

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA VIDEO
ANIMASI TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN PRA LANSIA
TENTANG PENCEGAHAN HIPERTENSI DI DESA JUMANTORO
KABUPATEN KARANGANYAR**

NASKAH PUBLIKASI

Untuk Memenuhi Persyaratan Mencapai Sarjana Keperawatan



Disusun Oleh :

Siska Oktarina

NIM.S19043

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA

2023

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA 2023

Siska Oktarina¹, Nurul Devi Ardiani², Rufaida Nur Fitriana³

- 1). Mahasiswi Prodi Sarjana Keperawatan Universitas Kusuma Husada Surakarta
- 2). Dosen Prodi Sarjana Keperawatan Universitas Kusuma Husada Surakarta
- 3). Dosen Prodi Sarjana Keperawatan Universitas Kusuma Husada Surakarta

Email : siska.oktarina01@gmail.com

PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA VIDEO
ANIMASI TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN PRA LANSIA
TENTANG PENCEGAHAN HIPERTENSI DI DESA JUMANTORO
KABUPATEN KARANGANYAR

ABSTRAK

Hipertensi atau yang sering dikenal dengan tekanan darah tinggi merupakan penyakit tidak menular. Upaya untuk mengurangi kasus hipertensi pada lanjut usia dapat dilakukan dengan meminimalisir kejadian hipertensi pada pra lansia. salah satu upaya untuk pengendalian hipertensi yaitu dengan cara meningkatkan pengetahuan pencegahan hipertensi melalui pemberian pendidikan kesehatan. Salah satu media yang cukup relevan dalam menambahkan pengetahuan adalah video animasi. Video animasi terdapat gerakan gambar dan suara, serta dapat memberikan stimulus yang lebih besar karena kesan impresif bagi penontonnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan dengan media video animasi terhadap tingkat pengetahuan pra lansia tentang pencegahan hipertensi di desa jumantoro kabupaten karanganyar.

Pada penelitian ini menggunakan desain penelitian pre eksperimental dengan pendekatan *one grup pre test and post test design*. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan *non probability sampling* dengan Jumlah sampel 61 responden. Analisis data dengan menggunakan uji *Wilcoxon*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media video animasi adalah tingkat pengetahuan baik sebanyak 29 responden (47,5%) dan tingkat pengetahuan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan media video animasi adalah tingkat pengetahuan baik sebanyak 48 responden (78,7%). Hasil uji *Wilcoxon* terdapat pengaruh *pre test* dan *post test* dengan nilai *P value* 0,000. Hal ini berarti nilai $p < 0,05$ yang artinya terdapat pengaruh tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan media video animasi terhadap tingkat pengetahuan pra lansia tentang pencegahan hipertensi.

Kata Kunci : Pencegahan Hipertensi, Pra Lansia, Pendidikan Kesehatan, Video Animasi, Tingkat Pengetahuan

Daftar pustaka : 29 (2010-2023)

NURSING STUDY PROGRAM OF UNDERGRADUATE PROGRAMS
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
UNIVERSITY OF KUSUMA HUSADA SURAKARTA 2023

Siska Oktarina¹, Nurul Devi Ardiani², Rufaida Nur Fitriana³

- ¹) Student of Nursing Study Program of Undergraduate Programs, University of Kusuma Husada Surakarta
²) Lecturer of Nursing Study Program of Undergraduate Programs, University of Kusuma Husada Surakarta
³) Lecturer of Nursing Study Program of Undergraduate Programs, University of Kusuma Husada Surakarta

Email : siska.oktarina01@gmail.com

THE EFFECT OF HEALTH EDUCATION USING ANIMATION VIDEO
MEDIA ON THE LEVEL OF PRE-ELDERLY KNOWLEDGE ABOUT
HYPERTENSION PREVENTION IN JUMANTORO VILLAGE OF
KARANGANYAR DISTRICT

ABSTRACT

Hypertension or high blood pressure is a non-communicable disease. Efforts to reduce cases of hypertension are by minimizing the incidence of hypertension in the elderly. One of the efforts to manage hypertension is to improve knowledge of hypertension prevention through health education. One of the relevant media for improving knowledge is animated videos. Animated videos include moving pictures and sounds and provide a more prominent stimulus because of the impressive impression on the audience. The study aimed to determine the effect of health education using animated video media on the level of pre-elderly knowledge about hypertension prevention in Jumantoro Village of Karanganyar Regency.

