

**PEMBERDAYAAN MASYARAKAT SEBAGAI KADER PROMOSI GERAKAN PERILAKU  
CERDIK UNTUK MENCEGAH PENYAKIT JANTUNG**Try Ayu Patmawati<sup>1\*</sup>, Irwan Budiana<sup>2</sup>, Rif'atunnisa Rif'atunnisa<sup>3</sup><sup>1-3</sup>Poltekkes Kemenkes Kupang

Email Korespondensi: tryayupatma@gmail.com

Disubmit: 18 November 2025

Diterima: 13 April 2026

Diterbitkan: 01 Mei 2026

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v9i5.23550>**ABSTRAK**

PTM menjadi masalah kesehatan global yang cukup serius, yang ditandai dengan munculnya kasus baru dan kasus kematian akibat Penyakit Tidak Menular (PTM) di tiap tahunnya. Masyarakat kelurahan Paupanda kurang produktif secara ekonomi. Rendahnya pendidikan, minat dan kesadaran masyarakat menjadi penyebab kurangnya pengetahuan tentang penyakit tidak menular salah satunya penyakit jantung. Selain itu, perilaku hidup yang tidak sehat perilaku tidak sehat seperti merokok, kurang aktivitas fisik, dan pola makan yang tidak sehat dan berbagai faktor risiko PTM bisa dengan mudah ditemukan diberbagai lapisan masyarakat. Tujuan penelitian ini yakni ntuk memberdayakan masyarakat sebagai kader promosi gerakan perilaku CERDIK untuk mencegah penyakit penyakit kardiovaskular di Kelurahan Paupanda Wilayah Kerja Puskesmas Rukun Lima Kabupaten Ende. Metode pada kegiatan ini tim pengabdian masyarakat memberikan edukasi bagi kader dan masyarakat, pelatihan dan pendampingan. Hasil pengukuran pre dan post test didapatkan bahwa pada tahap pre rerata pengetahuan responden adalah 54,4 sedangkan pada tahap post didapatkan rerata pengetahuan kader meningkat yakni 79,8 setelah diberikan materi dan pelatihan. Edukasi yang diberikan mampu meningkatkan pengetahuan kader dan juga masyarakat akhirnya sadar akan pentingnya menerapkan CERDIK untuk mencegah penyakit jantung. Oleh karena itu perlu peran aktif kader kesehatan untuk memberikan penyuluhan yang rutin tentang pencegahan penyakit tidak menular (PTM) dengan materi CERDIK dan kepada masyarakat untuk menyebarkan informasi yang diterima terkait dengan pencegahan penyakit tidak menular (PTM) demi keberlanjutan kegiatan pengabdian.

**Kata Kunci:** *Penyakit Jantung, Edukasi, Kader, CERDIK.***ABSTRACT**

*Non-communicable diseases (NCDs) are a serious global health problem, marked by the emergence of new cases and deaths from Non-Communicable Diseases (NCDs) each year. The Paupanda sub-district community is economically unproductive. Low levels of education, interest, and public awareness contribute to a lack of knowledge about NCDs, one of which is heart disease. Furthermore, unhealthy lifestyles, such as smoking, lack of physical activity, and unhealthy diets, contribute to various NCD risk factors, which are readily found across all levels of society. The aim is to empower the community as*

*cadres to promote the CERDIK behavior movement to prevent cardiovascular disease in Paupanda Sub-district, within the Rukun Lima Community Health Center (Puskesmas) working area in Ende Regency. The method In this activity, the community service team provided education, training, and mentoring to cadres and the community. Pre- and post-test measurements revealed that in the pre-test, the average respondent's knowledge was 54.4, while in the post-test, the average cadre's knowledge increased to 79.8 after receiving materials and training. The education provided increased the knowledge of cadres and the community, ultimately raising awareness of the importance of implementing CERDIK to prevent heart disease. Therefore, health cadres need to actively participate in providing regular counseling on the prevention of non-communicable diseases (NCDs) using CERDIK materials and disseminating the information received regarding the prevention of non-communicable diseases (NCDs) to the community to ensure the sustainability of community service activities.*

**Keywords:** Heart Disease, Education, Cadres, CERDIK.

## 1. PENDAHULUAN

Di Indonesia PTM telah menjadi penyakit dengan tingkat kematian tertinggi di masyarakat, seperti darah tinggi, jantung koroner, kencing manis, stroke, diabetes, dan lain sebagainya (Haris et al., 2021). PTM menjadi masalah kesehatan global yang cukup serius, yang ditandai dengan munculnya kasus baru dan kasus kematian akibat Penyakit Tidak Menular (PTM) di tiap tahunnya.

