

TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN PERILAKU PENCEGAHAN HIPERTENSI MELALUI PROGRAM CERDIK DAN PATUH PADA PASIEH HIPERTENSI DI PUSKESMAS TUBAN

Anisa Salsa Bila Cidita, Wahyuningsih Triana Nugraheni, Wahyu Tri Ningsih, Teresia Retna Puspitadewi

Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga Kampus Tuban
Poltekkes Kemenkes Surabaya

Email Korespondensi: anisasalsabilacidita19@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan *The Silent Killer* dengan prevalensi yang terus meningkat, hingga menempatkan Puskesmas Tuban di peringkat kedua di antara puskesmas lainnya. Untuk mengendalikannya, pemerintah menjalankan program CERDIK dan PATUH. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku pencegahan hipertensi melalui program CERDIK dan PATUH pada pasien hipertensi di Puskesmas Tuban. Penelitian ini menggunakan desain korelasi dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi penelitian adalah seluruh pasien hipertensi peserta Prolanis di Puskesmas Tuban sebanyak 40 orang dengan teknik total sampling. Variabel independen yaitu tingkat pengetahuan dan variabel dependennya adalah perilaku pencegahan hipertensi. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner, dan data dianalisis menggunakan uji korelasi *Rank Spearman*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar (65%) pasien hipertensi memiliki tingkat pengetahuan yang baik dan sebagian besar (65%) pasien hipertensi memiliki perilaku yang baik. Hasil uji *Rank Spearman* menunjukkan nilai signifikansi $p = 0,001$ yang mengindikasikan adanya hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku pencegahan hipertensi. Kesimpulan: tingkat pengetahuan tentang program CERDIK dan PATUH menjadi modal kognitif penentu konsistensi perilaku pasien dalam pencegahan dan pengendalian hipertensi.

Kata Kunci: Tingkat Pengetahuan Hipertensi, Perilaku Pencegahan Hipertensi, Program CERDIK dan PATUH

ABSTRACT

Hypertension is known as "The Silent Killer," with a steadily rising prevalence that has placed the Tuban Community Health Center in second place among other community health centers. To control it, the government has implemented the CERDIK and PATUH programs. This study aims to analyze the relationship between knowledge levels and hypertension prevention behaviors through the CERDIK and PATUH programs among hypertensive patients at the Tuban Community Health Center. This study employed a cross-sectional correlational design. The study population consisted of all 40 hypertensive patients enrolled in the Prolanis

program at the Tuban Community Health Center; selected using total sampling. The independent variable was knowledge level, and the dependent variable was hypertension prevention behavior. A questionnaire was used as the research instrument, and data were analyzed using the Spearman rank correlation test. The results showed that the majority (65%) of hypertensive patients had a good level of knowledge, and the majority (65%) exhibited good preventive behaviors. The Spearman's rank correlation test yielded a significance value of $p = 0.001$, indicating a significant relationship between the level of knowledge and preventive behaviors for hypertension. Conclusion: The level of knowledge about the CERDIK and PATUH programs serves as the cognitive foundation that determines the consistency of patients' behavior in the prevention and management of hypertension.

Keywords: *Level of Knowledge about Hypertension, Hypertension Prevention Behaviors, CERDIK and PATUH Programs*

PENDAHULUAN

Tekanan darah tinggi, juga dikenal dengan hipertensi adalah penyakit degeneratif dan merupakan salah satu masalah kesehatan serius di tengah masyarakat yang berkontribusi pada tingkat kesakitan (morbiditas) dan kematian (mortalitas) yang tinggi di seluruh dunia (Pertiwinigrum and Kamalah, 2021). Penyakit yang sering kali tidak menunjukkan keluhan atau gejala klinis apa pun hingga timbul komplikasi serius. Penyakit tersebut dikenal luas juga dengan sebutan "*The Silent Killer*" (Munawaroh *et al.*, 2025). Dikatakan Hipertensi saat orang atau individu mempunyai tekanan darah diastolik lebih besar sama dengan 90 mmHg dan mempunyai tekanan darah sistolik lebih besar sama dengan 140 mmHg pada pemeriksaan berulang (Tiara, 2020). Direktorat Pencegahan Penyakit Tidak Menular 2015-2025 memiliki target global yaitu penurunan hipertensi pada masyarakat usia 18 tahun ke atas adalah 23,4% pada tahun 2019, dan akan menjadi target 22,7% pada tahun 2025. Namun demikian, hingga saat ini masih adanya peningkatan hipertensi yaitu sebesar 34,1% (Pradono, Kusumawardani and Rachmalina, 2020).