The study adopted a pre-experimental research design with a one-group pre-test and post-test design approach. Sampling used non-probability sampling with 61 respondents. Data analysis utilized the Wilcoxon test.

The results presented that the knowledge level in pre-health education using video animation media had a good level with 29 respondents (47.5%). The knowledge level in post-health education with animated video media had good level with 48 respondents (78.7%). The results of the Wilcoxon test revealed the effect of the pre-test and post-test with a P value of 0.000. P-value <0.05, there was an effect on the knowledge level of pre- and post-health education with animated video media on the level of pre-elderly knowledge about hypertension prevention.

Keywords: Prevention of Hypertension, Pre-Elderly, Health Education, Animation Video, Level of Knowledge

Bibliography: 29 (2010-2023)

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah penyebab utama kematian dini di seluruh dunia, ketika tekanan darah yang berada di atas rentang normal dimana sistol >120 dan diastol >90 mmHg maka seseorang tersebut dapat dikatakan hipertensi (WHO, 2021). Dari data WHO prevalensi hipertensi secara global pada tahun 2019 yaitu sebesar 22%, dimana Asia Tenggara menempati urutan ketiga dengan prevalensi sebesar 25%, dan prevalensi di Indonesia sebesar 34,11%. Sedangkan di provinsi Jawa Tengah menempati peringkat keempat pada kasus terjadinya peningkatan hipertensi yaitu sebesar 40,67% (KemenKes RI, 2018). Berdasarkan data dari puskesmas Jumapolo di kabupaten Karanganyar kasus hipertensi pada tahun 2022 sebesar 77,71 % dan pada desa Jumantoro kecamatan Jumapolo kasus hipertensi pada tahun 2022 sebesar 811 jiwa. Dari data Puskesmas Jumapolo jumlah pra lansia di dua dusun desa Jumantoro berjumlah 188 jiwa dan jumlah pra lansia yang menderita hipertensi sebesar 33 jiwa sedangkan jumlah pra lansia yang tidak menderita hipertensi sebesar 155 jiwa.

Lewis, Bucher, Heitkemper, & Harding (2017) menyatakan salah satu faktor resiko hipertensi adalah status sosial ekonomi, seseorang dengan status sosial ekonomi yang rendah dan pengetahuan yang rendah beresiko terkena hipertensi. Salah satu permasalahan pada saat ini bahwa pra lansia mulai dari umur 45 – 59 tahun sudah banyak mengalami penyakit hipertensi (Shanty, 2018). Upaya untuk mengurangi kasus hipertensi pada lanjut usia dapat

dilakukan dengan meminimalisir kejadian hipertensi pada pra lansia. salah satu upaya untuk pengendalian hipertensi yaitu dengan cara meningkatkan pengetahuan pencegahan hipertensi (Erika, 2021). Notoatmodjo (2012) menyatakan bahwa pendidikan kesehatan merupakan sebuah proses yang bisa menaikkan derajat kesehatan seorang individu.

