



**EFEKTEFITAS INTERVENSI KEPERAWATAN KOMUNITAS  
DALAM MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA  
HIPERTENSI : LITERATUR REVIEW**

**Ade Yulia Citra**

Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

**Lilis Lismayanti**

Universitas Muhammadiyah Tasikmaaya

Alamat: Jl. Tamansari No.KM 2, RW.5, Mulyasari, Kec. Tamansari, Kab.

Tasikmalaya, Jawa Barat 46196

Korespondensi penulis: [adeyuliacitra@gmail.com](mailto:adeyuliacitra@gmail.com)

**Abstrak.** *Hypertension remains a growing public health concern in Indonesia and requires interventions that go beyond curative approaches by emphasizing promotive and preventive efforts. This literature review aims to evaluate the effectiveness of various community nursing interventions in reducing blood pressure and improving health behaviors among individuals with hypertension. Article searches were conducted through Google Scholar using the keywords “intervention,” “hypertension,” “nursing,” and “community,” yielding an initial 12,000 articles. Following a selection process using the PRISMA method, five articles met the inclusion criteria. The review findings indicate that interventions such as Progressive Muscle Relaxation (PMR), anti-hypertension exercise, DASH diet education, the multicomponent “Langkah Mandiri” program, and cadre-based psychosocial therapy are effective in increasing knowledge, improving healthy behaviors, reducing anxiety, and lowering blood pressure among both productive-age adults and older adults. Overall, community nursing interventions demonstrate significant effectiveness and hold strong potential as key strategies for hypertension control at the community level.*

**Keywords:** *hypertension, community nursing interventions, PMR, health education, blood pressure*

**Abstrak.** Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang terus meningkat di Indonesia dan membutuhkan intervensi yang tidak hanya berfokus pada aspek kuratif tetapi juga promotif dan preventif. Tinjauan literatur ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas berbagai intervensi keperawatan komunitas dalam menurunkan tekanan darah serta meningkatkan perilaku kesehatan pada penderita hipertensi. Pencarian artikel dilakukan melalui Google Scholar dengan kata kunci “intervensi”, “hipertensi” “keperawatan”, dan “komunitas”, menghasilkan 12.000 artikel awal. Setelah proses seleksi menggunakan metode PRISMA, lima artikel memenuhi kriteria inklusi. Hasil tinjauan menunjukkan bahwa intervensi seperti Progressive Muscle Relaxation (PMR), senam anti hipertensi, edukasi diet DASH, program multikomponen “Langkah Mandiri”, dan terapi psikososial berbasis kader terbukti efektif meningkatkan pengetahuan, memperbaiki perilaku hidup sehat, menurunkan kecemasan, serta menurunkan tekanan darah pada kelompok usia produktif maupun lansia. Secara keseluruhan, intervensi keperawatan komunitas menunjukkan efektivitas signifikan dan berpotensi menjadi strategi utama dalam pengendalian hipertensi di masyarakat.

**Kata kunci:** hipertensi, intervensi keperawatan komunitas, PMR, edukasi kesehatan, tekanan darah

## **LATAR BELAKANG**

Hipertensi tetap menjadi salah satu persoalan kesehatan terbesar di Indonesia. Penyakit ini sering tidak menunjukkan gejala, tetapi berkontribusi langsung pada meningkatnya kasus penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal. Data Kementerian Kesehatan memperlihatkan bahwa prevalensi hipertensi pada penduduk usia di atas 18 tahun terus bertambah, sementara banyak kasus yang belum terdeteksi atau tidak terkontrol dengan baik (Kementerian Kesehatan RI, 2024). Situasi tersebut menunjukkan

bahwa pendekatan kuratif saja tidak cukup. Upaya penanganan perlu diperluas melalui intervensi berbasis komunitas yang mampu menjangkau masyarakat, mengurangi risiko komplikasi, serta menurunkan beban ekonomi akibat hipertensi. Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran (PNPK) 2021 juga menegaskan pentingnya langkah promotif dan preventif berkelanjutan, mulai dari edukasi mengenai gaya hidup sehat, pemeriksaan tekanan darah secara rutin, hingga peningkatan kepatuhan terapi pada pasien hipertensi (Kementerian Kesehatan RI, 2021).