Berdasarkan data *World Health Organization* atau WHO tahun 2021, Penyakit Tidak Menular (PTM) menyebabkan 71% kematian atau sekitar 41 juta orang tiap tahunnya (Dini et al., 2023). Sedangkan tahun 2023 WHO melaporkan setiap tahun sekitar 17 juta orang meninggal akibat NCD sebelum usia 70 tahun, dari 86% dari kematian dini ini terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah (Hamid & Putri Adekayanti, 2023). Selain itu, 77% dari semua kematian PTM terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah, seperti Indonesia (Maliangkay, 2023). Hal ini sejalan dengan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2007, 2013 dan 2018 yang menunjukkan kecenderungan peningkatan prevalensi PTM seperti diabetes, hipertensi, stroke dan penyakit sendi/rematik/gout. Secara nasional hasil Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi penderita tekanan darah tinggi sebesar 34,11%. Prevalensi tekanan darah tinggi pada wanita (36,85%) lebih tinggi dibandingkan pria (31,34%). Prevalensi di perkotaan sedikit lebih tinggi (34,43%) dibandingkan di pedesaan (33,72%) (Dini et al., 2023)

Data WHO saat ini menunjukkan bahwa penyakit kardiovaskular (salah satu penyakit jantung) merupakan penyebab kematian nomor satu secara global, yaitu 31% kematian. Oleh sebab itu diperlukan sebuah inovasi baru sebagai upaya untuk mengurangi jumlah kematian yang disebabkan oleh penyakit jantung (Muhajirin & Ashari, 2018).

Kelurahan Paupanda menjadi wilayah dengan luas wilayah paling luas ke Kecamatan Ende Selatan yakni 1,82m<sup>2</sup> (9,07%). Terdapat 3 lingkungan, 6 Rukun Warga (RW) dan 12 Rukun Tetangga (RT). Jumlah penduduk 3.332 (12,65%) dengan laju pertumbuhan penduduk yakni 03,6 dan tingkat

kepadatan pendudukan yakni 1 830,32. Lembaga pendidikan yang tersedia 2 Sekolah Dasar (SD), 1 Madrasah Ibtidaiyah (MI), 1 Sekolah Menengah Pertama (SMP), tidak ada Sekolah Menengah Atas (SMA) dan tidak ada Universitas. Selain itu, tidak ada sarana dan prasarana pelayanan kesehatan yang memadai seperti Puskesmas atau Puskesmas Pembantu (Pustu). Kemudahan akses pelayanan kesehatan yang bermutu menjadi harapan utama masyarakat kelurahan, terdapat banyak masyarakat yang menderita penyakit tidak menular salah satunya penyakit kardiovaskuler (Badan Pusat Statistik Kabupaten Ende, 2022).

Masyarakat kelurahan Paupanda yang berlokasi 6 km dari kampus Poltekkes Kemenkes Kupang Kampus Keperawatan Ende dan Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Ende dan <4 km dari Puskesmas Rukun Lima mayoritas menggantungkan pencaharian dengan menjadi nelayan. Mayoritas masyarakatnya menggantungkan hidupnya sebagai nelayan dan umumnya masyarakat kurang produktif secara ekonomi. Rendahnya pendidikan, minat dan kesadaran masyarakat menjadi penyebab kurangnya pengetahuan tentang penyakit tidak menular salah satunya penyakit jantung. Selain itu, perilaku hidup yang tidak sehat perilaku tidak sehat seperti merokok, kurang aktivitas fisik, dan pola makan yang tidak sehat dan berbagai faktor risiko PTM bisa dengan mudah ditemukan diberbagai lapisan masyarakat.

