



# Jurnal Sinergi Kesehatan Indonesia Volume 1 Nomor 1 (2023)

Jurnal homepage: <https://jski.lenteramitalestari.org/index.php/jski/index>

## ORIGINAL ARTICLE

### PEMBERDAYAAN KADER LANSIA DALAM MANAJEMEN PERAWATAN HIPERTENSI LANSIA BERBASIS TERAPI KOMPLEMENTER

*Empowerment of Elderly Cares in Elderly Hypertension Management Based on Complementary Therapy*

**Sang Ayu Ketut Candrawati\*, Ni Komang Sukra Andini, Ni Ketut Citrawati, Putu Gede Subhaktiyasa, Ni Ketut Ayu Mirayanti**

*STIKES Wira Medika Bali, Denpasar, Bali, Indonesia*

\*Korespondensi: [candrawati@stikeswiramedika.ac.id](mailto:candrawati@stikeswiramedika.ac.id)

---

#### INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Diterima: 31 Januari 2023

Revisi: 27 Maret 2023

Disetujui: 28 Maret 2023

---

Kata Kunci:

Kader Lansia,

Manajemen Hipertensi,

Terapi Komplementer

#### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Proses menua merupakan proses tubuh mengalami berbagai perubahan akibat menurunnya kapasitas, fungsi organ dan immunitas tubuh, sehingga lansia rentan mengalami penyakit tidak menular seperti hipertensi. Kader kesehatan lansia memiliki peran penting dalam pengawasan penatalaksanaan hipertensi. **Tujuan:** Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan melalui pemberdayaan kader lansia dalam manajemen perawatan hipertensi lansia berbasis terapi komplementer. **Metode:** Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di Desa Blahbatuh, Kecamatan Blahbatuh Kabupaten Gianyar Bali. Pendekatan pengabdian menggunakan *Participatory Learning and Action*. Kegiatan yang dilakukan berupa penyuluhan kesehatan serta pelatihan pemeriksaan fisik dan terapi komplementer sederhana (bekam, acupressure dan massage). Pengabdian ini diikuti oleh kader lansia sejumlah 27 orang. Alat kesehatan dan instrumen pengukuran yang digunakan yaitu kuisioner tingkat pengetahuan hipertensi dan terapi komplementer, leaflet edukasi, alat terapi bekam, *acupressure*, dan *massage*. **Hasil:** Sebagian besar pengetahuan kader lansia sebelum diberikan penyuluhan yaitu cukup sebanyak 12 orang (44.45%) sedangkan setelah diberikan terapi komplementer sebagian besar tingkat pengetahuan kader lansia menjadi baik sebanyak 16 orang (59.26%). Kader mampu mendemonstrasikan terapi terapi bekam, *acupressure*, dan *massage*. **Kesimpulan:** Kegiatan pemberdayaan kader kesehatan dalam manajemen hipertensi berbasis komplementer mampu meningkatkan kemampuan kader memahami hipertensi, melakukan edukasi, serta memberikan terapi komplementer sederhana.



# Jurnal Sinergi Kesehatan Indonesia Volume 1 Nomor 1 (2023)

Jurnal homepage: <https://jski.lenteramitralestari.org/index.php/jski/index>

---

## ARTICLE INFO

Article history:

Received: 31 January 2023

Revised: 27 Maret 2023

Accepted: 28 Maret 2023

---

Key Words:

