

---

---

## Pendidikan dan Promosi Kesehatan Tentang Masalah Hipertensi dan Pola Hidup Bersih Sehat Pada Masyarakat

Nur Triningtias<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Universitas Nurul Hasanah Kutacane; Indonesia  
correspondence e-mail\*, [nurtriningtiasunh@gmail.com](mailto:nurtriningtiasunh@gmail.com)<sup>1</sup>

Submitted:

Revised: 2024/07/01;

Accepted: 2024/07/11;

Published: 2024/07/21

---

### Abstract

The purpose of public health promotion is to initiate good habits and behaviors so that public health can improve as early as possible. This study aims to determine the public response to health promotion and education around hypertension and a clean and healthy lifestyle. The technique used is the literature review methodology. Several previous studies have used other methodologies. Presentation materials about hypertension and its risk factors, such as power point files, LCDs, and projector screens, are some of the tools used in health promotion initiatives to avoid hypertension. Blood pressure checks and counseling are usually the first steps in the health promotion process to adopt a clean and healthy lifestyle (PHBS), which is then followed by conversations and question and answer sessions. With this, the researcher concludes that health education and promotion in the community are continuously needed. Many people are not yet aware of the need to carry out health education and socialization, on an ongoing basis, so this is not only done by educational institutions. Moreover, education and promotion about the problem of hypertension and a clean and healthy lifestyle in the community is an obligation of all parties and cross-sectoral, which is not only the community as an object. However, the community is also the subject of the importance of health so that it is continuously maintained periodically.

---

### Keywords

Education, Health Promotion, Hypertension, Clean and Healthy Lifestyle, Community



© 2024 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY SA) license, <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>.

---

## PENDAHULUAN

Jumlah penderita hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang jumlahnya terus meningkat setiap tahunnya di seluruh dunia.<sup>1</sup> Berdasarkan data historis, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar jiwa di seluruh dunia yang menderita hipertensi dan akan menyebabkan 9,4 juta kematian akibat masalah yang berkaitan dengan hipertensi. Berbagai survei yang dilakukan di Indonesia juga menunjukkan bahwa hipertensi masih cukup tinggi di Indonesia

---

<sup>1</sup> Tarigan, A.R., Lubis, Z., & Syarifah, Pengaruh pengetahuan, sikap dan dukungan keluarga terhadap diet hipertensi di Desa Hulu Kecamatan Pancur Baru tahun 2016, *Jurnal Kesehatan*, 2018, 9-17

saat ini. Berdasarkan Riskesdas 2018, sebanyak 34,11% penduduk Indonesia menderita hipertensi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Selain karena faktor usia, ada beberapa faktor risiko hipertensi yang dapat disebabkan oleh pola hidup yang buruk atau berubah. Pola hidup yang buruk seperti merokok, pola makan tidak sehat, jarang mengonsumsi buah dan sayur, serta terlalu banyak mengonsumsi garam atau natrium (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2017).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2018), hanya sekitar 5% penduduk Indonesia yang mengonsumsi buah dan sayur yang masuk dalam kategori layak. WHO menyarankan untuk mengonsumsi lima porsi buah dan sayur setiap hari agar asupannya tercukupi. Disarankan pula untuk melakukan aktivitas fisik secara teratur setiap hari guna meningkatkan kesehatan. Lebih lanjut, hanya 33,5% penduduk usia 10 tahun ke atas yang melakukan aktivitas fisik selama 30 menit setiap hari. Meningkatnya persentase perokok remaja dari 7,2% (2013) menjadi 9,1% (2018) memperburuk kondisi kesehatan yang buruk. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2019), semua faktor tersebut berkontribusi terhadap meningkatnya masalah kesehatan masyarakat PTM (diabetes melitus dan hipertensi) di Indonesia.

Mempromosikan kesehatan merupakan salah satu cara untuk menghentikan peningkatan jumlah penderita PTM. Tujuan dari promosi kesehatan adalah untuk memungkinkan setiap orang dan masyarakat berpartisipasi aktif dalam mengadopsi pilihan gaya hidup sehat. Lebih jauh, tujuan dari promosi kesehatan adalah untuk mengubah faktor risiko yang berkontribusi terhadap peningkatan penyakit kronis. Strategi untuk mempromosikan kesehatan yang dapat dipraktikkan meliputi pemberdayaan masyarakat, pendekatan sosial, dan dukungan sosial.

