MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

Vol. 24 No 3 Tahun 2026
Cahaya Ilmu Bangsa

GERAKAN REMAJA SADAR HIPERTENSI MELALUI EDUKASI GAYA HIDUP SEHAT DI SMA NEGERI 3 PANGKALPINANG

Mutya Dwi Auliya[1], Putri Endah Lestari[2], Rara Alfiareta[3], Reva Anggraini[4], Sheina Tri Ananda[5], Tyara Angelina B. Manalu[6], Ulfah Diyanah[7], Zanarul Zita[8]
[1-8] Diploma III Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Pangkalpinang

E-mail: mutyadwiauliya@gmail.com, putriandalestari@gmail.com, alfiretarara@gmail.com, pkpreva@gmail.com, sheinatriananda23@gmail.com, cielleyara@gmail.com, ulfahdiyanah418@gmail.com, zanahrulzitaaa@gmail.com

Abstract

Hypertension in adolescents is rarely detected because it does not cause symptoms. The 2023 Indonesian Health Survey recorded a prevalence of hypertension—based on measurements—among 18- to 24-year-olds at 10.7%, while only 0.4% had been diagnosed by a doctor. At Pangkalpinang State High School No. 3, an initial survey indicated that the school had never conducted health education on hypertension. This community service project aims to increase adolescents' knowledge about hypertension and its risk factors, as well as to foster awareness and healthy lifestyle behaviors as preventive measures. The activity was held on October 22, 2026, in the school auditorium with approximately 50 students. The implementation consisted of three stages: preparation; execution, which included presenting the material, a question-and-answer session, documentation, and report writing; and evaluation. The activity was evaluated using a descriptive qualitative approach. Data were collected through participatory observation and notes on students' opinions and questions, then analyzed thematically using triangulation of techniques and observers to ensure data validity. The results showed that the activity ran smoothly and that students were actively engaged in discussions and Q&A sessions. Health education in schools can serve as a first step toward introducing adolescents to hypertension and its prevention. These results cannot yet be generalized because the activity was conducted at a single school without measuring knowledge before and after the activity. Education should be made a regular part of the school's program, and it is recommended that future activities include pre-tests, post-tests, and blood pressure checks.

Keywords: Hypertension, Adolescents, Hypertension Risk Education, Community Service, Healthy Lifestyle

Abstrak

Hipertensi pada remaja jarang terdeteksi karena tidak menimbulkan gejala. Survei Kesehatan Indonesia 2023 mencatat prevalensi hipertensi berdasarkan pengukuran pada usia 18 sampai 24 tahun sebesar 10,7%, sedangkan yang terdiagnosis dokter

Article history
Received: November 2026
Reviewed: November 2026
Published: November 2026
Plagiarism checker no. 234.8576

Copyright: Author
Published by: Nutricia

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

Vol. 24 No 3 Tahun 2026
Cahaya Ilmu Bangsa

hanya 0,4%. Di SMA Negeri 3 Pangkalpinang, survei awal menunjukkan bahwa sekolah belum pernah mengadakan edukasi kesehatan tentang hipertensi. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan remaja tentang hipertensi, faktor risikonya, serta menumbuhkan kesadaran dan perilaku hidup sehat sebagai langkah pencegahannya. Kegiatan dilaksanakan pada 22 Oktober 2026 di aula sekolah dengan sekitar 50 siswa. Pelaksanaan terdiri atas tiga tahap, yaitu persiapan, pelaksanaan yang meliputi penyampaian materi, sesi tanya jawab, sesi dokumentasi, dan penyusunan laporan. Kegiatan dikaji dengan pendekatan kualitatif deskriptif. Data dikumpulkan melalui observasi partisipatif serta catatan pendapat dan pertanyaan siswa, kemudian dianalisis secara tematik dengan triangulasi teknik dan pengamat untuk menjaga keabsahan data. Hasil menunjukkan kegiatan berjalan lancar dan siswa terlibat aktif dalam diskusi dan tanya jawab. Edukasi kesehatan di sekolah dapat menjadi langkah awal untuk mengenalkan hipertensi dan pencegahannya kepada remaja. Hasil ini belum dapat digeneralisasi karena kegiatan dilakukan pada satu sekolah tanpa pengukuran pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan. Edukasi sebaiknya dijadikan program rutin sekolah, dan kegiatan berikutnya disarankan menambahkan pre-test, post-test, serta pemeriksaan tekanan darah.