World Health Organization menyampaikan bahwa diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa di seluruh dunia berusia 30 hingga 79 tahun menderita hipertensi pada tahun 2023, dan hanya 42% dari mereka yang didiagnosis menderita hipertensi terobati (Tege and Mandias, 2025). Di seluruh dunia, 1,4 miliar orang dewasa berusia 30 hingga 79 tahun diperkirakan menderita tekanan darah tinggi pada tahun 202 (World Health Organization (WHO), 2025). Prevalensi hipertensi pada masyarakat Indonesia usia 18 tahun ke atas sebesar 31,7% (Riskesdas, 2008). Prevalensi hipertensi di Indonesia di tahun 2013, yaitu sebesar 25,8% (Kemenkes RI, 2013). Menurut data Riskesdas dalam (Kemenkes RI, 2023) prevalensi penyakit hipertensi di Indonesia yaitu sebesar 34,1%.

Prevalensi hipertensi di Provinsi Jawa Timur pada tahun 2021, yaitu 5.803.143 jiwa, atau 49,7% jumlah populasi (Dinkes Jatim, 2021). Namun angka ini meningkat menjadi 61,1% atau 7.088.136 orang pada tahun 2022 (Dinas Kesehatan Kabupaten Tuban, 2023) dan pada tahun 2023, proporsi penduduk yang menderita hipertensi mencapai 74,3% atau 8.678.784 orang (Munawaroh *et al.*, 2025). Menurut (Dinas Kesehatan Kabupaten Tuban, 2022) prevalensi hipertensi di Kabupaten Tuban sejumlah 224.208 orang (73,5 %). Pada tahun 2023, prevalensi hipertensi menurut (Dinas Kesehatan Kabupaten Tuban, 2023) sejumlah 268.107 orang (87,5%). Salah satu puskesmas di Kabupaten Tuban adalah Puskesmas Tuban yang memiliki pravelensi hipertensi sejumlah 13.740 orang pada tahun 2022 (Dinas Kesehatan Kabupaten Tuban, 2022). Sebanyak 13.801 penduduk tercatat sebagai pasien hipertensi di Puskesmas Tuban, menjadikan puskesmas dengan kasus tertinggi kedua dari 33 Puskesmas di Kabupaten Tuban (Profil Kesehatan Kabupaten Tuban, 2023).

Tingginya prevalensi tersebut menuntut Puskesmas sebagai garda terdepan layanan primer untuk melakukan pengendalian hipertensi secara komprehensif. Namun, meskipun target pelayanan kesehatan untuk pasien hipertensi adalah 100% (SPM Kesehatan), tetapi pelaksanaan program CERDIK dan PATUH belum optimal. Penerapan perilaku pencegahan komplikasi melalui program CERDIK dan PATUH belum optimal karena keterbatasan pengetahuan pasien. Berdasarkan survey awal yang dilakukan pada tanggal 16 Maret 2026 melalui wawancara, 3 dari 5 pasien Hipertensi di Puskesmas Tuban belum melakukan program CERDIK dan PATUH secara keseluruhan. Dari program CERDIK dan PATUH kebanyakan yang tidak dipatuhi adalah rutin meminum obat. Beberapa pasien hanya meminum obat jika merasa pusing.

Munculnya masalah hipertensi yang terjadi di Kabupaten Tuban, khususnya di Puskesmas Tuban, dipicu oleh beberapa faktor yang saling berkaitan. Masalah ini bermula dari kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai hakikat hipertensi sebagai penyakit kronis, di mana pasien sering kali baru mencari pengobatan saat sudah timbul gejala fisik yang berat (Munawaroh *et al.*, 2025). Mengingat hipertensi dikategorikan sebagai kondisi medis yang tidak dapat disembuhkan, sangat krusial bagi pasien hipertensi untuk memiliki kepatuhan terhadap terapi medis (pengobatan). Oleh karena itu, hipertensi harus selalu dikendalikan untuk menghindari komplikasi yang dapat menyebabkan kematian (Wahyuni *et al.*, 2019). Ketidadaan gejala awal membuat pasien merasa tidak perlu melakukan modifikasi perilaku, sehingga tekanan darah terus meningkat secara progresif. Dalam jangka panjang, kondisi ini menyebabkan penurunan elastisitas pembuluh darah dan beban kerja jantung yang berlebih, yang jika tidak segera ditangani akan berujung pada komplikasi fatal seperti gagal jantung atau stroke (Iqbal and Handayani, 2022).

