JURNAL LOCUS: Penelitian & Pengabdian
Volume 5 No. 11 November 2026, pp 9753-9763
E-ISSN 2829-7334
DOI: 10.58344/locus.v5i11.6427

Efektivitas Komparatif Promosi Kesehatan Digital dan Konvensional Terhadap Tekanan Darah dan Perilaku Risiko pada Dewasa Non-Hipertensi: A Systematic Literature Review

Mustofa*, Elviera Gamaliel, dan Siwi Wijayanti
Universitas Jenderal Soedirman, Indonesia
Email: mustofa017@mhs.unsoed.ac.id*

Keywords:
Digital health promotion; conventional health promotion; Blood Pressure.

This is an open access article under the CC BY-SA license.

Copyright © 2026 by Author. Published by Riviera Publishing

Abstract

This study aimed to analyze the comparative effectiveness of digital health promotion interventions and conventional health promotion methods on blood pressure and risk-related behaviors among non-hypertensive adults. To compare the effectiveness of digital health promotion interventions and conventional health promotion methods in influencing blood pressure and risk-related behaviors among non-hypertensive adults. A Systematic Literature Review (SLR) was conducted following the PRISMA 2020 guidelines through a systematic search of the Google Scholar, PubMed, and ScienceDirect databases. The selection process identified 184 records, which were subsequently screened and assessed for eligibility, resulting in nine studies that met the inclusion criteria. Data were extracted using a structured data extraction form and analyzed using a descriptive-narrative approach with comparative analysis. Findings and Implications:The findings indicate that conventional health promotion interventions are more consistently associated with reductions in blood pressure, whereas digital health promotion interventions show greater potential for modifying health-related behaviors. The effectiveness of digital interventions is influenced by factors such as eHealth literacy, intervention design, and delivery methods. These findings suggest that health promotion strategies should consider integrating digital and conventional approaches to address both blood pressure control and health behavior modification, while adapting intervention design and delivery methods to the target population's needs and level of eHealth literacy. This study indicates that digital and conventional interventions play complementary roles in health promotion. Therefore, an integrated approach combining both strategies is needed to achieve optimal health outcomes.

Kata Kunci:
Promosi Kesehatan Digital; Promosi Kesehatan Konvensional; Tekanan Darah.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas komparatif intervensi promosi kesehatan berbasis digital dibandingkan dengan metode konvensional terhadap tekanan darah dan perilaku risiko pada populasi dewasa non-hipertensi. Membandingkan efektivitas intervensi promosi kesehatan digital dan konvensional dalam memengaruhi tekanan darah dan perilaku berisiko terkait kesehatan pada orang dewasa yang tidak mengalami hipertensi. Metode yang digunakan adalah Systematic Literature Review (SLR) dengan pendekatan PRISMA 2020 melalui pencarian sistematis pada database as Google Scholar, PubMed, and ScienceDirect . Proses seleksi menghasilkan 184 artikel awal yang kemudian disaring hingga diperoleh 9 studi yang

memenuhi kriteria inklusi. Data diekstraksi menggunakan lembar ekstraksi terstruktur dan dianalisis secara deskriptif-naratif dengan pendekatan komparatif. Temuan menunjukkan bahwa intervensi promosi kesehatan konvensional secara lebih konsisten berkaitan dengan penurunan tekanan darah, sedangkan intervensi promosi kesehatan digital menunjukkan potensi yang lebih besar dalam memodifikasi perilaku yang berkaitan dengan kesehatan. Efektivitas intervensi digital dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti literasi kesehatan digital (eHealth literacy), desain intervensi, dan metode penyampaian. Temuan ini menunjukkan bahwa strategi promosi kesehatan perlu mempertimbangkan integrasi pendekatan digital dan konvensional untuk menangani pengendalian tekanan darah sekaligus perubahan perilaku kesehatan, dengan menyesuaikan desain dan metode penyampaian intervensi berdasarkan kebutuhan populasi sasaran serta tingkat literasi kesehatan digital. penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi digital dan konvensional memiliki peran yang saling melengkapi dalam promosi kesehatan, sehingga pendekatan integratif diperlukan untuk mencapai hasil yang optimal.

