

## ***KASMARAN “Health Cadre of Cardiovascular and Hypertension” with the Implementation of Health Promotion Model in Management Hypertension***

### **KASMARAN “Kader Sehat Jantung dan Sigap Hipertensi” dengan Penerapan Health Promotion Model dalam Pengendalian Hipertensi**

Mareta Dea Rosaline\*, Diah Tika Anggraeni, Nayla Kamilia Fitri, Fiora Ladesvita,  
Zhafira Zhafarina, & Tasya Putri

*Fakultas Ilmu Kesehatan, UPN Veteran Jakarta, Jalan Raya Limo No 7, Depok, Indonesia*

#### **Abstract**

Hypertension and heart disease are global health problems increasing morbidity in Indonesia. The partner problems that were resolved were related to strengthening and optimizing cadres in helping the government related to hypertension problems in the community. Management of hypertension is considered complex because blood pressure tends to be unstable. The purpose is to optimize the empowerment of cadres, Health Cadre of Cardiovascular and Hypertension (KASMARAN), with the application of the Health Promotion Model in the prevention and control of hypertension. KASMARAN was formed with the concept of, by, and for people with hypertension, meaning that trained cadres can quickly educate the public. The location is in Grogol Village, Depok City, West Java. The result is an increase in knowledge of cadres based on the pre-test and post-test results, as much as 93%. Health education is expected to create a healthy community so that it can increase knowledge, attitudes, and awareness to be able to prevent and control hypertension and heart disease

#### **Abstrak**

Hipertensi dan Jantung merupakan masalah kesehatan global berakibat peningkatan angka kesakitan di Indonesia. Permasalahan mitra yang diselesaikan terkait penguatan dan optimalisasi kader dalam membantu pemerintah terkait masalah hipertensi di masyarakat. Penanganan hipertensi dianggap kompleks karena tekanan darah cenderung tidak stabil. Tujuan pengabdian masyarakat ini bersama masyarakat untuk optimalisasi pemberdayaan kader yaitu Kader Sehat Jantung dan Sigap Hipertensi (KASMARAN) dengan Penerapan *Health Promotion Model* dalam pencegahan dan pengendalian hipertensi. KASMARAN dibentuk dengan konsep dari, oleh, dan untuk masyarakat penderita hipertensi, artinya, para kader yang sudah dilatih dapat sigap melakukan edukasi kepada masyarakat. Lokasi pengabdian di Kelurahan Grogol Kota Depok Jawa Barat. Hasil dari kegiatan ini bahwa terjadi peningkatan pengetahuan pada kader berdasarkan hasil pre-test dan post-test sebanyak 93 %. Pelatihan ini diharapkan dapat terwujud masyarakat yang sehat sehingga dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kesadaran untuk bisa melakukan pencegahan dan pengendalian hipertensi dan jantung.

*Keywords:* kader, hipertensi, *health promotion model*, jantung

#### **1. Pendahuluan**

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyebab kematian tertinggi di Indonesia. Penyakit jantung koroner merupakan penyebab kematian tertinggi, selanjutnya hipertensi, diabetes melitus dengan komplikasi, dan kanker (Kemenkes RI, 2020). Hipertensi merupakan faktor risiko terhadap kerusakan organ penting seperti otak, jantung, ginjal, retina, pembuluh darah besar (aorta) dan pembuluh darah perifer (McLean et al., 2016) Penyakit tidak menular di Kota Depok tahun 2020, hipertensi mencapai 20.309 kasus dan kardiovaskular sebanyak 5.161 kasus. Kedua penyakit

\* Corresponding author:

*E-mail address:* [maretarosaline@upnvj.ac.id](mailto:maretarosaline@upnvj.ac.id)