Video animasi merupakan alat untuk menambah pengetahuan yang berupa gambar. Dengan menggunakan media video animasi ini dapat menimbulkan minat masyarakat untuk memperhatikan objek tersebut, setelah menarik perhatian masyarakat maka masyarakat secara spontan memperhatikan video animasi tersebut, sehingga dapat munculnya perubahan yang meningkat dari sebelumnya (Azhari, 2020). Adapun kelebihan video animasi yaitu menambah pengetahuan yang lebih mudah dipahami karena informasi yang diberikan tidak monoton dan penonton hanya melihat dan mendengarkan karena didalam media video animasi tersebut sudah terdapat gambar bergerak dan suara (Rahayu, 2020).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan melalui survey dan wawancara yang telah dilakukan di desa Jumantoro dengan kepala desa serta kepala dusun pada tanggal 1 Desember 2022 diperoleh data bahwa di desa tersebut belum pernah dilakukan penyuluhan mengenai pencegahan hipertensi pada masyarakat khususnya pada pra lansia. Dari hasil survey dan wawancara kepada 10 pra lansia yang

tidak menderita hipertensi di desa Jumantoro diperoleh data 7 orang diantaranya belum mengetahui tentang pencegahan dan penyebab hipertensi, tetapi 3 orang diantaranya sudah ada yang mengetahui mengenai penyebab dan cara mencegah hipertensi karena pernah mendengar informasi dari televisi. Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Animasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Pra Lansia Tentang Pencegahan Hipertensi Di Desa Jumantoro Kabupaten Karanganyar”.

METODOLOGI PENELITIAN

Pada penelitian ini menggunakan desain penelitian pre eksperimental dengan pendekatan *one grup pre test and post test design*. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan *non probability sampling* dengan Jumlah sampel 61 responden. Analisis data dengan menggunakan uji *Wilcoxon*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang didapat pada penelitian ini meliputi :

Tabel 4.1 Karakteristik Usia Responden

Karakteristik	Mean	Median	Max	Min	Std deviasi
Usia	52.49	53.00	59	45	3.957

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 4.1 diatas menunjukkan bahwa rata-rata usia responden adalah 52,49 tahun dengan usia tertua 59 tahun dan usia termuda 45 tahun. Berdasarkan penelitian Erika (2021) tentang promosi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan pencegahan hipertensi

menunjukkan bahwa mayoritas usia responden pada kategori pra lansia yang berjumlah 62 responden (63,9%), pada masa pra lansia yaitu pada usia 46-55 tahun dapat mempengaruhi kemampuan seseorang untuk menerima informasi yang diberikan. Penelitian yang dilakukan Luthfiani (2020) tentang penyuluhan menggunakan media audio visual terhadap pengetahuan pra lansia menunjukkan bahwa mayoritas dalam penelitiannya pra lansia berusia 45-59 tahun yaitu 212 responden.

Peneliti menyimpulkan pada usia pra lansia mulai dari 45-59 tahun dimana masa tersebut seseorang untuk mempersiapkan diri dalam mencapai usia lanjut karena pada masa tersebut memungkinkan pra lansia lebih banyak menerima informasi dan pengalaman sehingga pengetahuan yang dimiliki bertambah, pada usia pra lansia juga dianggap sebagai usia yang sudah mampu berpikir dan menentukan pilihan untuk melakukan pencegahan hipertensi.

Tabel 4.2 Karakteristik Jenis Kelamin Responden

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
Perempuan	44	72,1
Laki-laki	17	27,9
Total	61	100

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar jenis kelamin responden adalah perempuan sebanyak 44 responden (72,1%). Berdasarkan penelitian Pakpahan (2019) tentang hubungan pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan pencegahan hipertensi menunjukkan bahwa mayoritas

responden mempunyai jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 67 responden (67,7%). Peneliti menyimpulkan bahwa pada penelitian ini mayoritas pra lansia perempuan lebih banyak daripada laki-laki karena pra lansia perempuan lebih tertarik untuk mengikuti penelitian dibandingkan dengan pra lansia laki-laki, selain itu pra lansia perempuan lebih banyak dari pada pra lansia laki-laki pada wilayah tersebut dengan presentasi pra lansia perempuan sebanyak 72,1%.