Melalui penerapan promosi kesehatan, individu dapat meningkatkan kontrol mereka terhadap beberapa variabel kesehatan, sehingga meningkatkan kesehatan semua orang. Program pencegahan penyakit dan promosi kesehatan difokuskan pada pemeliharaan kesehatan masyarakat. Diharapkan melalui promosi kesehatan, keterlibatan masyarakat akan terpicu dan masyarakat akan diberdayakan untuk mencapai tingkat kesehatan tertinggi.<sup>2</sup>

Promosi kesehatan merupakan salah satu strategi yang digunakan untuk menurunkan dan mengelola prevalensi hipertensi beserta dampaknya. Promosi kesehatan dilakukan untuk semua usia. Tujuan dari promosi kesehatan masyarakat adalah untuk memulai kebiasaan dan perilaku yang baik sehingga kesehatan masyarakat dapat meningkat sedini mungkin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui respons masyarakat terhadap promosi dan edukasi kesehatan seputar

---

<sup>2</sup> Susilowati, D., Promosi Kesehatan, Jakarta: Pusdik SDM Kesehatan Kemenkes RI, 2016.

hipertensi dan gaya hidup bersih dan sehat.

## **METODE**

Teknik yang digunakan adalah metodologi telaah pustaka. Beberapa penelitian terdahulu yang menggunakan metodologi lain. Materi presentasi tentang hipertensi dan faktor risikonya, seperti file power point, LCD, dan layar proyektor, merupakan beberapa alat yang digunakan dalam inisiatif promosi kesehatan untuk menghindari hipertensi. Pemeriksaan tekanan darah dan konseling biasanya merupakan langkah awal dalam proses promosi kesehatan untuk menjalani perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), yang kemudian diikuti dengan percakapan dan sesi tanya jawab.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat, kelompok, atau individu merupakan tujuan utama dari inisiatif promosi kesehatan. Pesan kesehatan masyarakat dapat meningkatkan kesadaran akan kesehatan yang baik dan tepat. Salah satu domain utama yang membentuk perilaku seseorang adalah pengetahuan, atau domain kognitif. Diharapkan bahwa informasi yang baik dan sikap optimis yang konstan akan memengaruhi perilaku seseorang, terutama perilaku yang berhubungan dengan kesehatan.<sup>3</sup> Hal ini menunjukkan bagaimana perilaku kesehatan individu dipengaruhi oleh promosi kesehatan.

### **Pendidikan dan Promosi Kesehatan Tentang Masalah Hipertensi Pada Masyarakat**

Dalam upaya memengaruhi perilaku hidup sehat, tingkat pengetahuan seseorang tentang pemeliharaan kesehatan sangatlah penting (Rahayu dkk, 2014). Melalui berbagai media dan sumber informasi promosi kesehatan, seperti penyuluhan kesehatan, masyarakat dapat mengetahui cara mencegah hipertensi. Penyuluhan informasi mengenai hipertensi dan cara pencegahannya, seperti menerapkan kebiasaan hidup sehat, seperti mengonsumsi makanan yang seimbang, berhenti merokok, berolahraga cukup, dan memantau kesehatan secara teratur, khususnya melalui pemeriksaan tekanan darah.<sup>4</sup>

---

<sup>3</sup> Notoadmodjo, S., Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan, Jakarta: Rineka Cipta. 2012

<sup>4</sup> Sofiana, L., Safitri, N.F.W., Mulyani, R.Y., & Muslih, I., Edukasi pencegahan hipertensi menuju lansia sehat di Dusun Tegaltandan, Desa Banguntapan, Bantul, *Dinamisia Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4, 2020.

Materi penyuluhan juga bertujuan untuk mendukung inisiatif Germas dari Kementerian Kesehatan Indonesia. Germas merupakan program promosi kesehatan PHBS berbasis masyarakat yang dirancang untuk menyebarkan kesadaran akan gaya hidup sehat,<sup>5</sup> ada tujuh langkah untuk mencapai kesehatan dalam Germas: berolahraga secara teratur, mengonsumsi buah dan sayur, menjauhi alkohol dan tembakau, memantau masalah kesehatan secara berkala, menerapkan kesehatan lingkungan, dan memanfaatkan jamban.