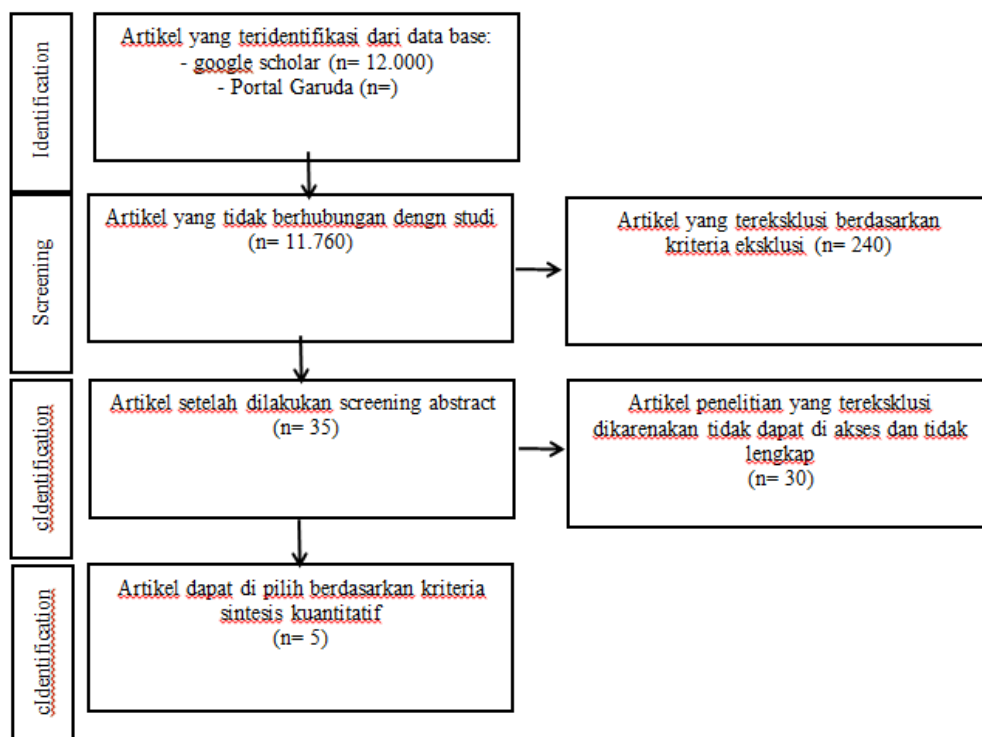
Dalam kerangka pelayanan primer, perawat komunitas memegang posisi penting karena mereka terlibat langsung dengan masyarakat. Berbagai bentuk intervensi telah diterapkan, seperti edukasi manajemen hipertensi, program aktivitas fisik terstruktur seperti senam hipertensi, kunjungan rumah untuk memonitor kepatuhan obat, memperkuat dukungan keluarga, dan melibatkan kader kesehatan dalam pemantauan rutin. Panduan promotif dan preventif dari Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia menegaskan bahwa pendekatan berbasis komunitas dapat meningkatkan pemahaman masyarakat tentang risiko hipertensi dan kebiasaan hidup sehat, yang pada akhirnya membantu menurunkan tekanan darah secara bermakna (InaSH, 2023). Penelitian di Indonesia juga memberikan gambaran yang cukup optimis. Program pendampingan obat yang dipadukan dengan edukasi di beberapa wilayah melaporkan peningkatan kepatuhan pasien dan penurunan tekanan darah sistolik maupun diastolik. Hasil serupa terlihat pada kegiatan senam hipertensi rutin yang mampu membantu masyarakat meningkatkan aktivitas fisik dan memperbaiki perilaku kesehatan (Jurnal Mandira Cendikia, 2024). Walaupun demikian, beragamnya jenis intervensi, metode penelitian, durasi pelaksanaan, karakteristik peserta, serta instrumen evaluasi membuat bukti yang ada belum cukup konsisten untuk menghasilkan satu rekomendasi intervensi yang paling efektif.

Kondisi tersebut menunjukkan perlunya tinjauan literatur yang menyeluruh untuk memetakan dan mengevaluasi efektivitas intervensi keperawatan komunitas dalam mengurangi tingkat tekanan darah pada individu dengan hipertensi di Indonesia. Tinjauan ini diarahkan untuk mengidentifikasi intervensi yang paling memberikan dampak, menilai kualitas bukti yang tersedia, serta menemukan celah penelitian yang masih membutuhkan pengembangan. Temuan dari tinjauan ini diharapkan dapat memperkuat perancangan program keperawatan komunitas di tingkat puskesmas dan masyarakat, sekaligus mendukung upaya nasional dalam mengendalikan hipertensi dan mencegah komplikasinya.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan literature review dengan tujuan mengidentifikasi berbagai intervensi yang digunakan untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Proses telaah dilakukan menggunakan metode PRISMA karena dianggap paling sesuai dengan tujuan penelitian. PRISMA mencakup lima tahapan utama, yaitu menentukan topik kajian, menelusuri literatur yang relevan, menyeleksi sumber yang sesuai, melakukan klasifikasi dan analisis terhadap artikel terpilih, serta menyusun ringkasan hasil penelitian (Ginting & Hadi, 2023). Pencarian artikel dilakukan melalui Google Scholar menggunakan kata kunci “intervensi”, “hipertensi”, “keperawatan”, dan “komunitas”, yang menghasilkan 12.000 artikel. Tahap penyaringan