Tabel 4.3 Karakteristik Tingkat Pendidikan Responden

Tingkat Pendidikan	Frekuensi	Presentase (%)
SD	31	50,8
SMP	21	34,4
SMA	9	14,8
Total	61	100

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 4.3 diatas menunjukkan bahwa rata-rata tingkat pendidikan responden paling banyak lulusan SD sebanyak 31 responden (50,8%). Berdasarkan penelitian Asih (2021) tentang peningkatan pengetahuan lansia tentang hipertensi melalui *health education* menunjukkan bahwa mayoritas pendidikan terakhir responden yaitu lulusan SD sebanyak 14 responden (43,8%). Tingkat pendidikan adalah salah satu faktor pendukung agar informasi yang diperoleh dapat berpengaruh terhadap pengetahuan seseorang (Notoatmodjo, 2014).

Peneliti menyimpulkan bahwa untuk pendidikan pra lansia lebih banyak adalah sekolah dasar hal ini dikarenakan menurut wawancara dari beberapa responden

waktu itu pendidikan tinggi tidak diperlukan dan cukup sampai SD dan belum seperti saat ini sekolah sudah banyak didirikan dan penganjuran untuk sekolah tinggi sudah di fasilitasi sedangkan pada waktu mereka muda semua itu belum tersedia sehingga menurut responden dengan pendidikan SD sudah cukup untuk bisa baca dan tulis.

Tabel 4.4 Tingkat Pengetahuan Pra Lansia Sebelum Dilakukan Intervensi

Variabel	Frekuensi	(%)
<i>Pre Test</i> Tingkat Pengetahuan		
Baik	29	47,5
Cukup	19	31,1
Kurang	13	21,3
Total	61	100

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa 61 total responden *pre test* tingkat pengetahuan berada dalam kategori baik yaitu sebanyak 29 responden (47,5%), tingkat pengetahuan dalam kategori cukup yaitu sebanyak 19 responden (31,1) dan tingkat pengetahuan dalam kategori kurang yaitu sebanyak 13 responden (21,3). Berdasarkan penelitian Sugiantini (2021) tentang pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan lansia mengenai pencegahan hipertensi menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan responden yang memiliki pengetahuan baik yaitu sebanyak 11 responden (25,6%), Pengetahuan merupakan hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang atau hasil tahu seseorang indera yang dimilikinya. Pengetahuan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya faktor pendidikan,

Semakin tinggi pendidikan maka akan semakin besar pula tingkat pengetahuannya (Notoatmodjo, 2014). Peneliti menyimpulkan dari hasil penelitian sebelum dilakukan pemberian pendidikan kesehatan dengan media video animasi kurangnya pengetahuan pra lansia mengenai pencegahan hipertensi disebabkan karena beberapa faktor, salah satunya faktor pendidikan karena semakin tinggi pendidikan maka akan semakin besar pula tingkat pengetahuannya, dan pada desa Jumantoro belum pernah diberikan pendidikan kesehatan mengenai pencegahan hipertensi sehingga masyarakat khususnya pra lansia pada desa tersebut belum memahami bagaimana cara mencegah hipertensi.

Tabel 4.5 Tingkat Pengetahuan Pra Lansia Setelah Dilakukan

Variabel	Frekuensi	(%)
Pre Test Tingkat Pengetahuan		
Baik	48	78,7
Cukup	10	16,4
Kurang	3	4,9
Total	61	100