Menurut riset terdahulu, sebelum penyuluhan kesehatan dilaksanakan, hasil asesmen tingkat pengetahuan masyarakat menunjukkan kategori kurang, bahkan ada responden yang memiliki tingkat pengetahuan cukup namun tetap mengalami hipertensi. Keadaan ini disebabkan oleh pengetahuan yang terbatas pada tahu, yakni dari tingkat pengetahuan yang rendah sehingga belum dapat mencapai tahap asesmen dan hanya dapat mengingat item-item tertentu saja. Tingkat kemahiran pada saat dilakukan asesmen, seperti kemampuan mengukur kondisi tekanan darah pada saat tertentu. Pengetahuan, pemahaman, penerapan, analisis, sintesis, dan asesmen merupakan enam pembagian berurutan yang dibagi Bloom dalam ranah kognitif yang biasa disebut tingkat pengetahuan.<sup>6</sup>

Ranah kognisi yang paling tinggi adalah kemampuan evaluasi. Dalam hal ini, masyarakat ingin meningkatkan kemampuannya dalam mengatur tekanan darah. Hipertensi yang disebabkan oleh tekanan darah yang tidak terkontrol dapat menyebabkan berbagai masalah penyakit yang mematikan, seperti penyakit jantung dan stroke. Padahal, penanganan hipertensi dapat dilakukan dengan pendekatan yang sederhana, yakni perubahan gaya hidup. Mengurangi asupan garam hingga tidak lebih dari 6 gram per hari, menjalankan program penurunan berat badan, menghindari minuman berkafein, berhenti merokok dan alkohol, serta mendorong aktivitas fisik dan olahraga merupakan contoh perubahan gaya hidup. Aktivitas fisik yang disarankan antara lain jogging, bersepeda, berjalan, dan berlari. Yang terpenting adalah selalu memeriksa tekanan darah dan menjaga pola hidup sehat.<sup>7</sup>

Materi penyuluhan tentang pendidikan hidup sehat melalui PHBS, peningkatan aktivitas

---

<sup>5</sup> Kementerian Kesehatan RI., PTM-Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular di Indonesia. Retrieved January 15, 2021, from <http://www.p2ptm.kemkes.go.id/dokumen-ptm/ptm-pencegahan-dan-pengendalian-penyakit-tidak-menular-di-indonesia-20170116>, 2017

<sup>6</sup> Notoadmodjo, S., Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan, Jakarta: Rineka Cipta, 2012

<sup>7</sup> Sudarsono, E.K.R., Sasmita, J.F.A., Handyasto, B., Arissaputra, S.S., & Kuswantiningsih, N., Peningkatan pengetahuan tentang hipertensi guna perbaikan tekanan darah pada anak muda di Dusun Japanan, Margodadi, Sayegan, Sleman, Yogyakarta, Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat, 2017, 26-38.

fisik, konsumsi makanan tinggi buah dan sayur, serta anjuran masyarakat untuk sering memeriksakan kesehatan diadopsi dari Kementerian Kesehatan RI. Untuk mendorong masyarakat agar rutin memeriksakan tekanan darah, dilakukan pemeriksaan kesehatan tambahan, khususnya pemeriksaan tekanan darah. Pemerintah telah melakukan sejumlah langkah untuk menekan prevalensi hipertensi, seperti menyelenggarakan posyandu atau posbindu untuk mendorong warga agar rutin memeriksakan tekanan darah, menimbang berat badan, serta memberikan penyuluhan kepada masyarakat, khususnya kepada masyarakat yang berisiko tinggi.

Tujuan dari program Komunikasi Informasi Edukasi (KIE) adalah untuk mencegah dan mengendalikan kejadian hipertensi sekaligus membentuk kesadaran individu untuk secara aktif mengendalikan tekanan darah secara teratur. Melalui kegiatan edukasi, responden memperoleh pengetahuan yang memungkinkan mereka untuk mengatur pola makan dan memverifikasi status gizi mereka dengan menghitung IMT untuk mendiagnosis obesitas. Aktivitas fisik yang sering dapat membantu mencegah obesitas.