Complementary Therapy,

Elderly Cadres,

Hypertension Management

## ABSTRACT

**Background:** The aging process is a body process that undergoes various changes due to decreased capacity, organ function, and body immunity consequencing elderly susceptible to non-communicable diseases such as hypertension. Elderly health cadres have an prominent role in supervising the management of hypertension. **Objective:** This community service activity aims to increase knowledge, attitudes, and skills cadres by empowering the management of elderly hypertension care based on complementary therapies. **Method:** The implementation of community service activities was conducted in Blahbatuh Village, Blahbatuh District, Gianyar Regency, Bali. The dedication approach uses Participatory Learning and Action. The activities was health education, physical examination training and simple complementary therapies (cupping, acupressure, and massage). The participant attended by 27 elderly cadres. Medical devices and measurement instruments used are questionnaires on the level of knowledge of hypertension and complementary therapies, educational leaflets, cupping therapy, acupressure, and massage. **Results:** Most of the knowledge of elderly cadres before being given counseling was sufficient for 12 people (44.45%) while after being given complementary therapy most of the knowledge levels of elderly cadres were good as many as 16 people (59.26%). Cadres can demonstrate cupping therapy, acupressure, and massage therapy. **Conclusion:** Activities to empower health cadres in complementary-based hypertension management can improve the ability of cadres to understand hypertension, conduct education, and provide simple complementary therapies.

---

DOI: 10.55887/jski.v1i1.3



Ciptaan disebarluaskan di bawah [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](#). 18

## LATAR BELAKANG

Peningkatan angka harapan hidup pada orang lanjut usia (lansia) merupakan salah satu keberhasilan dalam pembangunan sosial dan ekonomi. Keberhasilan tersebut mempunyai konsekuensi dan tanggung jawab baik pemerintah maupun masyarakat untuk memberikan perhatian lebih serius, karena dengan bertambahnya usia, kondisi, dan kemampuan lansia untuk beraktivitas semakin menurun (Ningsih, Aisyah, Rohmah, & Sandana, 2022). Dibutuhkan pemeliharaan serta peningkatan kesehatan dalam rangka mencapai masa tua yang sehat bahagia berdaya guna sehingga usia produktif mereka dapat ditingkatkan agar tetap dapat ikut serta berperan dalam pembangunan (Badan Pusat Statistik, 2019). Jumlah lansia di dunia berusia 65 tahun atau lebih pada tahun 2019 mencapai 703 juta orang. Jumlah lansia diproyeksikan berlipat ganda menjadi 1,5 miliar jiwa pada tahun 2050. Secara global, populasi lansia yang berusia 65 tahun atau lebih meningkat dari 6 persen pada tahun 1990 menjadi 9 persen pada tahun 2019 (Antara, 2022). Bertambahnya usia seseorang berdampak pada fungsi fisiologis yang mengalami penurunan akibat proses degeneratif (penuaan) sehingga penyakit tidak menular banyak muncul pada lansia. Secara global Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan penyebab utama kematian pada saat ini (Menteri Kesehatan Republik Indonesia, 2016). Salah satu PTM yang menjadi masalah kesehatan yang sangat serius saat ini adalah hipertensi. Selain memiliki prevalensi yang tinggi dan cenderung meningkat di masa mendatang, hipertensi merupakan gangguan kesehatan di mana keadaan ini tidak dapat di sembuhkan tetapi dapat di kontrol dengan pola hidup yang sehat.

Penelitian menemukan bahwa penyakit hipertensi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan peluang tujuh kali lebih besar terkena stroke, enam kali lebih besar terkena gagal jantung kongestif, dan tiga kali lebih besar terkena serangan jantung (Yonata & Pratama, 2016). *World Health Organization* dan *the International Society of Hypertension* (ISH) melaporkan, saat ini terdapat 600 juta penderita hipertensi di seluruh dunia, dan 3 juta di antaranya meninggal setiap tahunnya (P2PTM Kemenkes RI, 2019). Tujuh dari setiap 10 penderita tersebut tidak mendapatkan pengobatan secara adekuat. Jumlah pasien hipertensi jika tidak di kontrol akan mengalami peningkatan seiring dengan jumlah penduduk yang semakin bertambah (Sukmadi, Alifariki, Arfini Kasman A, & Siagian, 2021). Prevalensi penderita hipertensi di Indonesia mencapai 34,1%, diketahui bahwa sebesar 8,8% terdiagnosis hipertensi dan 13,3% orang yang terdiagnosis hipertensi tidak minum obat serta 32,3% tidak rutin minum obat (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Hipertensi merupakan salah satu PTM yang menduduki urutan ketiga dari sepuluh diagnosis penyakit terbanyak di Bali. Kabupaten Gianyar menempati peringkat ke 5 predikat tertinggi dari 9 Kabupaten/Kota di Bali dengan jumlah penderita hipertensi sebanyak 284.744 orang (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2020).