ini menjadi sepuluh besar penyakit di Kota Depok. Adapun sepuluh (10) besar penyakit terbanyak pada pasien rawat jalan Puskesmas di Kota Depok 2020, yaitu hipertensi primer (esensial) sebanyak 21,74 %, dan Gagal Jantung (1,17%) (Profil Kesehatan Kota Depok, 2020). UPTD Puskesmas Limo menyebutkan selama masa pandemic COVID 19, banyak pasien menderita penyakit tidak menular (PTM). Di wilayah Kerja Puskesmas Limo Kelurahan Grogol menunjukkan prevalensi hipertensi tertinggi yakni penyakit hipertensi (34%), lalu Diabetes Melitus (30%). Deteksi dini faktor risiko PTM dilakukan di Posbindu. Peran kader dalam Posbindu ini sangat penting dan harus didukung oleh pengetahuan dan keterampilan yang baik. (Nureni, Salham, & Amalinda, 2022). Permasalahan mitra yang terjadi adalah belum terpaparnya edukasi secara kontinyu dan berkesinambungan tentang kesehatan jantung dan hipertensi bagi kader Kesehatan di wilayah Kerja Puskesmas Limo, Kelurahan Grogol. Padahal peran kader Kesehatan sangat penting dalam pengendalian jantung dan hipertensi bagi masyarakat. Berdasarkan analisis situasi dan permasalahan diatas, tim pengabdian bertekad agar kader Kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Limo Kelurahan Grogol dapat menyadari bahaya dari hipertensi serta bagaimana pencegahan yang dapat dilakukan serta bagaimana penanganan dini jika terjadi penyakit jantung dan hipertensi. Permasalahan mitra yang diangkat untuk ditindak lanjuti melalui kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu kebanyakan dari penderita PTM memiliki pola hidup sehat yang tidak teratur disertai kurangnya melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Mengingat semasa pandemi ini banyak peraturan yang membatasi ruang gerak masyarakat. Sehingga, hal itu membuat masyarakat jarang beraktivitas dan berolahraga. Hal itu kemudian memicu munculnya beragam PTM di kalangan masyarakat. Secara umum dan mendasar beberapa permasalahan yang dihadapi oleh mitra sebagai berikut : (1) kurangnya pemahaman kader mengenai peran dan tugas yang dijalankan sebagai kader PTM khususnya hipertensi dan jantung, (2) Belum optimalnya pelatihan yang dilakukan oleh dinas terkait dalam upaya meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam melakukan pendampingan ke masyarakat hipertensi dan jantung, (3) Kurangnya pendampingan yang dilaksanakan oleh tenaga kesehatan kepada kader dalam rangka screening PTM dan pengawasan masyarakat yang menderita hipertensi dan jantung. Program pelatihan yang ditawarkan sebagai solusi dari permasalahan yang muncul diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader kesehatan untuk selanjutnya dapat mensosialisasikan kepada masyarakat dan keluarga, serta bersama keluarga dapat bekerjasama untuk melakukan bimbingan dan pendampingan masyarakat hipertensi dan jantung di wilayah kerja Puskesmas Limo Depok.

Permasalahan mitra yang akan diselesaikan yaitu terkait penguatan dan optimalisasi kader dan manajemen kader dalam membantu pemerintah terkait masalah hipertensi di masyarakat. Kader kesehatan adalah tenaga yang berasal dari masyarakat yang dipilih oleh masyarakat dan bekerja bersama untuk masyarakat secara sukarela. Kader kesehatan masyarakat adalah laki-laki atau wanita yang dipilih oleh masyarakat dan dilatih untuk menanggapi masalah- masalah kesehatan perseorangan maupun masyarakat setra untuk bekerja dalam hubungan yang amat dekat dengan tempat-tempat pemberian pelayanan kesehatan. Penanganan hipertensi dan lamanya pengobatan dianggap kompleks karena tekanan darah cenderung tidak stabil. (Vaura, Kauko, FinnGen, & Niiranen, 2022). Dukungan keluarga sangat dibutuhkan untuk membantu mengatasi hipertensi. Permasalahan mitra yang akan diselesaikan yaitu terkait penguatan dan optimalisasi kader dan manajemen kader dalam membantu pemerintah terkait masalah hipertensi di masyarakat. Penanganan hipertensi dan lamanya pengobatan dianggap kompleks karena tekanan darah cenderung tidak stabil. Dukungan keluarga sangat dibutuhkan untuk membantu mengatasi hipertensi. Penulis berinisiatif bersama masyarakat untuk optimalisasi pemberdayaan kader yaitu Kader Sehat Jantung dan Sigap Hipertensi (KASMARAN) dengan Penerapan *Health Promotion Model* dalam pencegahan dan pengendalian hipertensi. KASMARAN dibentuk dengan konsep dari, oleh, dan untuk masyarakat penderita hipertensi, artinya, para kader yang sudah dilatih dapat sigap melakukan edukasi kepada masyarakat. Harapannya melalui optimalisasi peran kader ini dapat dijadikan wadah pertemuan para penderita hipertensi untuk berbagi pengalaman dan saling mendukung penyembuhan sebagai bentuk pemberdayaan masyarakat dalam mengatasi hipertensi sehingga penderita hipertensi terhindar dari komplikasi komplikasi lanjut.