Kata Kunci: Hipertensi, Remaja, Edukasi Risiko Hipertensi, Pengabdian Masyarakat, Gaya Hidup Sehat

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah kondisi ketika tekanan darah meningkat secara menetap, ditandai dengan tekanan darah sistolik ≥140 mmHg dan diastolik ≥90 mmHg berdasarkan pengukuran sesuai prosedur standar (Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia (PERHI), 2023). Penyakit ini sering tidak menimbulkan gejala sehingga baru diketahui setelah organ tubuh, misalnya jantung, mengalami gangguan. Bila dibiarkan dalam waktu lama, hipertensi dapat meningkatkan risiko stroke, serangan jantung, gagal jantung, kerusakan ginjal hingga gagal ginjal kronis, bahkan pecahnya pembuluh darah yang berujung pada kematian mendadak (Sukmawaty, 2021). Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2022), prevalensi hipertensi pada remaja mengalami peningkatan akibat perubahan pola hidup yang kurang sehat, seperti konsumsi makanan tinggi garam, kurang aktivitas, serta meningkatnya angka obesitas (Profil Kesehatan Indonesia 2022, n.d.). Kebiasaan tersebut tidak hanya berdampak pada kesehatan jangka pendek, tetapi juga meningkatkan risiko penyakit tidak menular di kemudian hari, terutama penyakit kardiovaskular (Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), 2024). Karena itu, masa remaja menjadi waktu yang strategis untuk upaya promotif dan preventif.

Di Indonesia, Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 mencatat prevalensi hipertensi berdasarkan pengukuran tekanan darah sebesar 10,7% pada kelompok usia muda 18 sampai 24 tahun (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2023), sedangkan prevalensi berdasarkan diagnosis dokter pada kelompok usia yang sama hanya 0,4% (Fachrudin Ali Ahmad, 2024). Selisih yang besar antara hasil pengukuran dan diagnosis ini menunjukkan bahwa banyak anak muda dengan tekanan darah tinggi kemungkinan belum terdeteksi, sehingga belum mendapat edukasi maupun

penanganan yang sesuai. Sejumlah faktor gaya hidup juga berkaitan dengan tekanan darah pada usia muda. Hasil meta-analisis dosis-respons menunjukkan bahwa anak dan remaja dengan durasi waktu layar paling tinggi memiliki peluang lebih besar mengalami hipertensi (Farhangi et al., 2023). Temuan ini sejalan dengan gaya hidup remaja masa kini yang banyak menggunakan gawai, kurang bergerak, dan akrab dengan makanan tinggi garam serta makanan cepat saji.

Di tingkat daerah, Bangka Belitung mencatat bahwa hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang mendominasi laporan kegiatan kesehatan di fasilitas pelayanan kesehatan primer (Kesehatan et al., 2016). Di Kota Pangkalpinang, khususnya Kecamatan Rangkui, kasus hipertensi pada remaja belum mendapatkan perhatian khusus dalam hal pencegahan dan edukasi. Berdasarkan hasil survei awal di SMA Negeri 3 Pangkalpinang, ditemukan bahwa sekolah belum mengadakan edukasi kesehatan tentang hipertensi pada siswanya. Oleh karena itu, pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan untuk meningkatkan pemahaman remaja mengenai hipertensi dan faktor risikonya. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam pencegahan hipertensi pada remaja serta mendorong kebiasaan hidup sehat sehari-hari. Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan, dapat dirumuskan beberapa permasalahan, yaitu kurangnya pengetahuan remaja mengenai hipertensi, faktor risiko, dan pencegahannya; tidak adanya program edukasi kesehatan di SMA Negeri 3 Pangkalpinang; serta rendahnya kesadaran remaja terhadap pentingnya pola hidup sehat untuk mencegah hipertensi. Adapun tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di sekolah ini, yakni meningkatkan pengetahuan remaja tentang hipertensi dan faktor risikonya melalui edukasi kesehatan berbasis media interaktif, serta menumbuhkan kesadaran dan perilaku hidup sehat di kalangan remaja sebagai langkah pencegahan hipertensi.