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat terbesar di dunia dan menjadi faktor risiko utama terjadinya penyakit kardiovaskular, stroke, gagal ginjal kronis, serta kematian dini (Fristiani & Putra, 2025). Secara global diperkirakan sekitar 1,4 miliar orang dewasa mengalami hipertensi dengan prevalensi mencapai 31%, dan angka tersebut terus meningkat seiring perubahan gaya hidup masyarakat. Bahkan setiap peningkatan 20 mmHg tekanan darah sistolik atau 10 mmHg tekanan darah diastolik menggandakan risiko terjadinya kematian akibat penyakit kardiovaskular (Carey et al., 2018).

Hipertensi merupakan penyakit multifaktorial yang dipengaruhi oleh interaksi faktor genetik, lingkungan, dan sosial. Berbagai faktor gaya hidup merupakan faktor yang paling mudah dimodifikasi melalui intervensi promotif dan preventif. Berbagai faktor tersebut berkontribusi terhadap peningkatan tekanan darah sejak usia dewasa sehingga menjadi target utama dalam upaya pencegahan hipertensi (Zhao et al., 2025).

Selama ini promosi kesehatan lebih banyak dilakukan melalui pendekatan konvensional seperti penyuluhan tatap muka, konseling individu, diskusi kelompok, dan edukasi langsung oleh tenaga kesehatan. Namun, keterbatasan waktu pelayanan, jumlah tenaga kesehatan, dan luasnya sasaran menyebabkan efektivitas pendekatan tersebut sering kali belum optimal. Seiring berkembangnya teknologi informasi, promosi kesehatan mulai memanfaatkan media digital yang memungkinkan edukasi diberikan secara berkelanjutan, menjangkau lebih banyak masyarakat, dan mendukung pemantauan perilaku kesehatan secara mandiri (Boima et al., 2024).

Perkembangan teknologi informasi telah mengubah cara individu mengakses dan menggunakan informasi kesehatan sehingga mendorong munculnya intervensi promosi kesehatan berbasis digital.Intervensi digital memiliki keunggulan dalam aksesibilitas, fleksibilitas, dan personalisasi informasi kesehatan (Suraya et al., 2024). Namun demikian, penelitian digital umumnya masih berfokus pada hasil perilaku daripada mengukur hasil klinis secara langsung. Sementara itu, intervensi konvensional seperti edukasi tatap muka dan terapi perilaku terbukti tetap efektif terhadap hasil klinis (McDonagh et al., 2025).

Berdasarkan sintesis penelitian terdahulu, terdapat kesenjangan penelitian berupa kurangnya studi yang secara langsung membandingkan efektivitas intervensi digital dan