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan bahwa 61 total responden *post test* tingkat pengetahuan pra lansia berada dalam kategori baik yaitu sebanyak 48 responden (78,7%), tingkat pengetahuan dalam kategori cukup yaitu sebanyak 10 responden (16,4%) dan tingkat pengetahuan dalam kategori kurang yaitu sebanyak 3 responden (4,9%). Berdasarkan penelitian Erika (2021) tentang promosi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan pencegahan hipertensi menunjukkan bahwa pengetahuan sesudah

diberikan promosi kesehatan yaitu dalam kategori baik sebanyak 73 responden (100,0%). Menurut Notoatmodjo (2014) pendidikan kesehatan merupakan suatu usaha untuk menyediakan kondisi psikologi dan sasaran agar seseorang mempunyai pengetahuan, sikap dan keterampilan yang sesuai dengan tuntutan nilai-nilai kesehatan. Peneliti menyimpulkan dari hasil penelitian sesudah dilakukan pemberian pendidikan kesehatan dengan media video animasi pengetahuan responden meningkat dipengaruhi oleh metode pendidikan kesehatan yang memberikan pengalaman belajar yang lebih bermakna dan memberikan stimulus yang lebih besar karena pesan berbentuk audio visual dan gerakan pada video animasi ini memberikan kesan impresif bagi penontonnya.

Tabel 4.6 Uji Wilcoxon

Variabel Pre Test	Post Test			Total	P- Value
	Kurang	Cukup	Baik		
Kurang	3(4,9%)	8(13,1%)	2(3,3%)	13(21,3%)	0,000
Cukup	0(0,0%)	2(3,3%)	17(27,9%)	19(31,2%)	
Baik	0(0,0%)	0(0,0%)	29(47,5%)	29(47,5%)	
Total	3(4,9%)	10(16,4%)	47(78,7%)	61(100,0%)	

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 4.6 diketahui bahwa tingkat pengetahuan pra lansia sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media video animasi adalah kurang dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan media video animasi mengalami perubahan menjadi tingkat pengetahuan baik sebanyak 29 (47,5%). Dari hasil analisis dengan uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa nilai *P-value* 0,000 ($p < 0,05$) yang artinya H_0 diterima dan H_a ditolak. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan

bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan dengan media video animasi terhadap tingkat pengetahuan pra lansia tentang pencegahan hipertensi di Desa Jumantoro Kabupaten Karanganyar. Adapun kelebihan media video animasi yaitu memotivasi masyarakat untuk memperhatikan karena menghadirkan daya tarik bagi penonton terutama video animasi yang dilengkapi dengan suara dan menambah pengetahuan yang lebih mudah dipahami karena informasi yang diberikan tidak monoton, penonton hanya melihat dan mendengarkan karena didalam media video animasi tersebut sudah terdapat gambar bergerak dan suara (Rahayu, 2020).

Berdasarkan penelitian Simamora (2019) Media video animasi dapat memberikan pengalaman belajar yang bermakna dan serta memberikan stimulus yang lebih besar karena pesan berbentuk audio visual dan gerakan pada video animasi ini memberikan kesan impresif bagi penontonnya (Wahyu, 2015).

Peneliti menyimpulkan dari penjelasan diatas bahwa memberikan pendidikan kesehatan dengan menggunakan media video animasi yang dilihat memudahkan pra lansia mendapatkan pembelajaran dengan basis yang menyenangkan dan tidak monoton serta dapat meningkatkan pengetahuan mengenai pencegahan hipertensi.

KESIMPULAN

1. Rata-rata usia responden 50-54 tahun sebanyak 24 responden (23,0%). Sebagian besar responden adalah

perempuan sebanyak 44 responden (72,1%). Sebagian besar responden berpendidikan SD sebanyak 31 responden (50,8%).

2. Tingkat pengetahuan responden sebelum diberikan pendidikan kesehatan dalam kategori kurang 13 responden (21,3%), kategori cukup 19 responden (31,1%) dan kategori baik 29 responden (47,5%).
3. Tingkat pengetahuan responden sesudah diberikan pendidikan kesehatan dalam kategori kurang 3 responden (4,9%), kategori cukup 10 responden (16,4%) dan kategori baik 48 responden (78,7%).
4. Adanya pengaruh pendidikan kesehatan dengan media video animasi terhadap tingkat pengetahuan pra lansia tentang pencegahan hipertensi dengan hasil uji *Wilcoxon* terhadap selisih antara sebelum dan sesudah mendapatkan pendidikan kesehatan diperoleh nilai dengan *P-value* 0,000.