SMA Negeri 3 Pangkalpinang merupakan SMA berakreditasi A yang berada di Provinsi Bangka Belitung, tepatnya di Kota Pangkalpinang, yang memiliki sarana dan prasarana yang baik untuk mendukung kegiatan edukasi kesehatan. Namun, belum adanya program kesehatan rutin di sekolah menjadi tantangan dalam upaya sadar akan pencegahan hipertensi. Oleh karena itu, dibutuhkan integrasi program kesehatan ke dalam kurikulum sekolah agar keberlanjutan kegiatan ini dapat terjamin. Beberapa penelitian telah mengkaji edukasi sebagai strategi pencegahan hipertensi pada remaja. Meneliti pengaruh edukasi gaya hidup sehat terhadap sikap pencegahan hipertensi pada remaja (Subkhi et al., 2025). Mengkaji dampak edukasi efektif tentang peningkatan pengetahuan hipertensi pada remaja (Maisa et al., 2025). Sintesis ini menyimpulkan bahwa intervensi gaya hidup pada remaja berpotensi menurunkan tekanan darah dan mencegah hipertensi (H. Siregar, 2026). Oleh karena itu, kegiatan pengabdian akan sadar hipertensi pada SMA Negeri 3 Pangkalpinang ini diharapkan dapat memberikan banyak manfaat yang berkelanjutan pada siswanya.

METODE PENELITIAN

Kegiatan ini merupakan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi gaya hidup sehat tentang hipertensi bagi remaja, yang dikaji dengan pendekatan kualitatif dengan desain deskriptif. Kami memilih pendekatan kualitatif karena tujuan kajian adalah memahami secara mendalam pengetahuan, persepsi, dan pengalaman remaja selama kegiatan edukasi berlangsung. Hal tersebut lebih tepat digambarkan melalui kata-kata dan perilaku yang diamati langsung di lapangan daripada melalui angka (Renjith et al., 2021). Desain deskriptif digunakan untuk memaparkan pelaksanaan kegiatan dan respons peserta sebagaimana adanya, tanpa membandingkan perlakuan. Kegiatan dilaksanakan pada Kamis, 22 Oktober 2026 di aula SMA Negeri 3 Pangkalpinang, Provinsi Kepulauan Bangka Belitung. Sekolah menyediakan aula sebagai tempat kegiatan serta fasilitas berupa smartboard dan audiovisual untuk mendukung interaksi langsung antara tim pengabdi dan peserta.

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

Vol. 24 No 3 Tahun 2026
Cahaya Ilmu Bangsa

Subjek kegiatan adalah siswa SMA Negeri 3 Pangkalpinang yang hadir dan mengikuti kegiatan, berjumlah sekitar 50 orang. Subjek ditentukan secara purposive, yaitu dipilih secara sengaja berdasarkan kesesuaiannya dengan tujuan kegiatan (Maiss Ahmad & Stephen Wilkins, 2024). Siswa dilibatkan sebagai sasaran utama dalam kegiatan pengabdian terkait pencegahan hipertensi, sehingga dapat diterapkan serta disebarluaskan di lingkungan teman, keluarga, dan orang sekitar. Seluruh siswa yang hadir pada hari kegiatan dilibatkan sebagai subjek.

Data dikumpulkan melalui dua teknik, yaitu observasi partisipatif, yakni tim pengabdi mengamati keterlibatan, respons, dan interaksi siswa selama penyampaian materi dan sesi diskusi, sambil ikut terlibat dalam kegiatan, serta pencatatan pendapat dan pertanyaan siswa yang disampaikan pada sesi tanya jawab dan dicatat dalam catatan lapangan.