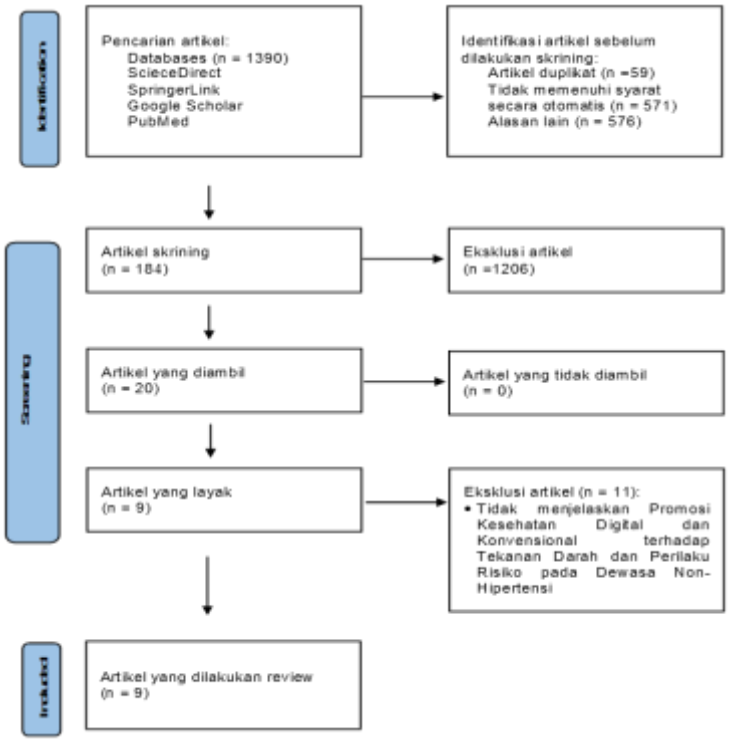
konvensional terhadap tekanan darah dan perilaku risiko pada populasi dewasa non-hipertensi. Oleh sebab itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas komparatif kedua pendekatan tersebut serta mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi efektivitas intervensi digital, dengan manfaat teoretis berupa penguatan dasar bukti bagi integrasi promosi kesehatan digital dan konvensional, serta manfaat praktis berupa panduan bagi penyusunan strategi promosi kesehatan yang disesuaikan dengan tingkat literasi kesehatan digital populasi sasaran.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain Systematic Literature Review (SLR) dengan pendekatan PRISMA 2020 (Page et al., 2021). Subjek penelitian adalah artikel ilmiah yang meneliti intervensi promosi kesehatan digital dan konvensional dengan outcome tekanan darah dan perubahan perilaku. Pencarian dilakukan pada database as Google Scholar, PubMed, and ScienceDirect menggunakan kombinasi kata kunci “digital health promotion”, “conventional health promotion”, “telemedicine”, “community health education”, “behavioral risk modification”, dan “blood pressure reduction”. Analisis dilakukan secara deskriptif-naratif dengan pendekatan komparatif berdasarkan research question penelitian. The analysis process article can be seen in the Prisma scheme.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Empat belas articles analyzed use a table matrix (Table 1) to identify each variable studied related to Efektivitas Komparatif Promosi Kesehatan Digital dan Konvensional terhadap Tekanan Darah dan Perilaku Risiko pada Dewasa Non-Hipertensi. Eigth of the nine articles use Randomized Controlled design, and the other uses a quasi-experimental design. Kata-kata atau istilah asing digunakan huruf miring (Italic). Sebaiknya hindari penggunaan istilah asing untuk artikel berbahasa Indonesia. Paragraf baru dimulai 1.15 cm dari batas kiri, sedangkan antar paragraf tidak diberi spasi antara.



Gambar 1. Skema Seleksi Artikel Menggunakan Prisma Flo

Variabel yang menjadi fokus literatur review pada Efektivitas Komparatif Promosi Kesehatan Digital dan Konvensional terhadap Tekanan Darah dan Perilaku Risiko pada Dewasa Non-Hipertensi yaitu (1) Intervensi Promosi Kesehatan Digital dan (2) Intervensi Konvensional terhadap Tekanan Darah dan Perilaku Risiko pada Dewasa Non-Hipertensi

Table 1. Analysis of Synthesis Results

No	Penulis (Tahun)	Negara	Desain, Sampel	Bentuk Promosi Kesehatan	Outcome	Hasil Utama
1.	Christensen et al. (2011)	Denmark	Cluster RCT, 98 tenaga 9756esehatan overweight	Program diet, 9756esehat fisik, CBT (konvensional)	Berat badan, tekanan darah	Tekanan darah turun signifikan, berat badan turun 3,6 kg.
2.	Chang et al. (2022)	Amerika Serikat	Randomized Controlled Trial, 187 responden	Telehealth + web lifestyle counseling	Tekanan darah	Kedua kelompok menurunkan tekanan darah, telehealth meningkatkan aktivitas fisik lebih baik.
3.	Meyer et al. (2025)	Jerman	Randomized Controlled Trial, 102 pasien hipertensi	Internet-based digital self-management	Tekanan darah	Penurunan SBP sebesar 3,5 mmHg 9756esehatan9756 9756esehat.
4.	Talango & Kusdhiaringsih (2024)	Indonesia	Quasi Experimental, 96 pasien hipertensi	Konseling berbasis Health Belief Model	Pengetahuan	Pengetahuan meningkat signifikan 9756esehatan9756 9756esehat.
5.	Santoso et al. (2025)	Indonesia	Pre-experimental, 47 masyarakat	Promosi 9756esehatan Posbindu	Perilaku deteksi dini	Perilaku pemeriksaan tekanan darah meningkat signifikan.