pertama mengeluarkan 11.760 artikel yang tidak relevan dengan fokus studi, disusul penyaringan kedua berdasarkan kriteria eksklusi yang mengeliminasi 240 artikel. Proses dilanjutkan dengan penyaringan ketiga melalui peninjauan abstrak dan aksesibilitas artikel. Dari keseluruhan tahapan tersebut, lima artikel dinyatakan memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi dalam penelitian ini mencakup artikel penelitian kuantitatif atau kualitatif berbasis data primer, penelitian yang melaporkan efektivitas intervensi keperawatan komunitas dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi, artikel yang diterbitkan dalam lima tahun terakhir (2020–2025), menggunakan sampel berupa pasien atau masyarakat, serta ditulis dalam bahasa Indonesia. Sementara itu, kriteria eksklusi mencakup artikel berupa laporan, esai, disertasi, atau review; penelitian yang hanya berfokus pada pendidikan kesehatan masyarakat tanpa intervensi komunitas; serta artikel yang dipublikasikan sebelum tahun 2020.



**Gambar 1.** Diagram Prisma

**Tabel 1.** Rangkuman Artikel intervensi untuk penurunan tekanan darah pada hipertensi

No	Peneliti	Judul	Sampel	Metode	Hasil
1	Siti robeatul adawiyah dkk, (2023)	Asuhan keperawatan komunitas pada pasien hipertensi dengan pemberian terapi PMR	18 peserta	Studi ini menggunakan pendekatan intervensi komunitas berbasis edukasi kesehatan dan praktik Progressive	Intervensi PMR dan edukasi hipertensi yang diberikan kepada 18 warga menunjukkan peningkatan pengetahuan yang jelas. Proporsi peserta dengan kategori pengetahuan tinggi

EFEKTEFITAS INTERVENSI KEPERAWATAN KOMUNITAS DALAM MENURUNKAN  
TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI : LITERATUR REVIEW

		di kelurahan gembor.		Muscle Relaxation (PMR). Penelitian memakai pre-test dan post-test untuk menilai perubahan pengetahuan peserta.	meningkat dari 44,4% menjadi 77,8%. Hasil ini menggambarkan bahwa intervensi sederhana berbasis edukasi dan praktik relaksasi dapat memperbaiki pemahaman masyarakat mengenai hipertensi. Bisa dibayangkan, menggerakkan otot sedikit saja ternyata cukup membantu menggerakkan pengetahuan mereka.
2	Alwani,sa ri,dkk., (2022)	Implementasi program keperawatan komunitas “langkah mandiri” untuk lansia hipertensi.	90-95 lansia	Penelitian ini menerapkan intervensi keperawatan komunitas multikomponen, terdiri dari lima sesi: edukasi, relaksasi otot progresif- aromaterapi, latihan Orhiba, imajinasi terbimbing, dan pelatihan aplikasi kesehatan. Desainnya berbasis pre-post intervensi pada 90–95 lansia.	Program ini menghasilkan peningkatan pengetahuan sekaligus perubahan tekanan darah pada lansia hipertensi. Kombinasi teknik relaksasi, aktivitas fisik, dan edukasi digital tampaknya bekerja saling melengkapi. Hasilnya cukup konsisten: tekanan darah sistolik dan diastolik turun setelah program berlangsung. Intervensi juga memperkuat kemampuan manajemen diri peserta. Dengan kata lain, lansia bukan hanya diajari, tetapi dipersenjatai dengan keterampilan praktis yang membuat mereka lebih mandiri.
3	Yatsi madani., (2025)	Implementasi terapi senam anti hipertensi dan pemberian buah semangka untuk menurunkan	25 peserta	Program ini menghasilkan peningkatan pengetahuan sekaligus perubahan tekanan darah pada lansia hipertensi. Kombinasi teknik relaksasi, aktivitas	Hasil penelitian menunjukkan 77,8% peserta mengalami penurunan tekanan darah, dan hari kedua intervensi menjadi yang paling efektif (91,7% menunjukkan respons baik). Kombinasi latihan fisik dan terapi buah