Pemerintah Indonesia menjalankan kebijakan pengendalian hipertensi yang mencakup peningkatan kesadaran masyarakat melalui kampanye perilaku "CERDIK" (Cek kesehatan berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet sehat dan seimbang, Istirahat cukup, Kelola stres), serta optimalisasi program "PATUH" bagi pasien hipertensi agar tetap terkendali dan mencegah komplikasi lebih lanjut (Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia, 2023). Tenaga kesehatan dapat memberikan intervensi berupa edukasi terstruktur yang menekankan pada teknik persuasi verbal. Hal ini bertujuan untuk meyakinkan pasien bahwa perubahan gaya hidup, seperti kontrol asupan natrium dan manajemen stres, adalah tindakan yang mampu mereka lakukan secara mandiri (Pertiwinigrum and Kamalah, 2021). Dengan meningkatnya pemahaman, diharapkan tingkat kesadaran pasien di Puskesmas Tuban akan meningkat (Munawaroh *et al.*, 2025).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*, dilakukan pada bulan Mei 2026 di Puskesmas Tuban untuk menganalisis hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku pencegahan hipertensi melalui program CERDIK dan PATUH. Menggunakan teknik *total sampling*, seluruh populasi yang merupakan 40 peserta aktif Prolanis ditetapkan sebagai sampel penelitian. Kuisisioner tingkat pengetahuan dan perilaku (skala Likert dan Guttman) digunakan untuk mengumpulkan data. Setelah melewati tahap *editing*, *coding*, *skoring*, dan *tabulating*, uji korelasi *Rank Spearman* digunakan untuk menganalisis data secara bivariat.

HASIL PENELITIAN

Gambaran Umum Obyek

UOBF Puskesmas Tuban beroperasi sebagai puskesmas non-rawat inap sejak tahun 2010. Secara administratif, fasilitas kesehatan ini berlokasi di Jl. Dr. Wahidin Sudirohusodo No. 45, Kecamatan Tuban, Kabupaten Tuban, dengan jangkauan wilayah kerja meliputi tiga desa dan enam kelurahan. Dalam menunjang operasionalnya dengan status sebagai fasilitas kesehatan rawat jalan, pusat kesehatan ini didukung oleh jaringan pelayanan. Terdapat 13 ruang pelayanan medis yang tersedia, yakni loket dan rekam medis, klinik sanitasi dan gizi, pelayanan gigi dan mulut, poli lansia, poli umum, laboratorium, ruang khusus TB Paru dan Kusta, ruang KB, layanan KIA dan imunisasi, MTBS, farmasi, UGD/tindakan, serta ruang bersalin. Salah satu program unggulan yang diselenggarakan oleh Puskesmas Tuban adalah Program Pengelolaan Penyakit Kronis (PROLANIS), yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas layanan serta manajemen penanganan bagi pasien dengan penyakit kronis, khususnya hipertensi, dengan jumlah peserta saat ini mencapai 40 orang. Program PROLANIS ini dijadwalkan rutin setiap bulan, dengan serangkaian kegiatan yang mencakup senam kesehatan, edukasi, pemeriksaan kesehatan berkala, serta tes laboratorium lengkap yang dilakukan setiap enam bulan sekali.

Data Umum

Tabel 1. Karakteristik Pasien Hipertensi di Prolanis Puskesmas Tuban Bulan Mei

Karakteristik	Frekuensi	Presentase (%)
Umur		
45 – 59 Tahun (Pra-Lansia)	17	42,5%
60 – 69 Tahun (Lansia Muda)	19	47,5%
70 – 79 Tahun (Lansia Madya)	4	10%
TOTAL	40	100%
Jenis Kelamin		
Laki - laki	17	42,5%
Perempuan	23	57,5%
TOTAL	40	100%
Pendidikan		
SD	0	0%
SMP	6	15%
SMA	22	55%
Perguruan Tinggi	19	25%
Tidak Sekolah	2	5%
TOTAL	40	100%
Pekerjaan		
PNS	1	2,5%
Swasta	2	5%
Wiraswasta	7	17,5%
Tidak Bekerja	30	75%
TOTAL	40	100%
Lama Menderita Hipertensi		
1 - 5 Tahun	27	67,5%
6 – 10 Tahun	20	25,0%
11 – 15 Tahun	0	0%
16 – 20 Tahun	3	7,5%
TOTAL	40	100%

Berdasarkan Tabel tersebut, pasien hipertensi hampir setengahnya (47,5%) berusia 60 – 69 tahun. Berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar (57,5%) pasien hipertensi adalah perempuan. Dari aspek pendidikan, sebagian besar (55%) pasien Hipertensi telah manamatkan pendidikan jenjang SMA. Sebagian besar (75%) jenis pekerjaan pasien hipertensi tidak bekerja, dan dari aspek lama menderita hipertensi, sebagian besar (67,5%) pasien hipertensi telah menderita hipertensi selama 1 – 5 tahun.