6.	Setyarini et al. (2024)	Indonesia	Desain Quasi-Experimental dengan rancangan Non-Equivalent Control Group Pretest-Posttest	Konseling berbasis Health Belief Model	Pengetahuan	Pengetahuan meningkat.
7.	Zikri (2026)	Indonesia	Desain pra-eksperimental melalui model one-group pretest–posttest	Efektivitas program promosi 9757esehatan berbasis komunitas	Pengetahuan	Pengetahuan, sikap, dan perilaku meningkat signifikan.
8.	Purnomosidi et al. (2026)	Indonesia	Action Research, 130 kader	Prima Health Digital Platform	Tekanan darah, perilaku	SBP turun signifikan, kepatuhan gaya hidup meningkat.
9.	Keyserling et al. (2014)	Amerika Serikat	Randomized Clinical Trial, 385 peserta	Web-based vs Live Counseling	Risiko penyakit jantung & tekanan darah	Keduanya efektif, web lebih hemat biaya.

Hasil telaah sistematis menunjukkan bahwa promosi kesehatan, baik melalui media digital maupun pendekatan konvensional berbasis komunitas, memberikan dampak positif terhadap pengendalian tekanan darah serta perubahan perilaku risiko hipertensi. Berbagai bentuk intervensi, seperti edukasi kesehatan, konseling gaya hidup, penggunaan media digital, hingga pemberdayaan masyarakat terbukti mampu meningkatkan pengetahuan, mendorong perubahan perilaku, dan menurunkan tekanan darah pada populasi dewasa (Boima et al., 2024).

Media digital mampu meningkatkan frekuensi komunikasi antara tenaga kesehatan dan masyarakat sehingga pesan kesehatan dapat diterima secara berulang. Pengingat melalui SMS, aplikasi telepon pintar, maupun media daring membantu meningkatkan self-management, kepatuhan terhadap terapi, serta motivasi untuk menerapkan perilaku hidup sehat secara berkelanjutan. Dengan demikian, promosi kesehatan digital tidak hanya berfungsi sebagai media penyampaian informasi, tetapi juga sebagai sarana monitoring dan perubahan perilaku kesehatan. Penggnaan aplikasi digital membantu memperbaharui gaya hidup untuk lsebih sehat (Beger et al., 2025).

Edukasi pasien melalui multimedia dapat secara signifikan meningkatkan kepatuhan pasien terhadap regimen pengobatan mereka. Oleh karena itu, perawat dan tenaga kesehatan lainnya disarankan untuk memanfaatkan pendekatan edukasi baru ini guna memfasilitasi edukasi pasien serta meningkatkan kepatuhan terhadap rencana pengobatan pada pasien hipertensi (Bijani et al., 2020). Program digital berbasis WeChat mini-program untuk membantu pengelolaan hipertensi di wilayah pedesaan. Meskipun peningkatan angka kontrol hipertensi dibandingkan kelompok kontrol belum menunjukkan perbedaan yang bermakna secara statistik, kelompok intervensi mengalami penurunan tekanan darah sistolik dari 158,0 mmHg menjadi 137,5 mmHg dan tekanan darah diastolik dari 93,8 mmHg menjadi 85,3 mmHg setelah 24 minggu. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa penyediaan edukasi kesehatan, fasilitas pemantauan tekanan darah mandiri, dan konsultasi daring mampu meningkatkan pengendalian hipertensi terutama pada masyarakat dengan akses pelayanan kesehatan yang terbatas (Zhao et al., 2025).

Hasil serupa dilaporkan oleh Chang et al. (2022) yang mengevaluasi intervensi telehealth berbasis aplikasi web dengan dukungan ahli gizi. Penelitian tersebut menunjukkan

bahwa baik kelompok telehealth dengan pendampingan ahli gizi maupun kelompok dengan dukungan minimal sama-sama mengalami penurunan tekanan darah sistolik selama 12 minggu. Namun demikian, kelompok yang memperoleh pendampingan ahli gizi menunjukkan perbaikan yang lebih besar pada tekanan darah saat tidur, peningkatan aktivitas fisik, penurunan berat badan, serta kualitas pola makan yang lebih baik. Temuan tersebut menunjukkan bahwa efektivitas promosi kesehatan digital akan semakin optimal apabila disertai pendampingan profesional dan pendekatan perubahan perilaku melalui motivational interviewing (Chang et al., 2022).