Program ini diharapkan mampu berperan sebagai media promosi dan prevensi perilaku masalah kesehatan di masyarakat khususnya penderita hipertensi. Penyediaan program yang berpihak pada masyarakat, mudah, murah, dan aman untuk dilakukan setiap waktu. Pemilihan metode pelatihan kader yang menggunakan internet atau berbasis IT dimasukkan karena adanya trend pada masa kini dengan adanya kemajuan teknologi. Hasil wawancara dengan warga didapatkan info bahwa hampir semua warga menggunakan handphone dalam kesehariannya. Kader merupakan bagian dari warga masyarakat sehingga kader juga memiliki handphone dan diharapkan handphone dapat digunakan dalam pencegahan penyakit di masyarakat (Bustamam, Fauziah, Savitri, & Al., 2022). Penggunaannya bisa digunakan untuk penyebaran promosi kesehatan. Pemberdayaan masyarakat adalah menjadi suatu bagian strategi dan program pemerintah. Optimalisasi dan pemberdayaan kader KASMARAN (Kader Sehat Jantung dan Sigap Hipertensi) dapat dilakukan dengan aplikasi health promotion model yang sudah banyak diterapkan di tatanan pelayanan kesehatan masyarakat di luar negeri. Model ini telah terbukti mampu meningkatkan peran serta masyarakat dalam perubahan

perilaku merokok. Berdasarkan riset yang dilakukan (Kholifah, Yumni, Minarti, & Susanto, 2017) menemukan HPM telah terbukti mampu meningkatkan status kesehatan masyarakat. Fokus kegiatan HPM meliputi 3 pilar yaitu pendidikan kesehatan, kewirausahaan dan pemberdayaan lingkungan

## 2. Metode

Kegiatan Pengabdian masyarakat ini meliputi tahap Persiapan, tahap Pelaksanaan, dan Tahap Evaluasi. Lokasi pengabdian di wilayah kerja Puskesmas Limo Kelurahan Grogol Kota Depok Jawa Barat dengan dengan jumlah kader sebanyak 30 orang.

### a. Tahap Persiapan

Persiapan sebelum pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat meliputi :

- 1) Melakukan koordinasi dengan kepala Puskesmas Limo Kota Depok dan Lurah Grogol Kota Depok untuk membantu dan mengoptimalkan program Posbindu PTM melalui pemberdayaan kader KASMARAN.
- 2) Melakukan Focus Group Discussion (FGD) pada kader kesehatan di kelurahan Grogol tentang optimalisasi peran kader dalam pengendalian hipertensi dan jantung.
- 3) Merangkul para warga untuk ikut bekerjasama dalam kegiatan pelatihan dan pembentukan kader KASMARAN.
- 4) Menghimpun materi untuk menyusun buku saku kader, booklet, dan media social instagram sebagai media edukasi.
- 5) Penyusunan PIN “KASMARAN“ sebagai simbol komitmen para kader sehat jantung dan sigap hipertensi.



**Gambar 1.** Buku saku dan Booklet KASMARAN

### b. Tahap Pelaksanaan

- 1) Pertemuan pertama memberikan sosialisasi penguatan tentang pentingnya peran kader kesehatan dalam “KASMARAN“ serta komitmen dari para kader dengan menyematkan pin sebagai simbol komitmen, memberikan pelatihan protokol Posbindu di masa pandemi, dan melakukan screening PTM hipertensi yang benar.



**Gambar 1.** Penyematan Pin Kader sebagai symbol komitmen Kader KASMARAN

- 2) Pertemuan kedua memberikan pelatihan terkait pendidikan kesehatan hipertensi dan jantung, diet hipertensi dan jantung, pelatiha senam hipertensi dalam maintenance tekanan darah dan pengendalian hipertensi.