Data Khusus

Tabel 2. Distribusi Tingkat Pengetahuan tentang Pencegahan Hipertensi melalui Program CERDIK dan PATUH pada Pasien Hipertensi Bulan Mei 2026

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Baik	26	65%
Cukup	10	25%
Kurang	4	10%
Total	40	100%

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa sebagian besar (65%) pasien hipertensi di Prolanis Puskesmas Tuban memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang pencegahan hipertensi melalui program CERDIK dan PATUH, sementara itu sebagian kecil (10%) pasien hipertensi memiliki tingkat pengetahuan kurang.

Tabel 3. Distribusi Perilaku Pencegahan Hipertensi melalui Program CERDIK dan PATUH pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Tuban Bulan Mei 2026

Perilaku	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Baik	26	65%
Cukup	10	25%
Buruk	4	10%
Total	40	100%

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa sebagian besar (65%) pasien hipertensi di Prolanis Puskesmas Tuban memiliki perilaku baik tentang pencegahan hipertensi melalui program CERDIK dan PATUH, sementara itu sebagian kecil (10%) pasien hipertensi memiliki perilaku buruk.

Tabel 4. Tabulasi Silang Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Pencegahan Hipertensi melalui Program CERDIK dan PATUH pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Tuban Bulan Mei 2026

Tingkat Pengetahuan	Perilaku Pencegahan Hipertensi							
	Baik		Cukup		Buruk		Total	
	F	%	F	%	F	%	F	%
Baik	20	76,9%	6	23,1%	0	0,0%	26	100%
Cukup	6	60,0%	4	40,0%	0	0,0%	10	100%
Kurang	0	0,0%	0	0,0%	4	100%	4	100%
Total	26	65,0%	10	25,0%	4	10,0%	40	100%

Uji *Spearman Rank Corelation* = 0,486 Signifikasi p = 0,001 N = 40

Berdasarkan tabel 4, didapatkan hasil pasien Hipertensi di Prolanis Puskesmas Tuban hampir seluruhnya (76,9%) memiliki Tingkat Pengetahuan baik dengan Perilaku baik tentang Pencegahan Hipertensi melalui Program CERDIK dan PATUH. Sedangkan pasien hipertensi yang memiliki tingkat pengetahuan kurang dari (100%) memiliki perilaku buruk.

Berdasarkan hasil uji *Rank Spearman*, hasil nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,001, karena nilai Sig. (2-tailed) < 0,05 maka ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Pencegahan Hipertensi melalui Program CERDIK dan PATUH di Puskesmas Tuban.

PEMBAHASAN

Tingkat Pengetahuan Pasien Hipertensi tentang Pencegahan Hipertensi melalui Program CERDIK dan PATUH di Puskesmas Tuban

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar pasien hipertensi di Prolanis Puskesmas Tuban memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang pencegahan hipertensi melalui program CERDIK dan PATUH, sementara itu sebagian kecil pasien hipertensi memiliki tingkat pengetahuan kurang.

Pengetahuan merupakan domain penting yang dibentuk oleh faktor internal dan eksternal untuk melandasi tindakan (*overt behavior*) seseorang (Siagian & Desmariyenti, 2023). Menurut Notoatmodjo (2018), tingkatan pengetahuan terendah dimulai dari "tahu" (*know*) hingga berkembang menjadi wawasan untuk bertindak (Anggreini *et al.*, 2023). Faktor yang mempengaruhinya meliputi pendidikan yang mempermudah penerimaan informasi (Siagian & Desmariyenti, 2023) serta usia, meskipun kematangan usia tidak menjamin wawasan yang lebih baik akibat adanya penurunan fungsi kognitif degeneratif (Syarafina Z Farah, 2023). Oleh karena itu, edukasi kesehatan berkala menjadi upaya krusial dalam meningkatkan pengetahuan tersebut (Luthfi *et al.*, 2021).