Pelaksanaan yang kami lakukan ada tiga tahap, yaitu tahap persiapan: mengurus izin dan berkoordinasi dengan pihak sekolah, menyusun materi edukasi tentang hipertensi dan gaya hidup sehat, serta menyiapkan lembar observasi dan perlengkapan dokumentasi. Kemudian, tahap pelaksanaan yang dilakukan pada Kamis, 22 Oktober 2026: tim menyampaikan edukasi kepada sekitar 50 siswa di aula. Setelah penyampaian materi, peserta diberi kesempatan menyampaikan pendapat dan bertanya secara bebas. Selama kegiatan, tim mengobservasi dan mencatat respons peserta. Tahap akhir adalah dokumentasi dan penyusunan laporan.

Keabsahan data diupayakan melalui beberapa cara (Rachel H. Adler, 2022). Triangulasi teknik dilakukan dengan membandingkan data hasil observasi, catatan pendapat dan pertanyaan siswa, dan dokumentasi. Triangulasi pengamat dilakukan dengan membandingkan catatan lapangan dari anggota tim pengabdi yang berbeda. Audit trail dilakukan dengan menyimpan seluruh dokumen proses kegiatan, yaitu foto kegiatan dari awal hingga akhir.

Kegiatan memperhatikan prinsip etika yaitu izin dan persetujuan dari pihak sekolah, kesediaan siswa untuk berpartisipasi secara sukarela, izin peserta untuk pengambilan foto dokumentasi, dan prinsip tidak merugikan peserta, termasuk hak peserta untuk ikut berpendapat atau berhenti berpartisipasi kapan saja.

Data dianalisis secara tematik (Virginia Braun & Victoria Clarke, 2021) melalui tiga alur kegiatan, yakni reduksi data, yaitu memilih hal pokok dan mengkode data dari catatan observasi, catatan pendapat dan pertanyaan siswa, serta dokumentasi; penyajian data, yaitu menyajikan data dalam bentuk uraian naratif, kategori, dan tema; serta penarikan kesimpulan dan verifikasi, yaitu menarik kesimpulan sementara dan memverifikasinya secara terus-menerus selama dan setelah pengumpulan data. Proses analisis dilakukan secara manual.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kesehatan remaja tentang “Gerakan Remaja Sadar Hipertensi Melalui Edukasi Gaya Hidup Sehat di SMA Negeri 3 Pangkalpinang” dilaksanakan pada tanggal 22 Oktober 2026. Fokus utama dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan remaja tentang hipertensi, mendorong perubahan perilaku menuju gaya hidup sehat, dan memanfaatkan media yang inovatif serta interaktif sebagai sumber pengetahuan yang efektif.

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

Vol. 24 No 3 Tahun 2026
Cahaya Ilmu Bangsa



Gambar 1. Dokumentasi Perkenalan

Tahapan utama dalam kegiatan pengabdian ini dimulai dari pembukaan oleh moderator, yaitu perkenalan.



Gambar 2. Dokumentasi Penyampaian Materi

Tahapan kegiatan berikutnya adalah penyampaian materi. Materi yang diberikan berisi informasi edukasi tentang penjelasan terkait risiko penyakit hipertensi dan pencegahannya.



Gambar 3. Dokumentasi Penyerahan Bingkisan

Tahapan terakhir yaitu sesi tanya jawab. Tujuan sesi tanya jawab ini adalah untuk mengevaluasi potensi diri siswa dalam memahami materi yang telah disampaikan. Untuk siswa yang aktif

dalam bertanya dan menjawab pertanyaan akan diberikan apresiasi berupa bingkisan, kemudian dilanjutkan dengan dokumentasi penyerahan bingkisan.