### **Pendidikan dan Promosi Kesehatan Tentang Pola Hidup Bersih Sehat Pada Masyarakat**

Ada situasi di mana istilah "promosi kesehatan" dan "pendidikan kesehatan" digunakan secara bergantian. Tujuan pendidikan kesehatan adalah memberdayakan orang untuk membuat pilihan gaya hidup sehat sendiri dengan membekali mereka dengan pengetahuan dan keterampilan yang terkait dengan masalah kesehatan. Ini adalah kumpulan program pendidikan yang dimaksudkan untuk membantu orang menjadi lebih sehat baik dengan mengubah sikap mereka atau dengan memperoleh lebih banyak pengetahuan. Sebaliknya, promosi kesehatan berfokus pada pendekatan multisektoral dan melibatkan banyak pemangku kepentingan untuk meningkatkan kesehatan secara lebih komprehensif. Dengan pandangan yang lebih luas, promosi kesehatan dirancang untuk mengatasi peristiwa yang dapat memengaruhi kesehatan orang secara langsung atau tidak langsung. Peristiwa ini mencakup perubahan kebiasaan konsumen, lingkungan, pandangan budaya, ketidaksetaraan, dan banyak lagi (WHO 2011).

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan perwujudan cara hidup keluarga yang mengutamakan dan menjunjung tinggi kesehatan setiap anggotanya. Setiap perilaku kesehatan dilakukan secara sukarela sehingga anggota keluarga dapat berperan aktif dalam upaya kesehatan masyarakat dan membantu diri mereka sendiri dalam bidang medis.<sup>8</sup>

---

1108 | <sup>8</sup> Proverawati, A., & Rahmawati, E. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Yogyakarta: Nuha

Dalam konteks rumah tangga, dukungan perilaku kesehatan perorangan (PHBS) mengacu pada tindakan otonom yang dilakukan oleh anggota keluarga untuk mengatasi masalah kesehatan pada tingkat pribadi sehingga mereka dapat berpartisipasi penuh dalam masyarakat. Pencegahan dan penyelesaian masalah kesehatan dan lingkungan, masalah kesehatan ibu dan anak (KIA), masalah keluarga berencana (KB), gizi keluarga, kefarmasian, dan pemeliharaan kesehatan keluarga secara umum merupakan tujuan PHBS dalam konteks rumah ini. Tujuan gerakan PHBS adalah untuk menciptakan agen reformasi kesehatan yang akan memperbaiki perilaku keluarga yang tidak sehat, yang selanjutnya akan memengaruhi kesehatan masyarakat secara umum. Dengan kata lain, masyarakat akan direkayasa secara sosial.<sup>9</sup>

Mengatasi tantangan kesehatan masyarakat saat ini lebih dari sebelumnya memerlukan penggunaan promosi kesehatan. Dunia saat ini sedang berhadapan dengan "tiga beban penyakit," yang mencakup agenda penyakit menular yang belum terselesaikan, penyakit yang baru muncul dan muncul kembali, dan pertumbuhan penyakit tidak menular kronis yang tak tertandingi. Ini menghadirkan peluang unik untuk skenario kesehatan. Globalisasi perdagangan, urbanisasi, kemudahan perjalanan internasional, peningkatan teknologi, dan faktor-faktor lain yang mendorong pertumbuhan dan pembangunan di dunia saat ini memiliki efek bermata dua: meskipun dapat mengarah pada hasil kesehatan yang lebih baik, faktor-faktor tersebut juga dapat membuat orang lebih rentan. Namun, karena mendukung kehidupan yang tidak banyak bergerak dan pola makan yang buruk, faktor-faktor tersebut berdampak negatif pada kesehatan. Meningkatnya faktor risiko biologis, yang pada gilirannya menyebabkan peningkatan penyakit tidak menular (PTM), disebabkan oleh tingginya insiden penggunaan tembakau, pola makan yang buruk, dan penurunan aktivitas fisik (WHO 2008; WHO 2009; WHO 2011).

Hubungan antara gaya hidup dan peningkatan PTM menunjukkan bagaimana masalah yang berkaitan dengan gaya hidup memicu peningkatan PTM. Kesulitan yang dihadapi kesehatan masyarakat saat ini diperburuk oleh dampak negatif perubahan iklim global, gaya hidup yang tidak banyak bergerak, peningkatan frekuensi bencana alam, krisis keuangan, masalah keamanan, dan faktor-faktor lainnya.<sup>10</sup> Salah satu hal yang dapat memengaruhi kapasitas masyarakat untuk

---

Medika, 2012. 2-105.

<sup>9</sup> Kementerian Kesehatan RI., 2017, *Germas-Gerakan Masyarakat Hidup Sehat*. Retrieved January 15, 2021, from <https://promkes.kemkes.go.id/germas>.