Tingginya tingkat pengetahuan pasien Prolanis Puskesmas Tuban mengenai program CERDIK dan PATUH merefleksikan keberhasilan edukasi yang optimal. Meskipun istilah program tidak disebutkan secara formal, materi yang diberikan tenaga kesehatan secara substansial telah mencakup seluruh poin sehingga pasien benar-benar mengerti sebagai pedoman nyata. Kondisi ini selaras dengan prinsip Notoatmodjo (2018) bahwa edukasi rutin berhasil mendorong pemahaman yang lebih dalam, bukan sekadar tahu. Sebaliknya, adanya pasien dengan pengetahuan kurang menunjukkan edukasi bukan proses searah yang hasilnya seragam, melainkan dipengaruhi inisiatif belajar pasien di tengah keterbatasan kognitif lansia. Ke depan, perpaduan dorongan eksternal tenaga kesehatan dan inisiatif mandiri pasien menjadi kunci stabilitas pengetahuan peserta Prolanis.

Perilaku Pencegahan Hipertensi melalui Program CERDIK dan PATUH pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Tuban

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar pasien hipertensi di Prolanis Puskesmas Tuban memiliki perilaku baik tentang pencegahan hipertensi melalui program CERDIK dan PATUH, sementara itu sebagian kecil pasien hipertensi memiliki perilaku buruk.

Merujuk pada teori PRECEDE-PROCEED dari Lawrence Green, perilaku ditentukan oleh tiga faktor penentu utama yang saling berkaitan, yaitu faktor predisposisi yang meliputi umur, pekerjaan, pendidikan, pengetahuan, dan sikap. Faktor pemungkin, serta faktor penguat (Mayasari, Ikalius and Aurora, 2021). Secara operasional, program CERDIK dan PATUH mengintegrasikan perilaku kebiasaan yang dilakukan secara berulang hingga menjadi otomatis, yang pada akhirnya berperan krusial dalam mengendalikan tekanan darah serta menekan laju mortalitas akibat penyakit tidak menular (Ichsan *et al.*, 2024).

Setiap pasien hipertensi di Prolanis Puskesmas Tuban memiliki tingkat adaptasi yang berbeda dalam merespons rangsangan lingkungan. Perilaku pencegahan hipertensi melalui program CERDIK dan PATUH yang baik terbentuk melalui pengalaman dan pengulangan tindakan yang dilakukan secara berulang. Sebaliknya, perilaku pencegahan hipertensi melalui program CERDIK dan PATUH yang buruk merupakan indikasi adanya kesulitan dalam mengadopsi program CERDIK dan PATUH ke dalam rutinitas

Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Pencegahan Hipertensi melalui Program CERDIK dan PATUH pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Tuban

Berdasar dari hasil penelitian didapatkan pasien Hipertensi di Prolanis Puskesmas Tuban hampir seluruhnya memiliki Tingkat Pengetahuan baik dengan Perilaku baik tentang Pencegahan Hipertensi melalui Program CERDIK dan PATUH. Sedangkan pasien hipertensi yang memiliki tingkat pengetahuan kurang seluruhnya memiliki perilaku buruk. Berdasarkan hasil uji *Rank Spearman*, menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Pencegahan Hipertensi melalui Program CERDIK dan PATUH di Puskesmas Tuban yang mengindikasikan bahwa pengetahuan menjadi faktor yang dapat menentukan konsistensi perilaku pencegahan hipertensi melalui program CERDIK dan PATUH.

Pengetahuan atau kognitif adalah domain yang sangat penting mempengaruhi tindakan seseorang (*overt behavior*) (Sartika, 2024). Tindakan yang didasari oleh pemahaman mendalam cenderung lebih menetap (perilaku sukarela) daripada tindakan yang muncul karena paksaan (Nurhayati, 2024). Menurut Notoatmodjo (2017) dikutip dalam (Yulidar, Dini Rachmaniah and Hudari, 2023), seseorang memiliki kemampuan untuk mempengaruhi perilakunya, semakin banyak pengetahuan yang dimiliki seseorang, menciptakan perilaku yang lebih baik juga.

Signifikansi hubungan yang ditemukan dalam penelitian ini menegaskan bahwa tingkat pengetahuan tentang pencegahan hipertensi melalui program CERDIK dan PATUH bukan sekadar informasi teoretis, melainkan modal kognitif utama yang menggerakkan perubahan perilaku pencegahan hipertensi. Meskipun Puskesmas Tuban tidak secara formal menginstilahkan materi edukasi tersebut sebagai program CERDIK dan PATUH, pasien yang mampu memahami esensi dari prinsip-prinsip tersebut cenderung memiliki kesadaran lebih tinggi mengenai risiko komplikasi fatal, sehingga mereka secara proaktif disiplin menjaga kestabilan tekanan darah.

