

The Effect of Slow Passive ROM Exercise on KATZ and Barthel Index Sullivan Score in Elderly with Fall Risk The Effect of REHAT Video Media (Remaja Sehat) on The Level of Knowledge and Attitudes in Early Detection of Hypertension In Adolescent

Alit Suwandewi¹, Hiryadi², Rafi Maulana³, Hanura Aprilia⁴

¹⁻⁷Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan,
Universitas Muhammadiyah Banjarmasin

Email: pashaataya77@gmail.com

ABSTRACT

Hypertension is often called the silent killer because it often appears without any signs of symptoms. Hypertension occurs in several cases in adolescence, so it is important to understand the prevention and management of hypertension. One effort to reduce the prevalence of hypertension is through health promotion or health education using audio-visual media. This research aims to determine the effect of providing health education using audio-visual media about hypertension on the knowledge and attitudes of adolescents. This research is a pre-experiment with a One Group Pre and Post design and uses statistical Wilcoxon test analysis. The sample in the study was 82 respondents. Purposive sampling technique. The research results showed that there was an increase in knowledge and attitudes in early detection of hypertension before and after the intervention was given, with a p value of $0.000 > 0.05$. There is an influence of providing health education using REHAT (Healthy Teens) video media on the level of knowledge and attitudes of teenagers.

Keywords : Educational video media, Health education, Hypertension, Knowledge

PENDAHULUAN

Salah satu dari sekian banyak PTM yang menjadi permasalahan serius akhir akhir ini adalah hipertensi yang sering disebut dengan silent killer karena sering muncul tanpa tanda gejala. Umumnya hipertensi muncul pada usia lanjut. Namun, beberapa penelitian menunjukkan bahwa hipertensi dapat muncul sejak remaja bahkan prevalensinya mengalami peningkatan beberapa tahun terakhir ini. Hipertensi yang terjadi pada usia remaja akan terus berlanjut hingga pada usia dewasa sehingga akan membuat risiko morbiditas dan mortalitas semakin tinggi (Rahmah et al., 2019).

Hipertensi akan memiliki dampak yang negatif bila tidak diberi perhatian lebih yang biasa berupa penurunan kinerja organ tubuh yang akan memicu timbulnya penyakit lainnya seperti penyakit jantung koroner dan juga pendarahan pada otak. Penderita hipertensi memerlukan upaya pencegahan dan pencegahan untuk menurunkan angka morbiditas dan mortalitas. Upaya penanggulangan dan pencegahan hipertensi dapat dilakukan berupa dengan perubahan pola makan dan gaya hidup seperti mengatur asupan natrium, mengurangi makanan yang memiliki kolesterol tinggi, kebiasaan merokok, kebiasaan minum alkohol, olahraga teratur dan menghindari stres (Rahma, dkk 2021).

Berdasarkan perkiraan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) Hipertensi menjadi penyebab utama kematian dini di dunia., ada sekitar 1,13 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi. Jumlah penderita hipertensi dari tahun ke tahun terus menunjukkan kenaikan, dengan 1,56 miliar orang mengalami hipertensi pada tahun 2025, dan terhitung 9,4 juta orang termasuk Indonesia meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya setiap tahunnya (WHO, 2020).

Berdasarkan data The Brazil Study of Cardiovascular Risks in Adolescents (ERICA) angka kejadian hipertensi pada remaja usia 12–17 tahun sebesar 9,6%. Berdasarkan pedoman JNC VII 2003 dalam laporan Riskesdas tahun 2013 diperoleh angka kejadian hipertensi pada usia 15-17 tahun secara nasional berada pada angka 5,3% (laki-laki 6,0% dan perempuan 4,7%). Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Banjarmasin angka hipertensi pada rentang usia 15-19 tahun paling banyak terdapat di Kecamatan Banjarmasin Selatan sekitar 54 kasus.

Sejalan dengan hasil itu maka peneliti melakukan penelitian pendahuluan di SMAN 13 Banjarmasin. Didapatkan hasil dari 28 siswa/i yang dilakukan wawancara serta pengecekan tekanan darah terdapat 2 orang siswa yang mengalami hipertensi atau tekanan darahnya diatas normal serta jika ditelusuri dari wawancara 50% siswa/i tersebut mengarah pada faktor risiko penyakit hipertensi.