<sup>10</sup> Dans, A., Ng, N., Varghese, C., Tai, E. S., Firestone, R., & Bonita, R. The rise of chronic non-communicable diseases in southeast Asia: time for action. *The Lancet*, 2011. 377(9766), 680-689.

berpikir jernih saat mendapatkan instruksi atau konseling adalah tingkat pendidikan mereka. Secara umum diterima bahwa orang yang berpendidikan lebih tinggi memahami dan mengadopsi praktik hidup bersih dan sehat lebih cepat.

Hal ini didukung oleh hasil penelitiannya yang menunjukkan bahwa pendidikan merupakan salah satu cara untuk mengorganisasikan masyarakat dalam rangka meningkatkan kesehatan karena dapat mempengaruhi perilaku keluarga sehat.<sup>11</sup> Tingkat pendidikan yang kurang mendukung mengakibatkan rendahnya tingkat kesadaran lingkungan, sebaliknya semakin tinggi tingkat pendidikan formal maka semakin matang pemahaman tentang pengetahuan kesehatan lingkungan dan kesadaran dalam menjaga kesehatan lingkungan, termasuk penerapan prinsip PHBS. Melalui perubahan gaya hidup, kesadaran masyarakat untuk menjaga pola hidup sehat, dan pola makan/gaya hidup yang mudah dilakukan di rumah sebagai bentuk pencegahan, masyarakat mulai memahami penyakit, penyebabnya, dan penanganan nonfarmakologis.<sup>12</sup> Tujuan dari pemberian materi penyuluhan PHBS di lembaga pendidikan dan teknik cuci tangan yang baik bagi siswa antara lain adalah untuk membantu mereka mengenali penyakit yang dapat timbul akibat dari kebiasaan mencuci tangan yang tidak benar. Selain itu, perilaku hidup sehat dapat meningkatkan prestasi akademik karena dapat menumbuhkan tumbuh kembang anak yang sehat, sehingga anak dapat menyerap pelajaran yang diajarkan oleh pendidik di kelas dengan lebih baik. Berdasarkan hasil penelitian, terdapat korelasi antara kebiasaan mencuci tangan siswa dengan prevalensi cacangan, yang menunjukkan pentingnya menanamkan perilaku mencuci tangan kepada siswa sejak usia dini.<sup>13</sup> Infestasi cacangan juga akan mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan dan menurunnya kemampuan siswa dalam belajar. Sebagaimana yang dikemukakan oleh,<sup>14</sup> pendidikan dapat meningkatkan kesadaran akan praktik hidup sehat.

---

<sup>11</sup> Nurhajati, N. Perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) masyarakat desa samir dalam meningkatkan kesehatan masyarakat. *Jurnal Publiciana*, 8(1), 2015. 107–127.

<sup>12</sup> Suprpto, S., Herman, H., & Asmi, A. S. (2020). Kompetensi Perawat dan Tingkat Keterlaksanaan Kegiatan Perawatan Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 680–685

<sup>13</sup> Umar, Z.. Perilaku cuci tangan sebelum makan dan kecacangan pada murid SD di Kabupaten Pesisir Selatan Sumatera Barat. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional (National Public Health Journal)*, 2(6), 2008, 249–254.

<sup>14</sup> Suprpto, S. Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dan Pemberian Sembako Era Pandemi Covid-19: Suprpto. *CARADDE: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(3). 2021. <https://doi.org/https://doi.org/10.31960/caradde.v3i3.624>

## KESIMPULAN

Dengan ini peneliti menyimpulkan bahwa pendidikan dan promosi kesehatan di masyarakat, terus dibutuhkan. Banyaknya masyarakat yang belum menyadari dan perlunya dilakukan dengan edukasi dan sosialisasi kesehatan, dengan berkelanjutan, maka hal ini bukan hanya oleh lembaga pendidikan. Lebih dari itu, pendidikan dan promosi tentang masalah hipertensi dan pola hidup bersih sehat pada masyarakat, merupakan kewajiban dari semua pihak dan lintas sektoral, yang bukan hanya masyarakat sebagai obyek. Namun, masyarakat juga menjadi subyek dari petingnya kesehatan agar terus menerus dijaga secara berkala.