SARAN

1. Manfaat Bagi Responden
Memberikan manfaat bagi responden dan sebagai evaluasi mengenai keefektifan menggunakan media video animasi terhadap tingkat pengetahuan tentang pencegahan hipertensi pada masyarakat.
2. Manfaat Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan dapat dijadikan sumber informasi dan salah satu cara untuk metode pendidikan kesehatan yang efektif terutama dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan hipertensi.

3. Manfaat Bagi Institusi pendidikan
Diharapkan dapat memberikan informasi dan menambah wawasan penelitian dibidang pendidikan kesehatan menggunakan media video animasi tentang pengetahuan hipertensi, serta memberikan perkembangan ilmu keperawatan komunitas terhadap tingkat pengetahuan hipertensi.
4. Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya
Diharapkan dapat sebagai data dasar tambahan untuk penelitian selanjutnya dan sebagai referensi untuk melakukan penelitian mengenai pencegahan hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Erika, C., & Rosallina, E. (2021). Pengaruh promosi kesehatan dengan media leaflet terhadap peningkatan pengetahuan pencegahan hipertensi pada lansia di Kampung Sawah Jakarta utara. *Carolus Journal of Nursing*. 4(1).
- Irianti, Chindra, Hersiana. (2021). Jurnal Riset Daerah. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang*
- Hipertensi Dengan Tindakan Pencegahan Hipertensi Di BPSTW Budi Luhur Bantul*. Vol. XXI, no. 3.
- Kemenkes R.I. (2018), *Laporan Nasional Riskesdas 2018*, Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes R.I. (2019). *Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Lewis, S. L., Bucher, L., Heitkemper, M. M., & Harding, M. M. (2017). *Medical Surgical Nursing*. United states of america: ELSEVIER.
- Luthfiani, Rani. (2021). *Jurnal Kesehatan Komunitas. Pengaruh Penyuluhan Dengan Menggunakan Media Video Terhadap Pengetahuan Pra Lansia Mengenai Hipertensi*. Vol. 17, no. 2.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pakpahan, Juwita, Yanti. (2020). *Ensiklopedia Of Journal. Hubungan Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Lansia Tentang Cara Pencegahan Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas*

*Panei Tengah Kabupaten
Simalungun Tahun 2019.*
Vol. 2, no. 4.

[http://journal.uinalauddin.ac
.id.](http://journal.uinalauddin.ac.id)

- Rahayu, A.I., Munifa., Ramadhani J. (2022). Pengaruh pemberian penyuluhan gizi menggunakan media video tentang higiene sanitasi dalam pengolahan makanan pada aula *catering service* di Kota Palangka Raya. *Jurnal Surya Medika*, 8(3), 210 – 217.
- Shanty, Sandra, T. W. (2018) ‘Faktor – faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada pra lansia (45-59 tahun) di posbindu aster’, *jurnal kesehatan budi luhur*, 10(2), p. 3. Available at: <http://dspace.lib.niigatau.ac.jp/dspace/bitstream/10191/2/h28ndk382.pdf>.
- Simomara, Roymond, Hamonangan., & Saragih, Ellyanor. (2019). *Jurnal Pendidikan dan Pemberdayaan Masyarakat*. Penyuluhan Kesehatan Masyarakat:Penatalaksanaan Perawatan Penderita Asam Urat Menggunakan Media Audiovisual. Vol. 6, no. 1.
- Sutria E & Insani A. (2017). Pengaruh Konsumsi Pisang Ambon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pra Lansia Hipertensi. *Journal Of Islamic Nursing*, Vol 1, No.1, Pp 33-41. Diakses pada tanggal 7 maret 2018, dari
- WHO. (2021). Q&As on Hypertension,<http://www.who.int/features/qa/82>.