Penelitian ini menemukan bahwa ada hubungan antara pemberian edukasi kesehatan dan pengetahuan pencegahan hipertensi yang lebih baik. Salah satu kemampuan yang dicapai oleh sasaran didik sebagai hasil dari proses belajar adalah peningkatan pengetahuan yang terjadi setelah pendidikan kesehatan diberikan (Hairil Akbar & Finni Fitria Tumiwa, 2020). Penggunaan media pembelajaran yang tepat dapat membuat pencapaian tujuan pendidikan kesehatan lebih mudah dan dapat meningkatkan penerimaan informasi. Pengetahuan merupakan salah satu aspek kunci dari konsep perubahan perilaku yang memiliki potensi besar untuk memengaruhi perilaku kesehatan dan mengurangi risiko terjadinya penyakit. Ketika perilaku didasari oleh pengetahuan yang baik dan sikap yang positif, maka cenderung untuk menjadi stabil seiring waktu dan bertransformasi menjadi kebiasaan serta gaya hidup yang terintegrasi dalam diri seseorang. Tingkat pengetahuan yang semakin meningkat secara proporsional akan berdampak positif pada perubahan perilaku yang lebih baik. Salah satu metode yang terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan individu terkait kesehatan adalah melalui pendidikan kesehatan yang menyeluruh dan terarah (Saing Sari, 2005).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian "Gerakan Remaja Sadar Hipertensi Melalui Edukasi Gaya Hidup Sehat" di SMA Negeri 3 Pangkalpinang sudah dilaksanakan pada Kamis, 22 Oktober 2026, bertempat di aula SMA Negeri 3 Pangkalpinang. Kegiatan ini diikuti sekitar 50 siswa dan berjalan dengan lancar, mulai dari perkenalan oleh moderator, penyampaian materi, hingga sesi tanya jawab. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan di sekolah dapat membantu siswa mengenal hipertensi, faktor risikonya, dan upaya pencegahannya. Siswa juga terlibat aktif dengan menyampaikan pendapat dan pertanyaan, sehingga tujuan untuk menumbuhkan kesadaran dan mendorong perilaku hidup sehat sebagai langkah awal pencegahan hipertensi pada remaja dapat dikatakan tercapai secara deskriptif. Kegiatan ini memperkuat pandangan siswa bahwa pengetahuan merupakan aspek kunci dalam perubahan perilaku kesehatan, sehingga pendidikan kesehatan menjadi strategi promotif dan preventif yang sangat baik sejak usia remaja. Pengabdian ini juga menunjukkan bahwa fasilitas di SMA Negeri 3 Pangkalpinang sangat memadai, yaitu aula, smartboard, dan audiovisual yang sudah dimiliki dan dapat dimanfaatkan sebagai sarana edukasi kesehatan. Khusus bagi pihak sekolah dan layanan kesehatan setempat, pengabdian ini mendukung adanya program edukasi kesehatan ke dalam program sekolah agar manfaatnya berkelanjutan. Namun, kesimpulan ini perlu dibaca dengan hati-hati karena kegiatan menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif pada satu sekolah dengan sekitar 50 siswa tanpa pengukuran pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasi dan belum menunjukkan besarnya perubahan pengetahuan pada siswa SMA Negeri 3 Pangkalpinang.

Penulis menyarankan agar pihak sekolah memulai program edukasi hipertensi yang sebaiknya dijadwalkan secara berkala melalui UKS atau diintegrasikan ke dalam kegiatan pembelajaran, bukan hanya saat pengabdian dilakukan. Kemudian, bagi siswa diharapkan dapat menerapkan pencegahan hipertensi ini dalam kebiasaan sehari-hari. Bagi tim pengabdian dan peneliti selanjutnya disarankan menambahkan pre-test dan post-test agar peningkatan pengetahuan siswa dapat dilihat melalui grafik, tidak hanya dari pengamatan, serta menambahkan pemeriksaan tekanan darah mengingat banyak remaja dengan tekanan darah tinggi yang belum terdeteksi.

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

Vol. 24 No 3 Tahun 2026
Cahaya Ilmu Bangsa

DAFTAR PUSTAKA

Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*.

Fachrudin Ali Ahmad. (2024, December 2). *Bahaya Hipertensi Mengintai Anak Muda Indonesia*. Bahaya Hipertensi Mengintai Anak Muda Indonesia.