		n tekanan darah pada klien hipertensi.		fisik, dan edukasi digital tampaknya bekerja saling melengkapi. Hasilnya cukup konsisten: tekanan darah sistolik dan diastolik turun setelah program berlangsung. Intervensi juga memperkuat kemampuan manajemen diri peserta. Dengan kata lain, lansia bukan hanya diajari, tetapi dipersenjatai dengan keterampilan praktis yang membuat mereka lebih mandiri.	yang kaya likopen dan antioksidan tampaknya memberikan efek fisiologis yang cukup cepat. Selain menurunkan tensi, intervensi ini juga meningkatkan kesadaran kesehatan. Ringkasnya, sedikit bergerak dan sedikit makan semangka ternyata lebih ampuh daripada terus-terusan stres.
4	Shafa anandaputri sigit, teuku tahlil, asniar., (2024)	Peningkatan perilaku diet DASH pada anggota komunitas usia produktif dengan hipertensi.	11 pasien	Penelitian ini menggunakan intervensi edukasi komunitas dengan model pre–post test pada 11 partisipan. Edukasi menggunakan media lembar balik (flip sheet) dan penilaian dilakukan melalui observasi serta kuesioner perilaku diet.	Perilaku diet peserta meningkat rata-rata 38,5% setelah edukasi. Ini menunjukkan bahwa materi yang mudah dipahami dan cara penyampaian yang visual mampu mengubah kebiasaan makan. Meskipun sampel kecil, perubahan perilaku terlihat nyata dan konsisten. Edukasi diet DASH yang langsung menasar perilaku terbukti efektif, terutama pada komunitas usia produktif yang sebenarnya tahu harus makan sehat tapi seringnya lupa... atau pura-pura lupa.
5	Noor rochmah	Terapi komplemen	15 lansia	Penelitian menggunakan	Program ini menurunkan ansietas lansia hipertensi

ida ayu trisno putri, etika dewi cahyaning rum, wurdaning sih., (2025)	ter berbasis komunitas pemberdayaan kader dan lansia dalam penanganan ansietas lansia hipertensi.	pendekatan partisipatif-edukatif, memadukan pelatihan kader, terapi mewarnai (art therapy), dan kegiatan pemberdayaan selama enam bulan. Metodenya quasi-intervensi, menilai perubahan ansietas dan kemampuan kader sebelum dan sesudah program.	dan meningkatkan kemampuan kader dalam memberikan intervensi nonfarmakologis. Walaupun tidak semua angka detail disajikan, hasil kualitatif menunjukkan peningkatan kenyamanan emosional dan rasa percaya diri lansia. Aktivitas mewarnai yang sederhana tapi menenangkan membantu mereka mengurangi kecemasan. Intinya, pendekatan komunitas yang lembut dan humanistik bekerja lebih baik daripada sekadar ceramah kesehatan yang kaku.
------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tinjauan terhadap lima artikel tersebut menunjukkan bahwa intervensi keperawatan komunitas secara konsisten efektif dalam membantu pengendalian hipertensi. Setiap penelitian menggunakan desain pre-post test, yang memungkinkan peneliti menilai perubahan tekanan darah, peningkatan pengetahuan, modifikasi perilaku kesehatan, dan perbaikan kondisi psikologis setelah intervensi diberikan. Artikel pertama mengevaluasi penggunaan Progressive Muscle Relaxation (PMR) dan edukasi hipertensi. Intervensi ini terbukti meningkatkan pengetahuan peserta secara signifikan, terlihat dari pergeseran jumlah responden yang sebelumnya berada pada kategori pengetahuan rendah menjadi pengetahuan tinggi.

Artikel kedua, melalui program “Langkah Mandiri”, memperlihatkan bahwa rangkaian intervensi yang menggabungkan relaksasi, aktivitas fisik, edukasi, dan pemanfaatan teknologi digital mampu menurunkan tekanan darah dan memperkuat kemampuan manajemen diri pada lansia hipertensi. Pada artikel ketiga, kombinasi senam anti hipertensi dan konsumsi buah semangka berhasil menurunkan tekanan darah pada sebagian besar peserta. Efek paling kuat tampak pada hari kedua intervensi. Selain memengaruhi tekanan darah, program ini juga mendorong perubahan perilaku menuju pola aktivitas fisik dan makan yang lebih sehat.