**Gambar 2.** Penyampaian Materi Hipertensi dan Jantung

- 3) Pertemuan ketiga melakukan senam hipertensi, memberikan materi kewirausahaan dan pemberdayaan lingkungan terkait pengendalian hipertensi yakni pendampingan membuat tanaman toga hipertensi untuk menurunkan tekanan darah sesuai *evidence based practice*



**Gambar 3.** Senam Hipertensi

### c. Tahap Evaluasi

- 1) Kegiatan yang dilakukan pada tahap akhir ini adalah monitoring dan evaluasi. Monitoring dilakukan pada saat kader melakukan screening posbindu PTM. Evaluasi dilakukan dengan melihat bagaimana keberhasilan pelatihan kader serta meninjau kembali dari beberapa rangkaian kegiatan yang sudah dilaksanakan. Hal tersebut bertujuan untuk mengetahui seberapa jauh keberhasilan yang telah dicapai dari kegiatan tersebut, disertai dengan perbaikan-perbaikan terhadap kegiatan yang dirasa kurang optimal.
- 2) Memonitor kasus hipertensi dan jantung di Kelurahan Grogol
- 3) Memonitor kegiatan kader setiap bulan dalam pelaksanaan pelaksanaan "KASMARAN" secara berkelanjutan.



**Gambar 4.** Monitoring Evaluasi Kader KASMARAN

### 3. Hasil dan Pembahasan

Kader KASMARAN (kader sehat hipertensi dan jantung) terdiri dari 30 orang dan rekomendasi dari Ketua RW Pelatihan kader dilakukan dengan pemberian edukasi mengenai penyakit hipertensi dan jantung. Kader KASMARAN (Kader sehat hipertensi dan jantung) berfungsi untuk mengedukasi masyarakat terkait hipertensi dan jantung dan meningkatkan kesadaran masyarakat untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah, melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin, serta melakukan pencatatan dan pelaporan hasil pengukuran tekanan darah yang telah dilakukan secara rutin. Para kader KASMARAN akan diukur pengetahuannya menggunakan soal pre-post test dan diamati keterampilannya menggunakan lembar ceklist untuk menilai kemampuan kader tersebut. Kader KASMARAN kemudian diberikan buku panduan kader KASMARAN dan booklet hipertensi sebagai pedoman dalam pelaksanaan edukasi dan pengukuran tekanan darah kepada masyarakat di Kelurahan Grogol Kota Depok

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Hasil Pre-Post Test Pengetahuan Kader

No	Kategori	Jumlah	Presentase
1	Meningkat	28	93 %
2	Tetap	2	7 %
	Total	30	100%

Hasil pada Tabel 1 menunjukkan bahwa distribusi frekuensi dari hasil pre-post test pengetahuan kader menunjukkan sebanyak 28 kader (93%) mengalami peningkatan pengetahuan dan sebanyak 2 kader (7%) memiliki pengetahuan yang tetap. Hal ini dikarenakan kader diberikan edukasi tentang hipertensi setelah mengisi pretest. Media yang digunakan ketika edukasi adalah powerpoint dan booklet. Kader diberikan booklet sebagai buku saku untuk nantinya dapat dipelajari kembali. Berdasarkan hasil pre-post test dari kegiatan penyuluhan tersebut, maka dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan mengenai penyakit hipertensi terjadi peningkatan. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Ladesvita tahun 2021 bahwa hasil dari prepost test kegiatan penyuluhan menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan pada kader setelah pemberian materi (Ladesvita & Anggraeni, 2021). Berdasarkan penelitian Fadillah pada tahun 2022 di Kelurahan Gunung Paikat juga menunjukkan bahwa hasil pre-post test pada kegiatan penyuluhan terjadi peningkatan pengetahuan (Ahda Fadillah et al., 2022). Kegiatan edukasi mengenai hipertensi dan jantung memberikan pengaruh dalam peningkatan pengetahuan masyarakat. Edukasi merupakan cara yang digunakan untuk meningkatkan pengetahuan seseorang. Pengetahuan merupakan hasil tahu dan terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan ini juga merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (Zaenatasiah Ekawahyuni, 2016). Kegiatan selanjutnya yakni memberikan materi kewirausahaan dan pemberdayaan lingkungan terkait pengendalian hipertensi dan jantung yakni pendampingan membuat rebusan tanaman toga hipertensi yaitu tanaman seledri dan daun sirih untuk menurunkan tekanan darah sesuai *evidence based practice* (Handayani & Wahyuni, 2021). Berdasarkan kegiatan pengabdian yang meliputi pembentukan kader KASMARAN, pelatihan kader, dan pemeriksaan tekanan darah maka dapat diketahui bahwa dari kegiatan ini terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat pada hasil pre-post test. Hal ini disebabkan karena pemberian informasi yang lengkap terkait penyakit hipertensi dan jantung yang disampaikan pada saat melakukan penyuluhan. Informasi yang disampaikan disajikan dalam berbagai bentuk media informasi seperti booklet dan powerpoint sehingga kader kesehatan Kelurahan Grogol tertarik untuk melihat dan memahami informasi tersebut. Booklet juga merupakan media komunikasi yang bersifat promosi yang berbentuk cetakan yang bertujuan agar masyarakat yang sebagai objek dapat memahami pesan yang disampaikan melalui media booklet. Berdasarkan beberapa penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran melalui penggunaan booklet dapat meningkatkan pengetahuan (Nekada, Mahendra, Rahil, & Amigo, 2020). Berdasarkan penelitian Rehusisma pada tahun 2017 menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan booklet terhadap pemahaman pasien hipertensi (Rehusisma, Indriwati, & Suarsini, 2017).

