecil, namun hipertensi pada orang dewasa dapat berawal dari masa remaja. Hal tersebut dibuktikan dengan angka prevalensi yang terus meningkat sesuai dengan perkembangan usia, yaitu sekitar 15% pada usia dewasa muda hingga mencapai 60% pada usia 65 tahun ke atas. Dengan demikian, hipertensi yang dialami oleh remaja dapat terus berlanjut hingga usia dewasa dan memiliki risiko morbiditas serta mortalitas yang lebih tinggi. Oleh karena itu, hipertensi harus dicegah sedini mungkin (8).

Upaya pencegahan hipertensi dapat dimulai sejak dini, salah satunya pada anak usia sekolah. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014 tentang Upaya Kesehatan Anak menjelaskan bahwa anak usia sekolah adalah anak yang berusia 6 – 18 tahun (9). Upaya kesehatan pada anak dapat diwujudkan dengan melakukan pendidikan kesehatan, salah satunya yaitu edukasi pencegahan hipertensi. Terdapat beberapa cara untuk mencegah hipertensi. Cara paling utama adalah dengan mengatur pola makan. Pola makan yang baik adalah dengan membatasi konsumsi gula (<50 gram/hari), garam (<5 gram/hari), serta lemak (5 gram/hari). Selain itu, masyarakat dianjurkan untuk mengonsumsi buah dan sayur sebanyak 400 – 500 gram/hari. Kemenkes RI memiliki slogan untuk perilaku pencegahan hipertensi yang disebut dengan 'CERDIK,' yaitu cek kesehatan secara rutin, enyahkan asap rokok, rajin aktivitas fisik, diet seimbang, istirahat cukup, serta kelola stress (10). Edukasi pencegahan hipertensi penting untuk dilakukan. Oleh sebab itu, perlu adanya program penyuluhan pemberian edukasi kepada remaja untuk mencegah hipertensi.

Program penyuluhan terkait pencegahan hipertensi pada remaja diwujudkan dengan implementasi program GEMAS GASI (Gerakan Remaja Sehat Cegah Hipertensi). Program GEMAS GASI berfokus pada pemberian edukasi kepada remaja terkait hipertensi, faktor risiko, serta cara pencegahannya. Remaja akan diberikan pengetahuan mengenai definisi hipertensi, penyebab, serta perilaku CERDIK sebagai salah satu upaya pencegahan hipertensi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh upaya pencegahan hipertensi melalui program GEMAS GASI terhadap peningkatan pengetahuan terkait hipertensi pada anak usia sekolah menengah atas (SMA).

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancang bangun *One Grup Pretest and Posttest*. Rancang bangun penelitian tersebut memungkinkan peneliti untuk melihat adanya perubahan setelah program dilaksanakan. Bentuk rancangan penelitian adalah melakukan observasi pertama (*pre-test*), intervensi program, lalu observasi kedua (*post-test*) (11). Penelitian ini dilakukan pada tanggal 26 Mei 2023 di SMA Al-Hikmah Surabaya. Populasi responden adalah siswa perempuan kelas XI di SMA Al-Hikmah Surabaya. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswa perempuan di kelas XI-MIPA 4 di SMA Al-Hikmah, yang berjumlah 14 responden.

Implementasi program GEMAS GASI diawali dengan penyebaran *pre-test*, kemudian pemberian edukasi tentang penyakit hipertensi, lalu ditutup dengan *post-test*. Data penelitian didapatkan melalui kuesioner *pre-test* dan *post-test*. Kuesioner *pre-test* dan *post-test* disebarakan melalui *Google Form*. Analisis data diawali dengan uji normalitas menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*. Nilai *alpha* dari data *pre-test* sebesar $0,395 > 0,05$, maka data berdistribusi normal. Nilai *alpha* dari *post-test* sebesar $0,426 > 0,05$, maka data berdistribusi normal. Selanjutnya, dilakukan analisis data univariat dan bivariat menggunakan uji statistik *Paired Sample T-Test*. Uji tersebut dilakukan untuk melihat apakah terdapat perbedaan tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah implementasi program GEMAS GASI.

HASIL

Program GEMAS GASI terdiri atas 2 kegiatan, yaitu penyuluhan dan pembuatan poster infografis. Kegiatan penyuluhan berupa edukasi hipertensi, faktor risiko, serta pencegahan hipertensi berdasarkan Kemenkes RI kepada siswa perempuan kelas XI MIPA 4 di SMA Al-Hikmah Surabaya. Penyuluhan berfokus pada pemaparan materi terkait upaya pencegahan hipertensi, seperti pola makan yang baik serta perilaku CERDIK. Program dilanjutkan dengan pembuatan poster infografis yang berisi informasi pencegahan hipertensi. Poster tersebut ditunjukkan pada saat penyuluhan dilakukan. Kedua kegiatan tersebut dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa terkait hipertensi serta pencegahannya. Peningkatan pengetahuan tersebut diharapkan dapat meningkatkan kesadaran siswa terkait upaya pencegahan hipertensi. Berikut adalah beberapa tabel deskripsi dari karakteristik responden.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden di SMA Al-Hikmah Surabaya

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia (tahun)		
16	6	42.90
17	8	57.10
Total	14	100.00

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa responden memiliki rentang usia 16 – 17 tahun. Distribusi responden menurut usia yaitu 57,1% berusia 17 tahun, sedangkan 42,9% berusia 16 tahun.