Desa Blahbatuh terletak di Kabupaten Gianyar, terdiri dari 12 Banjar dan merupakan desa binaan dari Puskesmas Blahbatuh II Gianyar. Merujuk peraturan pemerintah Nomor 103 Tahun 2014 dan ditetapkannya PERGUB Bali Nomor 55 Tahun 2019 menjadikan Puskesmas Blahbatuh II Gianyar turut membantu mewujudkan program pemerintah pusat dan daerah untuk mengembangkan program Yankestrad berupa klinik komplementer untuk membantu meningkatkan derajat kesehatan masyarakat khususnya lansia dalam memilih perawatan alternatif atau komplementer sebagai terapi *back to nature* baik di level promotif, preventif, kuratif maupun rehabilitatif. Untuk membantu mensukseskan program tersebut, dari 12 banjar telah terbentuk posyandu lansia dengan jumlah 36 kader lansia. Hingga saat ini upaya yang telah dilakukan oleh Puskesmas kepada kader adalah pendataan, sosialisasi yankestrad dan pembinaan kader. Mengingat yankestrad ini merupakan program pengembangan

puskesmas sehingga hingga saat ini penyegaran khusus terkait terapi komplementer belum dilakukan secara maksimal.

Kader kesehatan lansia mendapatkan pelatihan kader terakhir kali lebih dari 2 tahun yang lalu dikarenakan kondisi pandemi COVID-19 yang semakin meningkat dan belum pernah mendapatkan pelatihan yang spesifik terhadap penyakit tertentu khususnya hipertensi. Pemantauan kesehatan khususnya hipertensi pada lansia dilakukan oleh kader hanya pada saat kegiatan Posyandu lansia dan tidak dilakukan tindak lanjut terhadap lansia yang memiliki hipertensi. Kader kesehatan lansia seyogyanya memiliki peranan penting dalam upaya meningkatkan kesehatan di masyarakat. Hipertensi seringkali tanpa gejala, sehingga kurang memotivasi seseorang untuk mencari pengobatan, dan seringkali tanda gejala tersebut diabaikan dan percaya bahwa tidak ada masalah dengan tekanan darah yang tinggi (Lewis, Dirksen, Heitkemper, & Bucher, 2017). Peran serta kader terhadap pengendalian hipertensi terutama dalam hal peningkatan kesehatan dan penggerak perilaku hidup sehat sangat diperlukan, agar tidak terjadi tingkat keparahan dan risiko hipertensi. Kader kesehatan memiliki peranan penting dalam penatalaksanaan hipertensi di masyarakat, mulai dari pendataan, pengawasan atau pemantauan dan pendidikan kesehatan kepada masyarakat terkait hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh positif dan signifikan secara statistik peran kader kesehatan terhadap perilaku pengendalian hipertensi (Setianingsih & Ningsih, 2019). Berdasarkan fenomena tersebut maka peran kader menjadi sangat vital, sehingga kader harus mampu memahami kondisi hipertensi dengan baik, serta mengetahui terapi komplementer yang mungkin dapat dilakukan pada pasien hipertensi. Perlu dilakukan pemberdayaan kader lansia dalam manajemen perawatan hipertensi lansia berbasis terapi komplementer.

## **TUJUAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan pada kader lansia dalam managemen perawatan hipertensi lansia berbasis terapi komplementer di Desa Blahbatuh, Kecamatan Blahbatuh Kabupaten Gianyar Provinsi Bali. Sehingga upaya kesehatan masyarakat secara preventif/promotif, kuratif dan rehabilitatif dapat dilaksanakan dengan lebih optimal.