Penyakit tidak menular dapat dicegah dan dikendalikan dengan perubahan perilaku Program pemerintah dalam mendukung pencegahan Penyakit tidak menular yakni dengan meluncurkan program pencegahan primer CERDIK meliputi pemeriksaan kesehatan rutin, merokok, aktivitas fisik teratur, pola makan sehat, istirahat cukup, dan mengelola stres. Program ini perlu dilaksanakan oleh setiap masyarakat dalam upaya pencegahan Penyakit tidak menular. Pencegahan Penyakit tidak menular tergantung pada faktor risiko, menerapkan perubahan gaya hidup yang tepat, dan intervensi untuk mengendalikan faktor risiko yang dapat dimodifikasi. Pencegahan primer dapat mengurangi Penyakit tidak menular (Firmawati et al., 2023)

Produk inovasi Kementerian Kesehatan seperti kampanye perilaku CERDIK tersebut belum tersosialisasi dan telaksana secara optimal. Berdasarkan studi awal diketahui bahwa banyak masyarakat masyarakat kelurahan Paupanda kurang mengenal apa itu perilaku CERDIK hal tersebut bebanding lurus dengan perilaku keseharian masyarakat yang belum mencerminkan perilaku hidup sehat dan bersih seperti, merokok, kurang olah raga dan tidak memahami tata kelola stress. Selain itu, fasilitas kesehatan yang mudah diakses juga kurang dimanfaatkan dengan baik untuk sekedar melakukan pengecekan rutin tekanan darah (sistole/diastole), warga tidak mengetahui apakah mengalami peningkatan tekanan darah atau tidak begitupun dengan penyakit kardiovaskuler lainnya. Selain masalah tersebut, pengukuran efektifitas dari hasil kampanye atau sosialisasi perilaku CERDIK oleh tenaga kesehatan juga belum pernah dilakukan, termasuk model pemberdayaan sumber daya atau pihak-pihak terakit lainnya. Minimnya kader dan media promosi menjadi salah satu tantangan sosialisasi perilaku CERDIK di tengah masyarakat. Kader disebut sebagai seseorang yang karena kecakapannya atau kemampuannya diangkat, dipilih dan atau ditunjuk untuk pengembangan kesehatan masyarakat di suatu tempat (Wahyuntari & Ismarwati, 2020). Sedangkan media promosi kesehatan merupakan sarana untuk menampilkan informasi melalui media cetak, elektronik serta media

luar ruang, sehingga dapat meningkatkan pengetahuan kepada sasaran yang kemudian diharapkan menjadi perubahan perilaku yang baik dalam bidang kesehatan (Sutrisno & Sinanto, 2022). Media promosi kesehatan yang baik dapat mendukung efektivitas penyampaian pesan dan pendidikan kepada sasaran (Sutrisno & Sinanto, 2022).

Membudayakan perilaku CERDIK dalam kehidupan sehari-hari dapat membantu mencegah PTM. Masalah kesehatan tidak akan dapat diselesaikan oleh sektor pemerintah saja, untuk mengatasinya diperlukan kerja sama yang baik antara pemerintah dan organisasi masyarakat, para ahli, dan masyarakat pada umumnya. Berdasarkan uraian diatas dapat dirumuskan masalah yang dialami mitra yakni *Pertama*, belum ada promotor CERDIK berbasis masyarakat. *Kedua*, kurang pengetahuan masyarakat tentang perilaku CERDIK. *Ketiga*, kurangnya kesadaran atau minat masyarakat untuk melakukan aksi nyata perilaku CERDIK. *Keempat*, kurangnya media promosi CERDIK yang tersebar di tengah masyarakat.

Berdasarkan permasalahan tersebut, dosen Program Studi DIII Keperawatan Ende Poltekkes Kemenkes Kupang terdorong untuk melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat, pengabdian masyarakat ini sangat penting untuk dilakukan untuk memberikan solusi terhadap permasalahan PTM khususnya penyakit jantung. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberdayakan masyarakat sebagai kader promosi gerakan perilaku CERDIK untuk mencegah penyakit penyakit jantung di Kelurahan Paupanda Wilayah Kerja Puskesmas Rukun Lima Kabupaten Ende.

## 2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Masyarakat kelurahan Paupanda yang berlokasi 6 km dari kampus Poltekkes Kemenkes Kupang Kampus Keperawatan Ende dan Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Ende dan <4 km dari Puskesmas Rukun Lima mayoritas menggantungkan pencaharian dengan menjadi nelayan. Mayoritas masyarakatnya menggantungkan hidupnya sebagai nelayan dan umumnya masyarakat kurang produktif secara ekonomi. Rendahnya pendidikan, minat dan kesadaran masyarakat menjadi penyebab kurangnya pengetahuan tentang penyakit Tidak Menular salah satunya penyakit kardiovaskuler. Selain itu, perilaku hidup yang tidak sehat perilaku tidak sehat seperti merokok, kurang aktivitas fisik, dan pola makan yang tidak sehat dan berbagai faktor risiko PTM bisa dengan mudah ditemukan diberbagai lapisan masyarakat.