Tabel 2. Skor *Pre-Test* Responden di SMA Al-Hikmah Surabaya

Skor <i>Pre-Test</i>	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik (76 – 100)	2	14.30
Cukup (56 – 75)	7	50.00
Kurang (<56)	5	35.70
Total	14	100.00

Arikunto (12) menjelaskan bahwa tingkat pengetahuan dapat dikelompokkan menjadi beberapa kategori. Tingkat pengetahuan dikatakan baik jika mendapatkan nilai 76 – 100, cukup jika mendapatkan nilai 56 – 75, serta kurang jika mendapatkan nilai <56. Berdasarkan hasil *pre-test* yang telah diberikan pada responden, diketahui bahwa dari total 14 siswa, sebanyak 2 siswa (14,3%) memiliki tingkat pengetahuan baik, sebanyak 7 siswa (50%) memiliki tingkat pengetahuan cukup, dan sebanyak 5 siswa (35,7%) memiliki tingkat pengetahuan kurang. Sehingga diketahui bahwa mayoritas tingkat pengetahuan siswa sebelum diberikan implementasi program termasuk dalam kategori cukup.

Tabel 3. Skor *Post-Test* Responden di SMA Al-Hikmah Surabaya

Skor <i>Post-Test</i>	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik (76 – 100)	9	64.30
Cukup (56 – 75)	4	28.60
Kurang (<56)	1	7.10
Total	14	100.00

Responden mengisi *post-test* setelah program dilaksanakan. Berdasarkan tabel di atas, diketahui dari total 14 siswa, sebanyak 9 siswa (64,3%) memiliki tingkat pengetahuan baik, sebanyak 4 siswa (28,6%) memiliki tingkat pengetahuan cukup, dan sebanyak 1 siswa (7,1%) memiliki tingkat pengetahuan kurang. Sehingga diketahui bahwa mayoritas tingkat pengetahuan siswa setelah program dilaksanakan termasuk dalam kategori baik. Artinya, setelah program GEMAS GASI pengetahuan siswa mengalami peningkatan dari kategori cukup menjadi baik.

Tabel 4. Status Peningkatan Pengetahuan Responden

Status	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Meningkat	9	64.30
Tetap	5	35.70
Menurun	0	0.00
Total	14	100.00

Berdasarkan skor *pre-test* dan *post-test* dari responden, dapat diketahui bahwa mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan yang meningkat yaitu sebanyak 9 siswa (64,3%). Sedangkan, 5 siswa lainnya (35,7%) mempunyai tingkat pengetahuan yang tetap. Tidak ada siswa yang pengetahuannya menurun.

Tabel 5. Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Implementasi Program

Pengetahuan	Mean	Standar Deviasi	Nilai Minimum	Nilai Maksimum	Mean Difference	p-value
Sebelum	55.71	17.415	30	80	27.857	0.000
Sesudah	83.57	19.057	40	100		

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh nilai *mean* tingkat pengetahuan responden sebelum program adalah sebesar 55,71 dengan skor minimal 30 dan skor maksimal 80. Sedangkan, nilai *mean* tingkat pengetahuan responden setelah program adalah sebesar 83,57 dengan skor minimal 40 dan skor maksimal 100. Hasil uji menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan responden sebelum dan sesudah program yaitu sebesar 27,857. Selain itu, nilai dari *p-value* adalah sebesar 0,000. Nilai tersebut kurang dari 0,05. Maka, terdapat perbedaan yang bermakna atau signifikan terkait dengan tingkat pengetahuan responden mengenai hipertensi.