## **METODE**

Program Kemitraan kepada Masyarakat (PKM) ini dilakukan pada kader kesehatan lansia di Desa Blahbatuh, Kabupaten Gianyar, Provinsi Bali dengan menggunakan pendekatan *Participatory Learning and Action*. Kegiatan yang dilakukan berupa penyuluhan kesehatan serta pelatihan pemeriksaan fisik dan terapi komplementer sederhana (bekam, acupressure dan massage). Pengabdian ini diikuti oleh kader lansia sejumlah 27 orang. Terdapat beberapa alat kesehatan dan instrumen pengukuran yang digunakan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini antara lain kuisioner tingkat pengetahuan hipertensi dan terapi komplementer, leaflet edukasi, alat terapi bekam, acupressure, dan massage. Adapun tahapan pelaksanaan dari kegiatan PKM yaitu:

1. Skrining pengetahuan Kader lansia dengan kuisioner tentang pengetahuan manajemen hipertensi dan terapi komplementer pada hari Senin, 12 Desember 2022. Kegiatan ini dilakukan melalui pengisian kuisioner oleh 27 orang kader serta dibantu oleh 3 orang fasilitator kegiatan.

2. Penyuluhan materi managemen perawatan hipertensi lansia berbasis terapi komplementer pada hari Senin, 12 Desember 2022. Penyuluhan dilakukan dengan bantuan media leaflet serta penampilan media presentasi menggunakan proyektor.
3. Penyuluhan kebijakan terapi komplementer dalam layanan kesehatan dasar pada hari Selasa, 13 Desember 2022. Penyuluhan dilakukan dengan bantuan media leaflet serta penampilan media presentasi menggunakan proyektor.
4. Melatih kader dalam melakukan pemeriksaan fisik sederhana melalui mekanisme 5 Meja pada hari Selasa, 13 Desember 2022. Metode yang digunakan pada pelatihan ini adalah simulasi pada probandus. Pemateri memperagakan teknik-teknik dasar pengkajian hipertensi pada lansia.
5. Mensimulasikan beberapa jenis terapi komplementer yang digunakan untuk managemen perawatan hipertensi lansia (terapi bekam, *acupressure*, dan *massage*) pada hari Selasa, 13 Desember 2022. Simulasi terapi komplementer diantaranya *massage*, akupressur dan bekam telah berjalan dengan lancar dan tertib. Saat simulasi dibantu oleh 1 probandus dari peserta, selesai simulasi panitia memberikan kesempatan kepada tiga peserta untuk mengulang terapi komplementer yang telah disimulasikan untuk mengevaluasi kegiatan.



**Gambar 1.** Kegiatan Penyuluhan



**Gambar 2.** Kegiatan Simulasi Pemeriksaan Fisik

## **HASIL**

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema pemberdayaan kader lansia dalam managemen perawatan hipertensi lansia berbasis terapi komplementer dengan

sasaran kader lansia berjalan dengan lancar dan tertib. Kegiatan telah terlaksana dari tanggal 12-13 Desember 2022 bertempat di Kantor Desa Blahbatuh Gianyar dihadiri oleh 27 kader lansia. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dibuka oleh Kepala Prebekel Blahbatuh, perawat Puskesmas Blahbatuh II Gianyar, Dosen, mahasiswa serta para Kader lansia. Adapun hasil pengkajian tingkat pengetahuan kader tentang hipertensi dan terapi komplementer yaitu sebagai berikut:

**Tabel 1.** Hasil Pengukuran Pengetahuan Kader Posyandu Lansia dan Managemen Perawatan Hipertensi Lansia Berbasis Terapi Komplementer (n=27)

Tingkat Pengetahuan	Sebelum Penyuluhan f(%)	Setelah Penyuluhan f(%)
Baik	5(18,5%)	16(59,3%)
Cukup	12(44,5%)	11(47,7%)
Kurang	10(37%)	0(0%)

Pada tabel 1 didapatkan bahwa sebagian besar pengetahuan kader lansia sebelum diberikan penyuluhan yaitu cukup sebanyak 12 orang (44.45%) sedangkan setelah diberikan terapi komplementer sebagian besar tingkat pengetahuan kader lansia menjadi baik sebanyak 16 orang (59.26%).

## PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat yang dilakukan melalui pemberian edukasi tentang hipertensi dan terapi komplementer pada kader lansia di Desa Blahbatuh mengindikasikan terdapat perubahan pengetahuan kader sebelum diberikan edukasi dibandingkan dengan setelah diberikan edukasi. Setelah diberikan edukasi sebagian besar memiliki pengetahuan yang baik dimana sebelumnya memiliki tingkat pengetahuan yang cukup dan kurang. Pemberian edukasi yang diberikan melalui media leaflet ini membantu kader untuk lebih mudah mengidentifikasi kondisi hipertensi dan terapi komplementer yang mungkin dapat diberikan sesuai dengan kondisi lansia. Kegiatan penyediaan media promosi kesehatan berupa leaflet dan lembar balik dilakukan sebagai langkah untuk mendukung peran aktif kader Posyandu lansia dalam upaya promosi dan prevensi kesehatan melalui penyuluhan kesehatan. Pemanfaataan media penyuluhan yang baik terbukti efektif meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktik seseorang. Sebuah studi menemukan edukasi menggunakan metode ceramah dan leaflet dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan tindakan seseorang dalam pengobatan (Susanti, 2022).

Kegiatan lain yang dilakukan yaitu dengan memberikan penyegaran dan pelatihan bagi kader. Salah satu strategi upaya peningkatan cakupan kunjungan lansia ke posyandu lansia dilakukan melalui pembekalan keterampilan kader dengan pelatihan. Jika kader memiliki pengetahuan dan keterampilan yang cukup maka diharapkan kader mampu mempunyai kemampuan yang baik dalam melakukan konseling kesehatan bagi lansia dan mampu mengambil keputusan dengan baik. Pelatihan kader posyandu lansia dilakukan beberapa tahap. Pelatihan pertama dilakukan untuk membekali kader tentang manajemen masalah kesehatan lansia dengan hipertensi berbasis komplementer, teknik pemeriksaan fisik pada lansia dan terapi komplementer. Pelatihan mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posbindu (Fatmawati & Nasution, 2012). Setelah dilakukan pelatihan pada kader posyandu lansia di Kantor Desa Blahbatuh Gianyar, hasil evaluasi menunjukkan peningkatan keterampilan kader dalam melakukan manajemen hipertensi berbasis komplementer. Seluruh kader posyandu mampu mendemonstrasikan jenis terapi komplementer yang digunakan untuk manajemen perawatan hipertensi lansia dan mampu melakukan pemeriksaan fisik



sederhana. Hal ini sejalan dengan temuan sebuah studi yang menyatakan kader yang memperoleh pelatihan akan mengaplikasikan ilmunya dengan baik (Noprida et al., 2022).

Peran kader kesehatan lansia menjadi sangat penting karena sebagai ujung tombak pembinaan kesehatan lansia di masyarakat. Kader dapat berperan dalam penyuluhan, penggerakan masyarakat, membantu pelayanan serta pendampingan terhadap lansia dan keluarganya. Untuk itu penting bagi kader memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam menjalankan perannya di masyarakat. Seorang kader kesehatan lansia diharapkan dapat melakukan pemantauan hipertensi secara berkelanjutan (*continuity of care*), sehingga tidak hanya dilakukan saat kegiatan Posyandu Lansia. Hasil penelitian didapatkan ada perbedaan bermakna status kesehatan lansia sebelum dan sesudah penerapan model *continuity of care* pada kelompok intervensi (Riasmini, 2021). Setelah dilakukan pengabdian masyarakat maka diperoleh beberapa manfaat baik langsung maupun tidak langsung. Manfaat yang diperoleh adalah peningkatan jumlah kader lansia yang aktif, tersedianya media promosi kesehatan, peningkatan pengetahuan dan ketrampilan kader posbindu lansia tentang penanganan masalah kesehatan lansia. Peningkatan pengetahuan dan ketrampilan kader kesehatan tentang pengolahan bahan herbal, peningkatan pendapatan kader kesehatan dan dana sehat warga serta peningkatan partisipasi lansia dalam mengikuti kegiatan posbindu lansia.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terima kasih disampaikan kepada STIKES Wira Medika Bali, Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat STIKES Wira Medika Bali, Kepala Desa Blahbatuh dan Puskesmas 2 Blahbatuh, serta Kader Posyandu Lansia.