Penyakit tidak menular dapat dicegah dan dikendalikan dengan perubahan perilaku Program pemerintah dalam mendukung pencegahan Penyakit tidak menular yakni dengan meluncurkan program pencegahan primer CERDIK meliputi pemeriksaan kesehatan rutin, merokok, aktivitas fisik teratur, pola makan sehat, istirahat cukup, dan mengelola stres. Program ini perlu dilaksanakan oleh setiap masyarakat dalam upaya pencegahan Penyakit tidak menular. Pencegahan Penyakit tidak menular tergantung pada faktor risiko, menerapkan perubahan gaya hidup yang tepat, dan intervensi untuk mengendalikan faktor risiko yang dapat dimodifikasi. Pencegahan primer dapat mengurangi Penyakit tidak menular (Firmawati et al., 2023)

Produk inovasi Kementerian Kesehatan seperti kampanye perilaku CERDIK tersebut belum tersosialisasi dan telaksana secara optimal.

Berdasarkan studi awal diketahui bahwa banyak masyarakat masyarakat kelurahan Paupanda kurang mengenal apa itu perilaku CERDIK hal tersebut bebanding lurus dengan perilaku keseharian masyarakat yang belum mencerminkan perilaku hidup sehat dan bersih seperti, merokok, kurang olah raga dan tidak memahami tata kelola stress. Selain itu, fasilitas kesehatan yang mudah diakses juga kurang dimanfaatkan dengan baik untuk sekedar melakukan pengecekan rutin tekanan darah (sistole/diastole), warga tidak mengetahui apakah mengalami peningkatan tekanan darah atau tidak begitupun dengan penyakit kardiovaskuler lainnya. Selain masalah tersebut, pengukuran efektifitas dari hasil kampanye atau sosialisasi perilaku CERDIK oleh tenaga kesehatan juga belum pernah dilakukan, termasuk model pemberdayaan sumber daya atau pihak-pihak terakit lainnya. Minimnya kader dan media promosi menjadi salah satu tantangan sosialisasi perilaku CERDIK di tengah masyarakat.

Bedasarkan permasalahan tersebut diatas, kami ingin mendidentifikasi pengetahuan kader terkait CERDIK dan penerapannya setelah dilakukan pelatihan terhadap upaya pencegahan penyakit Jantung di Kelurahan Paupanda Kabupaten Ende ?

### 3. METODE

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini disesuaikan dengan masalah dan solusi yang ditawarkan yakni sebagai berikut:

- 1) Metode pelaksanaan solusi ke 1 yakni melakukan pembentukan, pendidikan dan pelatihan kader promosi perilaku CERDIK). Melakukan pre tes dan post test terkait pengetahuan kader setelah diberikan pelatihan .
- 2) Metode pelaksanaan solusi ke 2 yakni melakukan penyuluhan atau pendidikan kesehatan kepada masyarakat sasaran berbasis kader promosi CERDIK yang sudah dibentuk dan dilatih sebelumnya.
- 3) Metode pelaksanaan solusi ke 3 yakni melakukan gerakan aksi nyata perilaku CERDIK dalam bentuk *Medical check up*.

### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 1) Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan, tim melakukan koordinasi dengan kecamatan, kelurahan dan puskesmas.

Kegiatan dapat berjalan dengan baik karena adanya responsif yang positif dari pihak Camat Ende Selatan, Kelurahan Paupanda dan Puskesmas Rukun Lima serta Kader Paupanda Atas dalam membantu tim terkait mengumpulkan masyarakat di Kelurahan Paupanda untuk hadir dalam kegiatan sosialisasi.



Gambar 1. Koordinasi dengan Pak Camat



Gambar 2. Koordinasi dengan Pak Lurah



Gambar 3. Koordinasi dengan Puskesmas Rukun Lima

Upaya pendekatan dan koordinasi dalam menyusun rencana kegiatan dapat berlangsung dengan aman dan lancar. Peran semua tim sangat kompak dalam mempersiapkan pelaksanaan kegiatan.