PEMBAHASAN

Penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa sebelum dan sesudah implementasi program GEMAS GASI. Hal tersebut dapat dilihat dari adanya peningkatan nilai rata-rata skor tingkat pengetahuan sebelum program sebesar 55,71 lalu meningkat menjadi 83,57 setelah program dilaksanakan. Hasil uji menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna terkait tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah program. Oleh karena itu, program GEMAS GASI terbukti dapat meningkatkan pengetahuan siswa perempuan kelas XI di SMA Al-Hikmah Surabaya mengenai pencegahan hipertensi.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa sebelum implementasi program siswa dengan tingkat pengetahuan baik hanya berjumlah 2 siswa saja dari total 14 siswa, namun setelah implementasi program meningkat menjadi 9 siswa yang memiliki pengetahuan baik tentang pencegahan hipertensi. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebelum program hanya ada 14,3% siswa dengan tingkat pengetahuan yang baik. Persentase tersebut meningkat menjadi 64,3% setelah program dilaksanakan. Kondisi tersebut kemungkinan terjadi karena siswa belum memiliki pengetahuan yang memadai terkait pencegahan hipertensi. Oleh sebab itu, pengetahuan siswa meningkat setelah pemberian edukasi melalui program GEMAS GASI. Artinya, program GEMAS GASI mampu meningkatkan pengetahuan siswa tentang pencegahan hipertensi hingga lebih dari 50%.

Pemberian edukasi pada program GEMAS GASI merupakan salah satu bentuk dari pemberdayaan masyarakat. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2019 tentang Pemberdayaan Masyarakat Bidang Kesehatan, pemberdayaan masyarakat adalah proses untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran dan kemampuan individu, keluarga serta masyarakat untuk berperan aktif dalam upaya kesehatan. Peningkatan pengetahuan kesehatan tersebut dapat dilakukan melalui pendekatan edukatif pada individu (13). Hal tersebut yang dilakukan oleh program GEMAS GASI melalui penyuluhan edukasi terkait pencegahan hipertensi pada siswa di SMA Al-Hikmah. Pemberian edukasi tersebut bermanfaat bagi siswa dalam mengatasi dan mengenali hipertensi. Sehingga, siswa memiliki kesadaran untuk selalu menjaga kesehatannya.

Selain pemberian edukasi melalui penyuluhan, program GEMAS GASI juga memberikan edukasi melalui poster infografis terkait pencegahan hipertensi. Sumber poster berasal dari Kemenkes RI tentang perilaku CERDIK. Poster infografis merupakan salah satu media promosi kesehatan yang bersifat visual. Penelitian yang dilakukan Herman (14), menjelaskan bahwa media visual merupakan media yang efektif dalam menyampaikan pesan. Hal tersebut karena mata merupakan panca indera yang paling banyak menyampaikan pengetahuan ke otak (sekitar 75 – 87%). Sedangkan, sekitar 13 – 25% pengetahuan manusia disampaikan melalui panca indera lainnya. Oleh sebab itu, program GEMAS GASI memilih poster sebagai media promosi kesehatan untuk memberikan edukasi terkait perilaku CERDIK sebagai pencegahan hipertensi.

Penelitian yang dilakukan oleh Kusumawardana (15) menyebutkan bahwa pengetahuan merupakan domain penting dalam pembentukan perilaku seseorang. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan bertahan lebih lama jika dibandingkan dengan perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Penelitian tersebut juga menyebutkan

bahwa apabila seorang individu mempunyai pengetahuan yang baik terkait kesehatan, maka individu tersebut juga akan berusaha menghindari segala hal yang dapat menimbulkan penyakit. Individu yang mempunyai pengetahuan baik akan berusaha untuk berperilaku positif untuk meningkatkan derajat kesehatan pribadinya. Artinya, individu dengan pengetahuan yang baik memiliki peluang lebih untuk melakukan tindakan preventif terhadap suatu penyakit.

Tindakan preventif yang dilakukan suatu individu adalah dengan melakukan perilaku kesehatan. Notoatmodjo dalam Wahyuningsih (16) menjelaskan bahwa perilaku kesehatan merupakan upaya peningkatan kesehatan dengan tujuan untuk melindungi diri dari penyakit serta upaya sembuh dari sakit. Perilaku kesehatan dapat dibedakan menjadi dua yaitu perilaku sehat dan perilaku sakit. Perilaku sehat dilakukan untuk mengendalikan hipertensi agar tidak terjadi komplikasi. Perilaku sehat yang dapat dilakukan oleh penderita hipertensi adalah mengurangi konsumsi makanan tinggi garam, konsumsi buah dan sayur, memantau tekanan darah, melakukan aktivitas fisik, mengatur pola istirahat, serta manajemen stress. Oleh sebab itu, perilaku CERDIK merupakan salah satu dari perilaku sehat yang bermanfaat dalam mencegah dan mengendalikan hipertensi.