Adapun hasil analisis pengaruh pelatihan KASMARAN (Kader sehat hipertensi dan jantung) terhadap pengetahuan kader di RW 006 Kelurahan Grogol Kota Depok adalah sebagai berikut:

**Tabel 2.** Pengaruh Pelatihan KASMARAN (Kader sehat hipertensi dan jantung) terhadap pengetahuan kader

Variabel	n	Mean	Standar Deviasi	P Value
Pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi KASMARAN	30	-5,100	1,325	0,000

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 30 orang kader rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan adalah -5.100 dengan standar deviasi 1.325, nilai P Value 0,000 lebih kecil dari 0,05  $\alpha$  yang artinya ada pengaruh

pelatihan KASMARAN terhadap pengetahuan kader di Kelurahan Grogol Kota Depok. Pelatihan yang disampaikan dapat meningkatkan pengetahuan peserta dibuktikan dengan respon yang cepat dalam menjawab semua pertanyaan yang diberikan dengan benar serta dapat langsung mempraktekkan kemampuan peserta dalam melakukan edukasi ke masyarakat. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini tentunya memiliki kelemahan dan kelebihan, untuk kelebihan dalam pelaksanaan kegiatan yaitu RW 006 memiliki kader hipertensi untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin, masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kesadaran untuk bisa merubah perilaku masyarakat untuk dapat melakukan pencegahan dan pengendalian hipertensi dan jantung. Adapun kelemahan dari kegiatan ini yaitu dan kurangnya kesadaran masyarakat untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin yang dilakukan oleh kader. Namun, tim pengabdian masyarakat mempunyai solusi untuk menanggulangi kelemahan atau kendala yang ada pada saat pelaksanaan kegiatan seperti melakukan follow up secara rutin kepada kader untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah. Selain itu, dengan mengikuti kegiatan sosial yang rutin dilakukan di RW 006 sehingga partisipasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat dapat meningkat.

#### 4. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di Kelurahan Grogol Kota Depok dengan Intervensi yang dilakukan berupa Pembentukan kader KASMARAN(Kader Sehat Jantung dan Sigap Hipertensi) dengan Penerapan Health Promotion Model dalam pengendalian Hipertensi sebagai upaya pemberdayaan masyarakat dalam pemantauan kejadian hipertensi pada masyarakat. Kegiatan pengabdian masyarakat ini menghasilkan output bahwa terjadi peningkatan pengetahuan pada kader serta masyarakat RW.006 Kelurahan Grogol Kota Depok mengenai penyakit hipertensi dan jantung berdasarkan hasil pre-test dan post-test. Selain itu, kader yang telah diberikan edukasi terkait hipertensi dan jantung harapannya dapat membantu melakukan pemantauan rutin dengan melakukan pemeriksaan tekanan darah pada masyarakat yang dilakukan sebulan sekali

#### Acknowledgements

Ucapan terimakasih penulis sampaikan kepada UPN Veteran Jakarta untuk melaksanakan kegiatan Pengabdian Masyarakat. Secara khusus ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada 1)Rektor UPN Veteran Jakarta, 2) Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) UPN Veteran Jakarta 3) Dekan Fikes UPN Veteran Jakarta, 4)Dinas Kesehatan Kota Depok , 5)Lurah Kelurahan Grogol Kota Depok, 6) Ka Puskesmas Limo Kota Depok, 7)Para Kader di RW 006 Kelurahan Grogol Kota Depok.