Seiring berjalannya waktu ada beberapa hal yang meningkatkan faktor risiko sehingga membuat remaja menjadi tetap memiliki risiko paparan hipertensi yaitu konsumsi garam, status gizi (IMT), pola hidup, gangguan tidur, kebiasaan merokok, asupan lemak serta riwayat penyakit keluarga. Hal ini juga disesuaikan dengan pola sosial di era sekarang salah satunya konsumsi junkfood yang tinggi (Rahma et al., 2021). Setelah dilakukan deteksi dini diperoleh bahwa sebanyak 13,3% subjek remaja mengalami hipertensi (Alifariki, 2019). Untuk memahami hal itu kemudian diperlukan tindakan intervensi yaitu pemberian Pendidikan kesehatan yang bisa berupa penyuluhan, pemberian media visual, audio, dan audio visual.

Hipertensi dapat diatasi dengan beberapa cara. Kepatuhan atau (sikap) penderita agak tidak mengonsumsi makanan yang mengandung lemak tinggi, aktif berolahraga, mengurangi konsumsi makanan yang banyak mengandung natrium dan juga menjalankan diet IMT normal. (Lolo dkk., 2021). Video menjadi salah satu media yang berpengaruh secara signifikan terhadap perubahan pengetahuan dan sikap seseorang, khususnya dalam PHBS.

Remaja perlu mendapatkan pemaparan mengenai penyakit hipertensi guna meningkatkan kesadaran dan pemahaman remaja mengenai risiko, dampak, dan deteksi dini penyakit tidak menular pada remaja. Oleh karena itu, perlu diberikan Pendidikan kesehatan sebagai dasar penerapan hidup sehat dan cara deteksi dini yang dapat dilakukan oleh remaja guna pencegahan penyakit (Setyaningsih & Nurzihan, 2019).

Selanjutnya penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang sudah dilaksanakan oleh Susilawati Sitorus pada tahun 2017, diperoleh hasil bahwa Pendidikan Kesehatan dengan media audio visual (video) lebih efektif meningkatkan pengetahuan kesehatan sebesar 96,7% dibandingkan dengan media lainnya. Kemudian disesuaikan dengan era sekarang yaitu era 4.0 yang serba dengan digitalisasi membuat media video lebih mudah didapat, diedarkan, serta diaplikasikan untuk menjadi salah satu media yang memberikan pendidikan kesehatan. Sehingga video menjadi media pembelajaran yang efektif melalui penglihatan dan pendengaran, karena dengan dua indra ini pembelajaran akan dinilai efektif (Maymunah dan Watini 2021). Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang hipertensi terhadap pengetahuan dan sikap remaja melalui media video

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian Pre-eksperimental Design dengan bentuk One-group Pretest-posttest design. Populasi pada penelitian ini adalah anak remaja di SMAN 13 Banjarmasin, pada tingkatan kelas 11 dan 10 sebanyak 470 siswa/i. Dengan perhitungan menggunakan teknik purposive sampling sampel pada penelitian ini berjumlah (82) siswa. Instrumen penelitian yang digunakan berupa lembar kuesioner sebelum dan sesudahnya diberikan perlakuan pendidikan kesehatan. Kuesioner berisi tentang pertanyaan dan penjelasan tujuan yang akan diisi oleh responden, data karakteristik dan pengetahuan deteksi dini penyakit hipertensi. Analisa univariat pada penelitian ini menggunakan analisis statistik yang menghubungkan faktor atau variabel yang tunggal. Analisa bivariat pada penelitian ini digunakan untuk melihat hubungan antara variabel independen dan variabel dependen, menggunakan Wilcoxon.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Tabel 1 Tingkat Pengetahuan Siswa Tentang Penyakit Hipertensi Sebelum diberikan Media Video

No	Pengetahuan	N	%
1.	Tinggi	41	50.0
2.	Sedang	41	50.0
3.	Kurang	0	0
Jumlah		82	100

Pada tabel 1 menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan metode video REHAT yaitu setengah dari siswa/i memiliki pengetahuan sedang, sebanyak 41 orang (50%), dan setengahnya lagi memiliki pengetahuan yang tinggi, sebanyak 41 orang (50%).