## **KESIMPULAN**

Kegiatan penyegaran kader kesehatan dalam managemen hipertensi berbasis komplementer merupakan suatu sarana untuk dosen, mahasiswa dan masyarakat sebagai sarana untuk menjembatani transfer perilaku hidup sehat. Dengan kegiatan ini diharapkan semua masyarakat bias memanfaatkan terapi komplementer untuk menangani hipertensi.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Antara, I. P. (2022). BKKBN: Jumlah Lansia Meningkat Hingga Mencapai 19,9 Persen Pada 2045. *Media Indonesia*. Retrieved from <https://mediaindonesia.com/humaniora/529728/bkkbn-jumlah-lansia-meningkat-hingga-mencapai-199-persen-pada-2045>
- Badan Pusat Statistik. (2019). *Statistik Penduduk Lanjut Usia Di Indonesia 2019*,. Jakarta: Kepala Biro Humas dan Hukum Badan Pusat Statistik.
- Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2020). *Profil Kesehatan Provinsi Bali 2019*. Denpasar.
- Fatmah, & Nasution, Y. (2012). Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Kader Posbindu dalam Pengukuran Tinggi Badan Prediksi Lansia, Penyuluhan Gizi Seimbang dan Hipertensi Studi di Kecamatan Grogol Petamburan, Jakarta Barat. *Media Medika Indonesiana*, 46(1), 61–68.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018. In *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Jakarta.

- Lewis, S. L., Dirksen, S. R., Heitkemper, M. M., & Bucher, L. (2017). *Medical Surgical Management of Clinical Problems* (10th ed.) (10th ed.). St. Louis, Missouri: Elsevier Inc.
- Menteri Kesehatan Republik Indonesia. *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2016 Tentang Rencana Aksi Nasional Kesehatan Lanjut Usia Tahun 2016-2019*, , Pub. L. No. 25/2016 (2016). Indonesia: Hukor.Kemkes.go.id.
- Ningsih, E. S., Aisyah, S., Rohmah, E. N., & Sandana, K. N. S. (2022). Peningkatan Peran Kader Dalam Posyandu Lansia. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia*, 2(1), 191–197.
- Noprida, D., Polapa, D., Imroatun, T., Agustia, W., Sutini, T., Purwati, N. H., & Apriliawati, A. (2022). Pengaruh Pelatihan Kader Posyandu Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Skrining Pertumbuhan dan Perkembangan Balita dengan KPSP Wilayah Pasar Rebo. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas*, 1(02), 62–68.
- P2PTM Kemenkes RI. (2019). Hari Hipertensi Dunia 2019: “Know Your Number, Kendalikan Tekanan Darahmu dengan CERDIK.”. - Direktorat P2PTM. *Kementerian Kesehatan RI*. Retrieved from <https://p2ptm.kemkes.go.id/tag/hari-hipertensi-dunia-2019-know-your-number-kendalikan-tekanan-darahmu-dengan-cerdik>
- Riasmini, N. M. (2021). *Peningkatan Status Kesehatan Lansia Dengan Hipertensi Melalui Model Continuity of Care Berbasis Pemberdayaan Kader Dan Lansia*.
- Setyaningsih, R., & Ningsih, S. (2019). Pengaruh Motivasi, Dukungan Keluarga Dan Peran Kader Terhadap Perilaku Pengendalian Hipertensi. *Indonesian Journal On Medical Science*, 6(1), 79–85.
- Sukmadi, A., Alifariki, L. O., Arfini Kasman A, I. M., & Siagian, H. J. (2021). Terapi Akupresur Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 109–114. <https://doi.org/10.25047/jkes.v9i2.224>
- Susanti, N. (2022). Efektivitas Metode Ceramah dan Media Leaflet Terhadap Sikap dan Pengetahuan Ibu terhadap Pijat bayi. *EBJ( Evidance Bassed Journal)*, 1(1), 28–33.
- Yonata, A., & Pratama, A. S. P. (2016). Hipertensi sebagai Faktor Pencetus Terjadinya Stroke. *Jurnal Majority*, 5(3), 17–21.