#### References

- Ahda Fadillah, N., Rahman, F., Sari Ayuningtias, S., Exavarani Susanto, W., Epidemiologi, D., Studi Kesehatan Masyarakat, P., ... Selatan, K. (2022). Pembentukan Kader Hipertensi Sebagai Upaya Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pemantauan Kejadian Hipertensi. *Journal.Ummat.Ac.Id*, 6(2), 714–720. Retrieved from <http://journal.ummat.ac.id/index.php/jpmb/article/view/8577>
- Bustamam, N., Fauziah, C., Savitri, P. M., & Al., E. (2022). Edukasi Menggunakan Sosial Media Dan Pelatihan Bagi Kader. *BERNAS : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(3), 434–440. <https://doi.org/10.31949/jb.v3i3.2902>
- Handayani, I., & Wahyuni, S. (2021). Efektivitas Daun Seledri terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Pembantu Berngam Kota Binjai Tahun 2021. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 6(2), 112. <https://doi.org/10.34008/jurhesti.v6i2.241>
- Kemkes. (2020). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Kementerian Kesehatan RI, 1(1), 1. <https://www.kemkes.go.id/article/view/19093000001/penyakit-jantung-penyebab-kematian-terbanyak-2-di-indonesia.html>
- Kholifah, S. N., Yumni, H., Minarti, & Susanto, T. (2017). Structural model of factors relating to the health promotion behavior of reproductive health among Indonesian adolescents. *International Journal of Nursing Sciences*, 4(4), 367–373. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2017.10.001>
- Ladesvita, F., & Anggraeni, D. T. (2021). *PENCEGAHAN COVID-19 PADA MASYARAKAT BERISIKO TINGGI*. 4(3), 565–573.
- McLean, G., Band, R., Saunderson, K., Hanlon, P., Murray, E., Little, P., ... Mair, F. S. (2016). Digital interventions

to promote self-management in adults with hypertension systematic review and meta-analysis. *Journal of Hypertension*, 34(4), 600–612. <https://doi.org/10.1097/HJH.0000000000000859>

- Nekada, C. D. Y., Mahendra, I. G. B., Rahil, N. R., & Amigo, T. A. E. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Penatalaksanaan Non Farmakoterapi Hipertensi Terhadap Tingkat Pengetahuan Kader Di Desa Wedomartani, Ngemplak, Sleman, Yogyakarta. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(2), 200–209. <https://doi.org/10.30994/jceh.v3i2.62>
- Nureni, Salham, M., & Amalinda, F. (2022). Peran Kader dalam Pelaksanaan Pos Pembinaan Terpadu Penyakit tidak Menular ( Posbindu Ptm ) di Rw 3 Ranontai , Kelurahan Pantoloan Boya , Kecamatan Tawaeli , Kota Palu The Role of Cadres Due to the Implementation of the Integrated Coaching of Non- Infecti. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 03(03), 139–145.
- Rehusisma, L. A., Indriwati, S. E., & Suarsini, E. (2017). Pengembangan Media Pembelajaran Booklet Dan Video Sebagai Penguatan. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 2(9), 1238–1243.
- Vaura, F., Kauko, A., FinnGen, & Niiranen, T. (2022). Polygenic Risk Scores Improve on Family History in Hypertension Risk Prediction. *Journal of the American College of Cardiology*, 79(9), 1463. [https://doi.org/10.1016/s0735-1097\(22\)02454-8](https://doi.org/10.1016/s0735-1097(22)02454-8)
- Zaenatasiah Ekawahyuni, A. (2016). Analisis Pengaruh Perilaku Pencegahan Hipertensi Berdasarkan Konsep Health Belief Model Dan Dukungan Sosial Pada Masyarakat Desa Baruh Jaya Propinsi Kalimantan Selatan Tahun 2015. *Universitas Airlangga*, 1–18.