## 2) Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini disesuaikan dengan masalah dan solusi yakni sebagai berikut:

### a) Pelatihan Kader di Kelurahan Paupanda

Dosen bersama perangkat pemerintah kelurahan melakukan rekrutment 25 kader promosi perilaku CERDIK dengan kriteria sehat jasmani dan rohani, mampu berkomunikasi dengan masyarakat sasaran dan memiliki kepedulian sosial dan kesehatan. Kader yang sudah direkrut diberikan pendidikan, pelatihan dan pendampingan peran dan tugas sebagai promotor gerakan perilaku CERDIK. Kegiatan pendidikan dan pelatihan kader diawali dengan melakukan screening pengetahuan kader tentang perilaku CERDIK menggunakan kuesioner dan melakukan pelatihan dengan ceramah, diskusi dan praktek. Setelah itu dilakukan post tes untuk mengukur peningkatan pengetahuan Kader.



Gambar 4. Pelatihan Kader

Adapun hasil pre dan post pengetahuan dapat diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Pengetahuan Responden

Responden	Nilai Pre	Nilai Post
1	55	79
2	56	80
3	52	81
4	60	82
5	55	81
6	60	80
7	50	78
8	58	80
9	48	81
10	50	76
11	50	77
12	58	79
13	45	81
14	50	80

15	50	78
16	52	78
17	55	81
18	50	80
19	58	80
20	48	84
21	58	78
22	68	81
23	56	80
24	58	78
25	60	82
Rerata	54,4	79,8

Tabel 1 menunjukkan bahwa ada peningkatan rerata pengetahuan kader dari 54,4 menjadi 79,8 setelah diberikan pelatihan. Hal ini juga sejalan dengan yang dilakukan Mardiyah (2023) bahwa edukasi terkait CERDIK dapat meningkatkan pengetahuan kader (Mardiyah et al., 2023). Peran kader sangat penting dalam pelaksanaan kegiatan Posbindu PTM, mereka adalah ujung tombak dalam pemberian informasi dan edukasi mengkoordinasikan penyelenggaraan posbindu, penggerak masyarakat, pemantauan pengukuran faktor risiko PTM.

- b) Pendidikan Kesehatan kepada masyarakat sasaran berbasis kader promosi CERDIK



Gambar 5. Edukasi Masyarakat terkait CERDIK bersama Kader

Pendidikan Kesehatan ini dilakukan oleh kader yang sudah dibentuk dan dilatih sebelumnya. Pendidikan kesehatan yang diberikan kepada peserta menggunakan lembar balik dan poster. Poster dicetak dan dibagikan secara langsung saat penyuluhan dan dibagikan kerumah rumah sasaran untuk dipastikan informasi dalam poster tersebut terpasang rapi ditempat-tempat yang mudah diakses keluarga atau masyarakat lainnya. Hal ini sejalan dengan Hamzah (2021) (Hamzah et al., 2021) adanya peningkatan pengetahuan

masyarakat tentang pencegahan penyakit tidak menular (PTM) melalui promosi CERDIK.

c) Gerakan aksi nyata perilaku CERDIK dalam bentuk *Medical check up*



Gambar 6. *Medical Check Up*

Kegiatan deteksi dini penyakit tidak menular kardiovaskuler ini diawali dengan mengidentifikasi sasaran berdasarkan ada tidaknya faktor resiko penyakit kardiovaskuler yakni faktor-faktor yang tidak dapat dimodifikasi (usia, jenis kelamin, dan keturunan) dan faktor-faktor yang dapat dimodifikasi termasuk hipertensi, dislipidemia, obesitas, diabetes mellitus, aktivitas fisik, konsumsi garam dan makanan berlemak, merokok, konsumsi alkohol, dan atrium fibrilasi (Firmawati et al., 2023). Setelah itu, kader yang sudah dibentuk bersama tim dosen melakukan pemeriksaan dan skrining untuk mendeteksi dini penyakit tertentu, seperti skrining tekanan darah, gula darah dan kolesterol (Muhsen, 2024).