Sementara itu, penelitian keempat yang menekankan edukasi diet DASH pada usia produktif menunjukkan peningkatan perilaku diet hingga 38,5% setelah intervensi.

Temuan ini menegaskan bahwa media visual dapat membantu peserta lebih memahami dan mematuhi prinsip diet sehat untuk hipertensi.

Artikel kelima menampilkan intervensi psikososial berupa terapi mewarnai dan pemberdayaan kader kesehatan. Hasil penelitian memperlihatkan penurunan ansietas pada lansia hipertensi, disertai meningkatnya kemampuan kader dalam memberikan intervensi nonfarmakologis. Durasi program yang berlangsung enam bulan memberi ruang bagi peserta dan kader untuk mengalami perubahan emosional dan perilaku yang lebih stabil.

Secara keseluruhan, kelima artikel tersebut memperlihatkan bahwa intervensi keperawatan komunitas memiliki potensi besar dalam menurunkan tekanan darah, memperbaiki perilaku kesehatan, meningkatkan kemampuan manajemen diri, serta memperkuat kondisi psikologis peserta. Ragam bentuk intervensi yang digunakan menunjukkan fleksibilitas pendekatan komunitas dan kemampuannya menyesuaikan diri dengan karakteristik peserta, baik usia produktif maupun lanjut usia.

## **PEMBAHASAN**

Tinjauan literatur ini memperlihatkan pola yang konsisten bahwa intervensi keperawatan komunitas memiliki peran besar dalam membantu pengelolaan hipertensi di masyarakat. Pendekatan berbasis komunitas terbukti mampu menjawab berbagai tantangan yang sering muncul dalam pelayanan kesehatan formal, seperti keterbatasan akses, rendahnya tingkat pemahaman pasien, kepatuhan pengobatan yang masih rendah, serta minimnya dukungan keluarga. Dengan dilaksanakan langsung di lingkungan masyarakat, intervensi ini menjadi lebih mudah diterima, relatif terjangkau, dan lebih memungkinkan untuk dipertahankan dalam jangka panjang. Pendekatan fisiologis, seperti Progressive Muscle Relaxation (PMR), senam anti hipertensi, dan latihan fisik terstruktur, memberikan efek langsung terhadap penurunan aktivitas saraf simpatis, mengurangi ketegangan otot, serta memperbaiki aliran darah. Pada penderita hipertensi, pengurangan respons stres ini berkontribusi pada penurunan tekanan darah. Efektivitasnya juga terlihat meskipun intervensi dilakukan dalam durasi yang singkat, menunjukkan bahwa perubahan sederhana dalam rutinitas harian masyarakat dapat memberikan dampak kesehatan yang signifikan. Edukasi kesehatan muncul sebagai komponen kunci dalam keberhasilan berbagai intervensi. Baik melalui ceramah, media visual seperti flip sheet, maupun pelatihan berbasis aplikasi digital, edukasi membantu peserta memahami hubungan antara gaya hidup dan kesehatan kardiovaskular. Peningkatan pengetahuan ini mendorong perubahan perilaku yang berpengaruh langsung terhadap pengendalian hipertensi. Contohnya, edukasi diet DASH efektif meningkatkan kualitas pola makan peserta, sementara pelatihan digital dalam program “Langkah Mandiri” membantu individu mengembangkan kemampuan memantau kesehatannya sendiri.

Intervensi yang bersifat psikososial, seperti terapi mewarnai pada lansia, juga menunjukkan manfaat penting. Aktivitas seni dan dukungan emosional membantu menurunkan kecemasan, yang relevan karena stres dan ansietas dapat memicu peningkatan tekanan darah melalui aktivasi saraf simpatis. Selain itu, keterlibatan kader kesehatan berperan penting dalam menjaga keberlanjutan program komunitas dan memberikan dukungan yang lebih dekat kepada kelompok rentan seperti lansia. Walaupun hasil dari semua studi menunjukkan arah yang positif, beberapa keterbatasan

perlu diperhatikan. Sebagian penelitian melibatkan jumlah sampel yang kecil, sehingga generalisasi temuan masih terbatas. Durasi intervensi yang relatif singkat pada beberapa studi juga belum mampu menggambarkan dampak jangka panjang terhadap kontrol tekanan darah. Perbedaan metode pengukuran dan variasi bentuk intervensi membuat perbandingan antar studi tidak sepenuhnya setara. Beberapa penelitian juga lebih menekankan pada hasil perilaku dan psikologis tanpa menyertakan data perubahan tekanan darah secara rinci.