Tabel 2 Sikap Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Media Video REHAT (Remaja Sehat)

No	Sikap	N	%
1.	Positif	79	96.4
2.	Negatif	3	3.6
Jumlah		82	100

Pada tabel 2 menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan metode video REHAT yaitu setengah dari siswa/i memiliki sikap yang positif, sebanyak 79 orang (96,4%)

Tabel 3 Tingkat Pengetahuan Siswa Tentang Penyakit Hipertensi Sesudah diberikan Media Video

No	Pengetahuan	N	%
1.	Tinggi	78	95.1
2.	Sedang	4	4.9
3.	Kurang	0	0
Jumlah		82	100

Pada tabel 3 menunjukkan bahwa sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode video REHAT pengetahuan siswa/i meningkat menjadi 78 orang (95,1%) masuk kategori pengetahuan tinggi

Tabel 4 Sikap Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Media Video REHAT

No	Sikap	N	%
1.	Positif	82	100
2.	Negatif	0	0
Jumlah		82	100

Pada tabel 4 menunjukkan bahwa sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode video REHAT sikap siswa/i meningkat menjadi 82 orang (100%) masuk kategori sikap positif

Analisa Bivariat

Tabel 5. Hasil Uji Statistik Wilcoxon Test Pengetahuan Siswa/I SMAN13 Banjarmasin

Z	-7.197 ^b
Sig. (2-tailed)	.000

Pada tabel 5 menunjukkan hasil analisa menggunakan uji statistic wilcoxon test menunjukkan *p value* sebesar 0,000 nilai tersebut secara statistic bermakna ($p < \alpha 0,05$) hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan dengan media video REHAT (Remaja Sehat) terhadap pengetahuan dan sikap dalam deteksi dini penyakit hipertensi di SMA Negeri 13 Banjarmasin.

Tabel 6. Hasil Uji Statistik Wilcoxon Test Sikap Siswa/I SMAN13 Banjarmasin

Z	-6.798 ^b
Sig. (2-tailed)	.000

Pada tabel 6 menunjukkan hasil analisa menggunakan uji statistic wilcoxon test menunjukkan *p value* sebesar 0,000 nilai tersebut secara statistic bermakna ($p < \alpha 0,05$) hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan dengan media video REHAT (Remaja Sehat) terhadap pengetahuan dan sikap dalam deteksi dini penyakit hipertensi di SMA Negeri 13 Banjarmasin.

Pengetahuan Remaja Tentang Penyakit Hipertensi Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan Dengan Video REHAT, dari jumlah 82 responden diperoleh pengetahuan sedang dengan persentase 50% (41 responden) dan pengetahuan tinggi dengan persentase 50 % (41 responden) tentang penyakit hipertensi hal ini karena mereka belum banyak mengetahui bagaimana pengetahuan tentang penyakit hipertensi. Pada sesi ini siswa/I banyak menjawab kurang pada item kuesioner 10, 15, dan 17 yang dimana item nomor sepuluh membahas tentang jenis kelamin yang lebih beresiko terkena hipertensi. Sedangkan Menurut (Bachtiar et al., 2020) proporsi penderita hipertensi di Indonesia berdasarkan jenis kelamin yaitu wanita sebanyak 28,8 % dan pria sebanyak 22,8 % hal ini dikarnakan menurunnya kadar estrogen saat menopause yang menjadi pemicu utama hipertensi pada wanita.

Selanjutnya ada pada item kuesioner nomor 15 yaitu tentang etiologi hipertensi yang dimana siswa/I mempresepsikan bahwa hipertensi adalah penyakit menular. Oleh karna itu menurut (Nuranti et al., 2020) Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang tidak menular yang menjadi masalah kesehatan penting di seluruh dunia. Selanjutnya ada pada item nomor 17 yaitu "Hipertensi tidak menyebabkan resiko penyakit kardiovaskular" sementara menurut Kemenkes, 2022 semakin tinggi tekanan darah seseorang maka semakin tinggi pula risiko orang tersebut terkena penyakit jantung, gagal ginjal, dan stroke.