SIMPULAN

Hasil penelitian mengarah pada kesimpulan bahwa sebagian besar pasien hipertensi memiliki tingkat pengetahuan yang baik dan sebagian besar pasien hipertensi memiliki perilaku yang baik. Diperoleh hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku pencegahan hipertensi melalui program CERDIK dan PATUH pada pasien Hipertensi di Puskesmas Tuban ($p = 0,001$).

DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Kesehatan Kabupaten Tuban (2022) 'Profil Kesehatan Tahun 2022', in. Kabupaten Tuban: Dinas Kesehatan, Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana Kabupaten Tuban.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Tuban (2023) 'Profil Puskesmas Tuban Kabupaten Tuban Tahun 2023'.
- Dinkes Jatim (2021) 'Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2021.'

- Ichsan, M. *et al.* (2024) 'Implementasi CERDIK dan PATUH sebagai Upaya Pencegahan Hipertensi di Kelurahan Kayamanya', *Jurnal Pengabdian Masyarakat Lentora*, 4(September), pp. 1–10. Available at: <https://doi.org/10.33860/jpml.v4i1.3837>.
- Iqbal, M.F. and Handayani, S. (2022) 'Terapi Non Farmakologi pada Hipertensi', *Jurnal untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 6(1).
- Kemkes RI (2013) 'Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)', *Balitbang Kemkes RI*, p. 124. Available at: <https://doi.org/10.1126/science.127.3309.1275>.
- Kemkes RI (2023) *Mengenal Penyakit Hipertensi, Prevalensi penyakit Hipertensi di Indonesia*. Available at: <https://upk.kemkes.go.id/new/mengenal-penyakithipertensi>.
- Mayasari, O.P., Ikalius and Aurora, W.I.D. (2021) 'Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Masyarakat dalam Pencegahan Covid-19 di Wilayah Kerja Puskesmas Alam Barajo', *Jurnal Medic*, 4(1), pp. 146–153.
- Munawaroh, S. *et al.* (2025) 'Pengetahuan tentang hipertensi pada anggota prolanis di puskesmas tuban', *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 4, pp. 176–183. Available at: <https://journal-mandiracendikia.com/jikmc%0Apurpose>.
- Nurhayati, A. (2024) *Perilaku Manusia*. 1st edn. Edited by F. Isma'il and A.M. Lisa. Purbalingga: CV. Eureka Media Aksara.
- Pertiwinigrum, D.A. and Kamalah, A.D. (2021) 'Gambaran Self Efficacy Pada Pasien Hipertensi : Literature Review', *Seminar Nasional Kesehatan*, pp. 2148–2156.
- Pradono, J., Kusumawardani, N. and Rachmalina, R. (2020) *Hipertensi: Pembunuh Terselubung di Indonesia*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB).
- Profil Kesehatan Kabupaten Tuban (2023) 'Profil Kesehatan Kabupaten Tuban'.
- Riskesdas (2008) 'Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2007', in *Laporan Nasional*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan, Republik Indonesia.
- Sartika, A. (2024) 'Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Pencegahan Hipertensi pada Kelompok Usia Produktif di Desa Taskombang', 5(1).
- Tege, V.F. and Mandias, R.J. (2025) 'Hipertensi dengan Kemampuan Pendengaran pada Penderita Hipertensi di Kelurahan Madidir Ure', *Klabat Journal of Nursing*, 7(1), pp. 57–62. Available at: <http://ejournal.unklab.ac.id/index.php/kjn>.
- Tiara, U.I. (2020) 'Hubungan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi', *Jurnal Stikes SitiHajar*, 2, pp. 167–171. Available at: <http://jurnal.stikes-sitihajar.ac.id/index.php/jhsp>.
- Wahyuni, A.S. *et al.* (2019) 'Adherence to Consuming Medication for Hypertension Patients at Primary Health Care in Medan City', *Journal of Medical Sciences*, 7(20), pp. 3483–3487.
- World Health Organization (WHO) (2025) *Global Report on Hypertension 2025: high stakes – turning evidence into action*. Geneva: World Health Organization.
- Yulidar, E., Dini Rachmaniah and Hudari (2023) 'Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Pencegahan Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Grogol Tahun 2022', *Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(1), pp. 264–274.