Kendati demikian, bukti yang tersedia tetap menguatkan bahwa intervensi keperawatan komunitas adalah pendekatan yang menjanjikan untuk pengendalian hipertensi. Intervensi ini tidak hanya mampu menurunkan tekanan darah, tetapi juga memperbaiki perilaku kesehatan dan memperkuat kapasitas masyarakat dalam menjaga kesehatannya. Dengan manfaat yang komprehensif tersebut, intervensi komunitas layak menjadi komponen penting dalam strategi promotif dan preventif kesehatan masyarakat.

### **KESIMPULAN**

Tinjauan literatur ini menunjukkan bahwa intervensi keperawatan komunitas memiliki efektivitas tinggi dalam membantu pengendalian hipertensi. Berbagai pendekatan intervensi—mulai dari relaksasi otot progresif, senam anti hipertensi dan terapi nutrisi, edukasi diet DASH, hingga intervensi psikososial berbasis pemberdayaan kader—secara konsisten menghasilkan peningkatan pengetahuan, perubahan perilaku kesehatan, penurunan ansietas, serta penurunan tekanan darah pada peserta. Pelaksanaan intervensi di lingkungan komunitas menjadikannya lebih mudah diterima, berkelanjutan, serta relevan dengan kebutuhan masyarakat. Meskipun beberapa keterbatasan ditemukan seperti ukuran sampel kecil dan durasi intervensi pendek, bukti yang tersedia tetap menunjukkan bahwa intervensi keperawatan komunitas layak menjadi bagian integral dari strategi promotif dan preventif dalam pengendalian hipertensi.

### **DAFTAR REFERENSI**

- Adawiyah, S. R., Sagitari, S. D., Nurubaidillah, S., Yundari, S., Hapsah, S., Rahmawati, N., ... & Putri, R. A. (2023). Asuhan Keperawatan Komunitas Pada Pasien Hipertensi Dengan Pemberian Terapi Pmr Di Kelurahan Gembor. *Nusantara Hasana Journal*, 3(3), 46-49.
- Jurnal Mandira Cendikia. (2024). Implementasi keperawatan komunitas dengan senam hipertensi untuk menurunkan tekanan darah. *Journal Mandira Cendikia*, 12(2). <https://journal.mandiracendikia.com/index.php/JIK-MC/article/view/1192>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). PNPk 2021: Tata laksana hipertensi dewasa. Kementerian Kesehatan RI. <https://kemkes.go.id/id/pnpk-2021---tata-laksana-hipertensi-dewasa>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024, 18 Mei). Bahaya hipertensi, upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi. Kementerian Kesehatan RI. <https://kemkes.go.id/id/bahaya-hipertensi-upaya-pencegahan-dan-pengendalian-hipertensi>

- Nurlaela, M., Safitri, A., Mahasari, D., Nurhasanah, C., Noviana, D., Herawati, H. E., ... & Mulyani, U. (2025). Implementasi Terapi Senam Anti Hipertensi dan Pemberian Buah Semangka Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Klien dengan Hipertensi. *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(4), 579-590.
- Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia. (2023). Panduan promotif dan preventif hipertensi (Konsensus InaSH 2023). InaSH. [https://admin.inash.or.id/cdn/File/Konsensus%20InaSH%202023\\_A5.pdf](https://admin.inash.or.id/cdn/File/Konsensus%20InaSH%202023_A5.pdf)
- Putri, N. R. I. A. T., & Cahyaningrum, E. D. (2025). Terapi Komplementer Berbasis Komunitas: Pemberdayaan Kader dan Lansia dalam Penanganan Ansietas Lansia Hipertensi: Pengabdian. *Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan*, 3(4), 4557-4561.
- Sari, N. L. P. D. Y. (2022). Implementasi program keperawatan komunitas pada manajemen hipertensi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Universitas Muhammadiyah Purworejo*.
- Sari, N. L. P. D. Y., Rekawati, E., & Widyatuti, W. (2022). Implementasi Program Keperawatan Komunitas “Langkah Mandiri” untuk Lansia Hipertensi. *JPPM (Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 6(2), 325-331.
- Sigit, S. A., & Tahlil, T. (2024). Peningkatan Perilaku Diet DASH Pada Anggota Komunitas Usia Produktif Dengan Hipertensi. *Beujroh: Jurnal Pemberdayaan dan Pengabdian pada Masyarakat*, 2(2), 225-237.