Farhangi, M. A., Fathi Azar, E., Manzouri, A., Rashnoo, F., & Shakarami, A. (2023). Prolonged screen watching behavior is associated with high blood pressure among children and adolescents: a systematic review and dose–response meta-analysis. *Journal of Health, Population and Nutrition*, *42*(1). https://doi.org/10.1186/s41043-023-00437-8

H. Siregar, H. P. & A. Y. N. (2026). Intervensi Gaya Hidup untuk Penurunan Tekanan Darah dan Pencegahan Hipertensi pada Remaja: Tinjauan Sistematis. *Intervensi Gaya Hidup Untuk Penurunan Tekanan Darah Dan Pencegahan Hipertensi Pada Remaja: Tinjauan Sistematis*, *8*(12), 1622–1632.

Hairil Akbar & Finni Fitria Tumiwa. (2020). Edukasi Upaya Pencegahan Hipertensi pada Masyarakat di Kecamatan Passi Barat Kabupaten Bolaang Mongondow. *Edukasi Upaya Pencegahan Hipertensi Pada Masyarakat Di Kecamatan Passi Barat Kabupaten Bolaang Mongondow*, *1*(3), 154–160.

Kesehatan, D., Kepulauan, P., & Belitung, B. (2016). *66-2.3 BANGKA SELATAN Persen Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Bangka Belitung-73* (Vol. 58, Number 6).

Maisa, B. A., Taufiqa, Z., Lisrha, N., & Samsa Volasoohy, N. (2025). Program Kelas Edukasi Efektif Meningkatkan Pengetahuan Remaja tentang Hipertensi. In *Program Kelas Edukasi Efektif Meningkatkan Pengetahuan Remaja Media Karya Kesehatan* (Vol. 8).

Maiss Ahmad & Stephen Wilkins. (2024). Purposive sampling in qualitative research: A framework for the entire journey. *Purposive Sampling in Qualitative Research: A Framework for the Entire Journey*, *59*(2), 1461–1479.

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). (2024, May 17). *Hari Hipertensi Sedunia 2024: Ukur Tekanan Darah Anda Secara Akurat, Kendalikan, Hidup Lebih Lama*. Hari Hipertensi Sedunia 2024: Ukur Tekanan Darah Anda Secara Akurat, Kendalikan, Hidup Lebih Lama.

Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia (PERHI). (2023). *Panduan Promotif & Preventif Hipertensi 2023*.

Profil Kesehatan Indonesia 2022. (n.d.).

Rachel H. Adler. (2022). Trustworthiness in qualitative research. *Trustworthiness in Qualitative Research*, *38*(4), 598–602.

Renjith, V., Yesodharan, R., Noronha, J., Ladd, E., & George, A. (2021). Qualitative methods in health care research. In *International Journal of Preventive Medicine* (Vol. 12, Number 1). Wolters Kluwer Medknow Publications. https://doi.org/10.4103/ijpvm.IJPVM_321_19

Saing Sari, J. H. (2005). *Hipertensi pada Remaja Hipertensi pada Remaja Hipertensi pada Remaja Hipertensi pada Remaja Hipertensi pada Remaja* (Vol. 6, Number 4).

Subkhi, I., Nugraha, Moch. D., & Nurfitriani, D. (2025). Pengaruh edukasi gaya hidup sehat terhadap sikap pencegahan hipertensi remaja. *Journal of Public Health Innovation*, *6*(1), 1–6. https://doi.org/10.34305/ypsktd81

Sukmawaty, M. N. (2021). Pengaruh edukasi gaya hidup sehat dengan metode daring terhadap pengetahuan pencegahan hipertensi dini pada siswa di SMA Negeri 3 Banjarbaru. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, *9*(1). http://jurnalstikesintanmartapura.com/index.php/jikis42

Virginia Braun & Victoria Clarke. (2021). One size fits all? What counts as quality practice in (reflexive) thematic analysis? *One Size Fits All? What Counts as Quality Practice in (Reflexive) Thematic Analysis?*, *18*(3), 328–352.