Pengetahuannya sendiri mempunyai faktor yang mempengaruhinya hal itu adalah Pendidikan, pekerjaan, usia, lingkungan dan social budaya (Suwandewi, et al., 2021). Di usia remaja penting untuk mengetahui bagaimana konsep penyakit hipertensi, dikarnakan banyak remaja yang hidup dengan pola hidup yang kurang sehat. Oleh karena itu pendidikan kesehatan sangat perlu diberikan kepada remaja agar menyadari perlunya menjaga pola hidup dan mencegah penyakit hipertensi sejak dini.

Sikap Remaja Tentang Penyakit Hipertensi Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan Dengan Video REHAT, dari jumlah 82 responden diperoleh sikap positif dengan persentase 96,4% (79 responden) dan sikap negative dengan persentase 3,6% (3 responden) tentang tentang penyakit hipertensi. Hal ini bisa saja dipengaruhi oleh pengalaman pribadi dan emosional seseorang.

Pada item pernyataan nomor 4 tentang pola hidup sehat banyak siswa/I bersikap kurang sesuai sementara itu menurut Kar dan Khandelwal (2015), kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji dapat meningkatkan risiko hipertensi. Kemudian pada item nomor 10 tentang etiologi hipertensi masih ada sekitar 14 responden yang menjawab sangat setuju padahal penyelesaian masalahnya adalah pola hidup sehat yang harus dilakukan oleh remaja di era sekarang. Sejalan dengan penelitian Made et Al, 2022 gaya hidup sehat terkait nutrisi dan pola makan meliputi makan secara teratur dengan porsi lebih besar pada sayuran dan buah yang mengandung vitamin, mineral dan serat, mengonsumsi lebih sedikit makanan yang mengandung lemak dan gula.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa salah satu cara bersikap dengan tepat untuk menghindari penyakit hipertensi adalah dengan menjaga pola hidup sehat yang salah satunya adalah menjaga asupan nutrisi bagi tubuh kita dan juga mengurangi kebiasaan konsumsi makanan cepat saji agar bisa terhindar dari hipertensi.

Pengetahuan Remaja Tentang Penyakit Hipertensi Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Dengan Video REHAT, dari jumlah 82 responden diperoleh pengetahuan tinggi dengan persentase 95,1% (78 responden) dan pengetahuan sedang dengan persentase 4,9% (4 responden) tentang penyakit hipertensi hal ini karena mereka mereka sudah diberikan intervensi berupa pemberian pendidikan kesehatan media video REHAT (Remaja Sehat).

Salah satu faktor yang membuat pengetahuan responden masih ada dalam kategori sedang karena pada saat diberikan pendidikan kesehatan berupa video REHAT (Renaja Sehat) responden tidak begitu fokus pada saat penayangannya. Meski sudah banyak mengalami perubahan pengetahuan masih terdapat beberapa item pernyataan yang masih banyak siswa/I mengalami kesalahan yaitu pada item nomor 10, 18, dan 19.

Hipertensi lebih beresiko untuk terpapar pada wanita hal ini dikarenakan menurunnya kadar estrogen saat menopause yang menjadi pemicu utama hipertensi pada wanita, namun hipertensi juga memiliki factor lain yang bisa menjadi resiko terpapar penyakit ini diantaranya ada yang tidak dapat dirubah seperti uis, jenis kelamin, dan genetik dan yang dapat dirubah seperti kebiasaan merokok, konsumsi garam berlebih dan kebiasaan pola hidup sehat. Yang salah satu caranya adalah diet garam yaitu penggunaan garam harian 4-6 gram. Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan pada pengetahuan siswa/l setelah diberikan media video terkait hipertensi. Hal ini di karenakan Otak dapat memproses visual lebih cepat daripada teks dan apabila dikaitkan dengan remaja di era sekarang yang lebih sering membawa gadget dari pada membawa buku.