Hasil dari penelitian ini juga sejalan dengan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Dunggio (17) yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa terkait pencegahan hipertensi di SMA Negeri Banda Aceh. Terdapat juga penelitian yang dilakukan oleh Pamungkas (18) yang dilakukan untuk melihat apakah terdapat pengaruh pemberian buku saku terhadap pengetahuan skrining faktor risiko hipertensi. Penelitian yang serupa dengan hasil yang sama juga dilakukan oleh Sukmawaty (19). Penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan melalui berbagai macam media dapat meningkatkan pengetahuan siswa.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa implementasi program GEMAS GASI telah berhasil meningkatkan pengetahuan siswa. Persentase siswa dengan pengetahuan baik sebelum dilaksanakannya program adalah sebesar 14,3%. Persentase tersebut meningkat menjadi 64,3% setelah pelaksanaan program. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa persentase siswa dengan pengetahuan yang meningkat adalah sebesar 64,3%. Sedangkan, persentase siswa dengan pengetahuan yang tetap adalah sebesar 35,7%. Tidak ada siswa dengan pengetahuan yang menurun. Artinya, program GEMAS GASI telah meningkatkan pengetahuan siswa hingga lebih dari 50%. Pengetahuan tersebut dapat membantu siswa dalam melakukan upaya pencegahan hipertensi dalam rangka meningkatkan derajat kesehatan pribadinya.

SARAN

Penelitian ini merekomendasikan kepada remaja usia sekolah untuk melakukan upaya pencegahan hipertensi sejak dini. Upaya pencegahan hipertensi dapat dilakukan dengan menjaga pola makan yang baik, seperti membatasi asupan gula, garam, dan lemak, serta meningkatkan konsumsi buah dan sayuran. Selain itu, upaya pencegahan hipertensi juga dapat dilakukan dengan menerapkan perilaku CERDIK, yaitu cek kesehatan secara rutin, hindari asap rokok, rajin aktivitas fisik, diet seimbang, istirahat yang cukup, serta mengelola stress. Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan menggunakan media promosi kesehatan di sekolah yang lebih menarik, kreatif, dan inovatif. Sehingga, remaja dapat lebih tertarik untuk melakukan upaya pencegahan hipertensi sejak dini.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization (WHO). Hypertension. 2023 [cited 2024 March 4]. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
2. Kemenkes RI. Apa Itu Hipertensi? 2023 [cited 2024 March 4]. Available from: https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2767/apa-itu-hipertensi
3. Kemenkes RI. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Jakarta; 2018.
4. Kemenkes RI. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Provinsi Jawa Timur 2018. Jakarta; 2019.
5. Kemenkes RI. Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2022. Jakarta; 2023.
6. Kemenkes RI. Profil Kesehatan Kota Surabaya Tahun 2019. Jakarta; 2020.
7. World Health Organization (WHO). Global Report on Hypertension: The Race Against A Silent Killer. Geneva. 2023.
8. Mardianti F, Rachmawati D, Suprajitno S. Faktor Risiko Hipertensi Pada Remaja. Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti. 2022;10(1):43-55.
9. Indonesia. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014 tentang Upaya Kesehatan Anak. Jakarta; 2014.
10. Kemenkes RI. Penanganan Hipertensi dengan Perilaku CERDIK dan PATUH. 2023 [cited 2024 March 4]. Available from: https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2517/penanganan-hipertensi-dengan-perilaku-cerdik-dan-patuh.
11. Notoatmodjo S. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2005.

12. Arikunto S. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: Rineka Cipta; 2010.
13. Indonesia. *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2019 tentang Pemberdayaan Masyarakat Bidang Kesehatan*. Jakarta; 2019.
14. Herman H, Citrakesumasari C, Hidayanti H, Jafar N. Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Leaflet Kemenkes Terhadap Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah Pada Remaja di SMA Negeri 10 Makassar. *Jurnal Gizi Masyarakat Indonesia (The Journal of Indonesian Community Nutrition)*. 2020;9(1):39-50.
15. Kusumawardana I, Tamtomo D. Relationship between Knowledge and Family Support regarding Hypertension with Blood Pressure Control in Elderly. *Indonesian Journal of Medicine*. 2017;2(1):1-9.
16. Wahyuningsih W, Arsi AA. Pengetahuan dan Perilaku Kesehatan Penderita Hipertensi Anggota Prolanis Puskesmas Jatinom Kabupaten Klaten. *Jurnal Solidarity*. 2021;10(1):108-120.
17. Dunggio ARS, Peluw Z, Sahalessy YC. Pelatihan Pencegahan Hipertensi Bagi Kader Kesehatan Sekolah di SMA Kecamatan Banda Kabupaten Maluku Tengah. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 2023;4(4):8591-8595.
18. Pamungkas AMA, Hanung A, Nuraeni N. Pengaruh Pemberian Buku Saku Terhadap Pengetahuan Skrining Faktor Resiko Hipertensi Pada Remaja Putri SMA. *Jurnal Kebidanan*. 2023;3(2):108-114.
19. Sukmawaty MN. Pengaruh Edukasi Gaya Hidup Sehat dengan Metode Daring Terhadap Pengetahuan Pencegahan Hipertensi Dini Pada Siswa di SMA Negeri 3 Banjarbaru. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*. 2021;9(1):42-46.