Promosi kesehatan digital juga terbukti mampu memperbaiki berbagai perilaku risiko penyakit tidak menular. Intervensi berbasis web yang dirancang untuk mengubah beberapa perilaku sehat secara bersamaan mampu meningkatkan aktivitas fisik, konsumsi buah dan sayur, menurunkan konsumsi alkohol, serta meningkatkan keberhasilan berhenti merokok hingga dua tahun setelah intervensi. Keberhasilan perubahan perilaku dipengaruhi oleh tingkat paparan terhadap program, frekuensi kunjungan pengguna, serta penyampaian materi yang disesuaikan dengan karakteristik individu menggunakan pendekatan computer-tailored intervention. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa personalisasi materi edukasi menjadi faktor penting dalam meningkatkan efektivitas promosi kesehatan digital. (Schulz et al., n.d.)Potensi pembinaan gaya hidup yang sepenuhnya digital, otonom, dan berbasis AI dalam mencapai perbaikan tekanan darah yang bermakna serta tingkat keterlibatan yang tinggi pada pasien hipertensi, sekaligus mengurangi beban kerja klinisi secara signifikan (Leitner et al., 2024)

Perkembangan teknologi kecerdasan buatan (Artificial Intelligence/AI) semakin memperkuat efektivitas promosi kesehatan digital. Program pembinaan gaya hidup berbasis AI yang mengintegrasikan pemantauan tekanan darah, wearable device, dan rekomendasi gaya hidup secara otomatis mampu menurunkan tekanan darah sistolik sebesar 5,6 mmHg setelah 12 minggu dan 8,1 mmHg setelah 24 minggu. Sistem digital berbasis AI mampu meningkatkan efisiensi pelayanan kesehatan tanpa mengurangi efektivitas intervensi (Leitner et al., 2024).Penggunaan media liebria berpotensi menjadi intervensi yang efektif dalam membantu pengendalian tekanan darah sistolik dan meningkatkan fungsi sosial, meskipun penelitian lanjutan dengan jumlah sampel yang lebih besar masih diperlukan untuk mengonfirmasi efektivitasnya dan meningkatkan kekuatan bukti ilmiah (Meyer et al., 2025).

Meskipun demikian, beberapa penelitian menunjukkan bahwa intervensi konvensional masih memiliki efektivitas yang sebanding dengan pendekatan digital apabila dilaksanakan secara terstruktur. Konseling tatap muka maupun intervensi berbasis web sama-sama mampu menurunkan risiko penyakit jantung koroner melalui perubahan gaya hidup dan peningkatan kepatuhan terhadap terapi (Keyserling et al., 2014).Namun, intervensi berbasis web memberikan keuntungan berupa biaya pelaksanaan yang lebih rendah, fleksibilitas waktu, serta jangkauan sasaran yang lebih luas dibandingkan konseling langsung. Hasil tersebut menunjukkan bahwa media digital merupakan alternatif yang efisien untuk memperluas cakupan promosi kesehatan tanpa mengurangi kualitas hasil yang diperoleh.

Perubahan gaya hidup merupakan komponen utama dalam pencegahan dan pengendalian hipertensi (Carey et al., 2018). Sebagian besar penelitian menempatkan promosi kesehatan sebagai strategi untuk mengubah perilaku yang dapat dimodifikasi, seperti pola makan, aktivitas fisik, konsumsi garam, pengendalian berat badan, dan kepatuhan terhadap

terapi. Hipertensi sebagian besar dipengaruhi oleh faktor lingkungan sehingga intervensi promotif yang menargetkan perubahan perilaku memiliki peluang besar untuk menurunkan tekanan darah dan mencegah komplikasi penyakit kardiovaskular (Carey et al., 2018).

Media konvensional yang disertai coaching mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik pencegahan hipertensi, termasuk peningkatan aktivitas fisik, kepatuhan terhadap pola makan rendah garam, pengendalian berat badan, penghentian kebiasaan merokok, serta pemantauan tekanan darah secara rutin. Perubahan perilaku tersebut berkontribusi terhadap penurunan tekanan darah atau mempertahankan tekanan darah tetap dalam batas normal pada individu dewasa non-hipertensi. Dengan demikian, media konvensional yang dipadukan dengan coaching tetap merupakan strategi promosi kesehatan yang efektif, terutama pada masyarakat yang memiliki keterbatasan akses terhadap teknologi digital atau lebih menyukai interaksi langsung dengan tenaga kesehatan.(Setyarini et al., n.d.)