Sikap Remaja Tentang Penyakit Hipertensi Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Dengan Video REHAT, berdasarkan jumlah 82 responden diperoleh pengetahuan tinggi dengan persentase 100% (82 responden) dan pengetahuan sedang dengan persentase 0% (0 responden) tentang penyakit hipertensi hal ini karena mereka sudah diberikan intervensi berupa pemberian pendidikan kesehatan media video REHAT (Remaja Sehat). Salah satu faktor yang membuat sikap responden mengalami peningkatan hingga 100% menurut (Rahmayanti, 2018) salah satu factor yang mempengaruhi sikap yaitu media informasi yang mudah dipahami.

Secara tingkatan sikap semua siswa/l sudah masuk kedalam kategori positif namun masih ada beberapa item pertanyaan yang harusnya bisa mendapat nilai yang positif yaitu pada item pernyataan nomor 2 dan 4. Hipertensi dapat dihindari dengan melakukan pengecekan tekanan darah secara rutin ke askes baik ke UKS ataupun puskesmas terdekat kemudian kebiasaan mengkonsumsi makanan asin (mengandung natrium) secara berlebihan dapat menjadi factor resiko yang besar sehingga dapat menyebabkan hipertensi

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya perubahan pada sikap siswa/l yang diberikan video edukasi tentang hipertensi hal ini dikarenakan sejumlah indera untuk menerima rangsangan yakni sebagai berikut: indera penglihatan sebesar 83%, indera pendengaran 11%, indera penciuman sebesar 3,5%, indera peraba sebesar 1,5%, indera perasa sebesar 1%. (Murti et al. 2006) dengan adanya presentasi itu maka dapat meningkatkan pengetahuan remaja di era sekarang yang hampir semua aspek kehidupan sudah masuk ke ranah digitalisasi.

Pengaruh Pemberian Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video REHAT (Remaja Sehat) Tentang Penyakit Hipertensi Terhadap Pengetahuan Dalam Deteksi Dini Penyakit Hipertensi pada Remaja, berdasarkan hasil analisa menggunakan uji statistic *Wilcoxon test* pada variable pengetahuan yang menunjukkan *p value* sebesar 0,000, dimana secara statistik niali tersebut bermakna $< \alpha$ (0,05) yang berarti terdapat pengaruh pendidikan kesehatan dengan media video REHAT (Remaja Sehat) terhadap pengetahuan. Hal ini sejalan dengan (Luthfiani, 2021) yang menggunakan media video. Dengan hasil penelitian menunjukkan skor rata-rata pre-test adalah 6.02 (40.13%) dan skor rata-rata post- test adalah 12.77 (85.13%). Hasil uji statistik menunjukkan ada pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan responden mengenai hipertensi dengan nilai $p=0,000$ ($p<0.05$).

Pengaruh Pemberian Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video REHAT (Remaja Sehat) Tentang Penyakit Hipertensi Terhadap Sikap Dalam Deteksi Dini Penyakit Hipertensi pada Remaja, berdasarkan hasil analisa menggunakan uji statistic *Wilcoxon test* pada variable sikap juga menunjukkan *p value* sebesar 0,000, dimana secara statistik niali tersebut bermakna $< \alpha$ (0,05) yang berarti terdapat pengaruh pendidikan kesehatan dengan media video REHAT (Remaja Sehat) terhadap sikap penyakit hipertensi pada remaja di SMA Negeri 13 Banjrmasin. Hal ini sejalan dengan penelitian (Sari, 2021) dengan hasil dari perbedaan nilai rata-rata (mean) pengetahuan yaitu dari 55,13 menjadi 59,87 dengan *p value* sebesar 0,033 atau ($p < 0,05$) sehingga dapat dilihat juga bahwa ada pengaruh penyuluhan gizi dengan menggunakan media audiovisual terhadap sikap penderita hipertensi.

KESIMPULAN

Terdapat pengaruh Pendidikan kesehatan dengan media video REHAT terhadap pengetahuan dan sikap remaja SMA tentang deteksi dini hipertensi. .