## 5. KESIMPULAN

Kegiatan edukasi dan pelatihan dengan memberdayakan masyarakat sebagai kader promosi gerakan perilaku CERDIK untuk mencegah penyakit penyakit jantung di Kelurahan Paupanda Wilayah Kerja Puskesmas Rukun Lima Kabupaten Ende telah terlaksana dengan baik. Ada peningkatan pengetahuan setelah diberikan materi dan pelatihan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini mendapatkan respon dan antusias yang baik dari pihak desa dan peserta kegiatan. Oleh karena itu disarankan pendampingan berkelanjutan dari tenaga kesehatan agar peningkatan pengetahuan tersebut dapat diimplementasikan secara konsisten oleh kader dalam perilaku pencegahan penyakit jantung . Selain itu, dukungan pemerintah setempat dan integrasi program ke dalam kegiatan promotif-preventif di tingkat pelayanan kesehatan primer sangat disarankan untuk menjamin keberlanjutan dan perluasan dampak program terutama dalam memberikan penyuluhan yang rutin tentang pencegahan penyakit tidak menular (PTM) dengan materi CERDIK dan kepada masyarakat.

## 6. DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik Kabupaten Ende. (2022). *Kecamatan Ende Selatan Dalam Angka*.
- Dini, D., Upaya, S., Kumalasari, I., Yuniati, F., & Amin, M. (2023). *Education And Early Detection As Promotive And Preventive Efforts In Controlling Non-Communicable Diseases*. 5(September), 52-61. <https://doi.org/10.31289/Pelitamasyarakat.V5i1.10387>
- Firmawati, E., Rochmawati, E., & Setyopranoto, I. (2023). Deteksi Risiko Stroke Dan Edukasi Sebagai Upaya Pencegahan Primer Terjadinya Stroke. *Jurnal Solma*, 12(2), 705-712. <https://doi.org/10.22236/Solma.V12i2.11834>
- Hamid, A., & Putri Adekayanti. (2023). Penyuluhan “Cerdik” (Cek Kesehatan Secara Rutin) Sebagai Upaya Pengendalian Penyakit Tidak Menular. *Jurnal Pengabdian Ilmu Kesehatan*, 3(2), 117-123. <https://doi.org/10.55606/Jpikes.V3i2.2116>
- Hamzah, B., Akbar, H., & Sarman, S. (2021). Pencegahan Penyakit Tidak Menular Melalui Edukasi Cerdik Pada Masyarakat Desa Moyag Kotamobagu. *Abdimas Universal*, 3(1), 83-87. <https://doi.org/10.36277/Abdimasuniversal.V3i1.94>
- Haris, M., Surabaya, K., Ilmu, T., Ngudia, K., & Madura, H. (2021). *Implementasi Kader Young Mobile Posbindu Upaya Promotif*. 3, 45-53.
- Maliangkay, K. S. (2023). *Analisis Peran Promosi Kesehatan Dalam Mendukung Keberhasilan Program Pencegahan Penyakit Tidak Menular Di Indonesia*. 1(2).
- Mardiyah, A., Mareti, S., Azmy, R. A., Zulkifli, Z., & Maktum, U. (2023). Pendampingan Kader Dalam Deteksi Dini Dan Edukasi Cerdik Sebagai Upaya Pengendalian Penyakit Tidak Menular (Ptm). *Prima Abdika: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(4), 446-454. <https://doi.org/10.37478/Abdika.V3i4.3258>
- Muhajirin, M., & Ashari, A. (2018). Perancangan Sistem Pengukur Detak Jantung Menggunakan Arduino Dengan Tampilan Personal Computer. *Inspiration: Jurnal Teknologi Informasi Dan Komunikasi*, 8(1). <https://doi.org/10.35585/Inspir.V8i2.2458>
- Muhsen, I. Q. (2024). *Keperawatan Preventif & Promosi Kesehatan*. March. <https://doi.org/10.13140/Rg.2.2.30840.46083>
- Sutrisno, S., & Sinanto, R. A. (2022). Efektivitas Penggunaan Lembar Balik Sebagai Media Promosi Kesehatan: Tinjauan Sistematis. *Jurnal Kesehatan Terpadu (Integrated Health Journal)*, 13(1), 1-11. <https://doi.org/10.32695/Jkt.V13i1.129>
- Wahyuntari, E., & Ismarwati, I. (2020). Pembentukan Kader Kesehatan Posyandu Remaja Bokoharjo Prambanan. *Jurnal Inovasi Abdimas Kebidanan (Jiak)*, 1(1), 14-18. <https://doi.org/10.32536/Jpma.V1i1.65>