## REFERENSI

- Dans, A., Ng, N., Varghese, C., Tai, E. S., Firestone, R., & Bonita, R. (2011). The rise of chronic non-communicable diseases in southeast Asia: time for action. *The Lancet*, 377(9766), 680-689.
- Geneva World Health Organization. (2011). The urgency of health promotion. Overview: 7th Global Conference on Health Promotion, Kenya. Geneva. Available from: <http://www.who.int/healthpromotion/conferences/7gchp/overview/en/index.html> .
- Hidayah, N., Marwan, M., & Rahmawati, D. L. (2020). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Gerakan Serentak PHBS Pada Tatanan Rumah Tangga. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(2), 123-128.
- Kementerian Kesehatan RI., 2017, Gernas-Gerakan Masyarakat Hidup Sehat. Retrieved January 15, 2021, from <https://promkes.kemkes.go.id/germas>
- Kementerian Kesehatan RI., 2017. PTM-Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular di Indonesia. Retrieved January 15, 2021, from <http://www.p2ptm.kemkes.go.id/dokumen-ptm/ptm-pencegahan-dan-pengendalian-penyakit-tidak-menular-di-indonesia-20170116>
- Kementerian Kesehatan RI., 2019, Profil kesehatan Indonesia tahun 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. Kementerian Kesehatan RI. (2019). Hipertensi penyakit paling banyak diidap masyarakat. Retrieved January 15, 2021, from <https://www.kemkes.go.id/article/view/19051700002/hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat.html>
- Lukito, A.A., Harmeiwaty, E., & Hustrini, N.M. (Eds), 2019, Konsensus penatalaksanaan hipertensi 2019, Jakarta: Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia.

- Notoadmodjo, S., 2012, Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan, Jakarta: Rineka Cipta
- Nurhajati, N. (2015). Perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) masyarakat desa samir dalam meningkatkan kesehatan masyarakat. *Jurnal Publiciana*, 8(1), 107–126
- Proverawati, A., & Rahmawati, E. (2012). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Yogyakarta: Nuha Medika, 2-105.
- Rahayu, C., Widiati, S., & Widyanti, N., 2014, Hubungan antara pengetahuan, sikap dan perilaku terhadap pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut dengan status kesehatan periodontal pra lansia di Posbindu Kecamatan Indihiang Kota Tasikmalaya, *Majalah Kedokteran Gigi Indonesia*, 21, 27-32
- Sofiana, L., Safitri, N.F.W., Mulyani, R.Y., & Muslih, I., 2020, Edukasi pencegahan hipertensi menuju lansia sehat di Dusun Tegaltandan, Desa Banguntapan, Bantul, *Dinamisia Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4, 504-508
- Sudarsono, E.K.R., Sasmita, J.F.A., Handyasto, B., Arissaputra, S.S., & Kuswantiningsih, N., 2017, Peningkatan pengetahuan tentang hipertensi guna perbaikan tekanan darah pada anak muda di Dusun Japanan, Margodadi, Sayegan, Sleman, Yogyakarta, *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 3, 26-38.
- Suprpto, S., Herman, H., & Asmi, A. S. (2020). Kompetensi Perawat dan Tingkat Keterlaksanaan Kegiatan Perawatan Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 680–685
- Suprpto, S. (2021). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dan Pemberian Sembako Era Pandemi Covid-19: Suprpto. *CARADDE: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(3). <https://doi.org/https://doi.org/10.31960/caradde.v3i3.624>
- Susilowati, D., 2016, Promosi Kesehatan, Jakarta: Pusdik SDM Kesehatan Kemenkes RI.
- Tarigan, A.R., Lubis, Z., & Syarifah, 2018, Pengaruh pengetahuan, sikap dan dukungan keluarga terhadap diet hipertensi di Desa Hulu Kecamatan Pancur Baru tahun 2016, *Jurnal Kesehatan*, 11, 9-17
- Umar, Z. (2008). Perilaku cuci tangan sebelum makan dan kecacingan pada murid SD di Kabupaten Pesisir Selatan Sumatera Barat. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional (National Public Health Journal)*, 2(6), 249–254.
- World Health Organization South East Asia Regional Office. (2008). Regional Strategy for Health Promotion for South East Asia. Available from:

[http://www.searo.who.int/LinkFiles/Reports\\_and\\_Publications\\_HE\\_194.pdf](http://www.searo.who.int/LinkFiles/Reports_and_Publications_HE_194.pdf)

World Health Organization. (2009). A primer for mainstreaming health promotion. Working draft for The Nairobi Global Conference on Health Promotion.