DAFTAR PUSTAKA

- Alifariki, L. O., Rangki, L., & Sudayasa, I. P. (2013). *Screening Dan Penyuluhan Risiko Hipertensi Pada Remaja Siswa Sma 1 Sampara Wilayah Pesisir Kecamatan Sampara Kabupaten Konawe*. 134–137.
- Andy Muharry Taufik Nurohman, F. F. N. (2022). *Optimalisasi Peran Kader Dalam Pencegahan Hipertensi Melalui Deteksi Dini Dan Senam Hipertensi Oleh*. 2(7), 5457–5462.
- Bachtiar, I., Pratama, A., Huwaina, F., & Budiono, I. (2020). *Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu*. 2018(2019).
- Elfira Duwi Setyaningsih, R. M. M. (2021). *Hubungan Konsumsi Fast Food Dan Asupan Natrium Dari Fast Program Studi Gizi , Fakultas Kesehatan , Universitas Mh . Thamrin , Jakarta Correspondence Author : Ratnamutu2811@Gmail.Com Jurnal Ilmiah Gizi Kesehatan , 9 ; 21 November 2021 Remaja Memiliki Kemam*. November, 9–15.
- Fitria, E. Y. (2020). *Pengaruh Video Edukasi Terhadap Pengetahuan Pencegahan Obesitas Pada Siswa Kelas Iv Di Sdn 8 Kota Bengkulu*.
- Fuadi, C. A. P. (2021). *Skripsi Efektifitas Edukasi Media Video Dan Leaflet Tentang Pencegahan Covid-19 Terhadap Dewa Kota Bengkulu Tahun 2021 Prodi Sarjana*
- Hamidah, N. Y., Keperawatan, P. S., Kesehatan, F. I., & Surakarta, U. M. (2022). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Sambi Boyolali*.
- Maryam Suaib, Cheristina, D. (2019). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia*. 02(01), 269–276.
- Maymunah, S., & Watini, S. (2021). *Pemanfaatan Media Video Dalam Pembelajaran Anak Usia Dini Di Masa Pandemi Covid-19*. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5, 4120–4127.
- Niluh Miftahul Jannah, E. T. (N.D.). *Perbandingan Efektivitas Pendidikan Kesehatan Dengan Media Leaflet Dan Audio Visual Dalam Meningkatkan Pengetahuan Remaja Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari)*.
- Rahma, N. D., Ajda, S. A., & Paramitha, T. H. (2021). *Faktor Risiko Hipertensi Pada Remaja*. 2(September), 1–9.
- Rahmah, N., Shaumi, F., Fakultas, P., Masyarakat, K., Indonesia, U., Cina, P., Depok, K., Barat, J., Gizi, D., Kesehatan, F., Universitas, M., Depok, K., & Barat, J. (2019). *Kajian Literatur : Faktor Risiko Hipertensi Pada Remaja Di Indonesia*. 115–122.
- Sumarwati, M., Mulyono, W. A., Nani, D., Swasti, K. G., & Abdilah, H. A. (2022). *Pendidikan Kesehatan Tentang Gaya Hidup Sehat Pada Remaja Tahap Akhir*. *Jurnal Abdimas Bsi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 36–48.
- Suwandewi, A., Hiryadi & Miranti, R. (2021). *Pengaruh Pemberian Pendidikan Kesehatan Program Isi Piringku Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu*
- Valdano A. Limbong, Adisti Rumayar, G. D. K. (2016). *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tateli Kabupaten Minahasa*. 7.
- Wulandari, M. (2021). *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Pencegahan Hipertensi Pada Remaja Di Sman 24 Bandung Tahun 2021*.
- Yana, E. E. L., Banjarmasin, U. M., Keperawatan, F., Ilmu, D. A. N., Studi, P., & Keperawatan, S. (2022). *Pengaruh Pemberian Pendidikan Kesehatan Tentang Stunting Pada Balita Terhadap Pengetahuan Ibu Di Puskesmas Pekauman Banjarmasin*.
- Zahidah, N. N. (2021). *Literature Review : Diet Rendah Garam Pada Penderita Hipertensi Literature Review : Low Salt Diet In Patient With Hipertensi , Tetapi Pada Akhirnya Penderita Mendapatkan Bahwa Dirinya Telah Menderita Hipertensi Dalam Menjalankan Diet Rendah Garam Dengan B*. 5(2), 224–231.