Promosi kesehatan berbasis komunitas juga menunjukkan efektivitas yang tinggi. Program promosi kesehatan berbasis komunitas secara signifikan meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi, memperbaiki perilaku hidup sehat seperti pengurangan konsumsi garam, peningkatan aktivitas fisik, serta kebiasaan melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin (Zikri, 2026).Perubahan perilaku terkait factor risiko hipertensi dipengaruhi oleh pendekatan partisipatif, keterlibatan kader kesehatan, dukungan sosial masyarakat, dan penyesuaian materi promosi kesehatan dengan kondisi sosial budaya setempat (Destriani & Nugrahini, 2024).

Keterlibatan aktif masyarakat mempengaruhi keberhasilan promosi kesehatan. Pendekatan pemberdayaan memungkinkan peserta tidak hanya menerima informasi kesehatan, tetapi juga terlibat dalam proses pengambilan keputusan dan penerapan perilaku sehat dalam kehidupan sehari-hari (Anam et al., 2025).Kondisi ini memperkuat teori promosi kesehatan yang menekankan pentingnya partisipasi masyarakat sebagai faktor utama keberhasilan intervensi preventif. Pendekatan pemberdayaan memungkinkan peserta tidak hanya menerima informasi kesehatan, tetapi juga terlibat dalam proses pengambilan keputusan dan penerapan perilaku sehat dalam kehidupan sehari-hari. Kondisi ini memperkuat teori promosi kesehatan yang menekankan pentingnya partisipasi masyarakat sebagai faktor utama keberhasilan intervensi preventif.; Zikri, 2026)

Intervensi gaya hidup yang mengombinasikan pengaturan pola makan, aktivitas fisik, dan pelatihan perilaku kognitif mampu memberikan manfaat klinis yang nyata. Setelah tiga bulan intervensi, terjadi penurunan berat badan, indeks massa tubuh, lingkar pinggang, serta tekanan darah dari 134/85 mmHg menjadi 127/80 mmHg pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa promosi kesehatan yang disertai perubahan gaya hidup secara komprehensif lebih efektif dalam mengurangi faktor risiko hipertensi dibandingkan edukasi saja (Christensen et al., 2011).

Efektivitas promosi kesehatan tidak hanya ditentukan oleh media yang digunakan, tetapi lebih dipengaruhi oleh kontinuitas penyampaian informasi, keterlibatan aktif peserta, serta kemampuan intervensi dalam mendukung self-management (Suraya et al., 2024).Intervensi digital memungkinkan pasien memperoleh pengingat rutin mengenai aktivitas fisik, pengaturan pola makan, konsumsi obat, maupun pemantauan tekanan darah sehingga meningkatkan kepatuhan terhadap perubahan gaya hidup. Selain itu, tingginya kepemilikan telepon seluler dan akses internet di berbagai negara menjadikan promosi kesehatan digital

memiliki potensi besar untuk diterapkan secara luas sebagai strategi pencegahan hipertensi di masyarakat (Siopis et al., 2023).

Keberhasilan promosi kesehatan dipengarui oleh materi edukasi yang diberikan kepada masyarakat,. Intervensi yang dilakukan secara berkelompok terbukti memberikan hasil yang lebih baik dibandingkan pelayanan rutin karena peserta memperoleh dukungan sosial, kesempatan berdiskusi, serta motivasi dari sesama anggota kelompok (Purnomosidi et al., 2026).Intervensi kelompok yang terdiri atas edukasi gaya hidup, latihan fisik, dan konseling perilaku menunjukkan penurunan tekanan darah yang lebih baik dibandingkan kelompok kontrol. Sebagian besar penelitian dilaksanakan di komunitas maupun pelayanan kesehatan primer sehingga pendekatan ini dinilai realistis untuk diterapkan dalam pelayanan kesehatan masyarakat (McDonagh et al., 2025).Intervensi yang dipimpin oleh tenaga kesehatan terbukti efektif. Pasien mengalami penurunan tekanan darah sistolik (SBP) sebesar hampir 5 mmHg, dan lebih banyak pasien yang berhasil mencapai pengendalian tekanan darah. Hasil ini menunjukkan perlunya upaya untuk penerapan secara luas (Fundoiano-Hershcovitz et al., 2025).

Pendekatan kelompok juga dinilai mampu mengatasi keterbatasan pelayanan individual yang selama ini menjadi hambatan dalam promosi kesehatan. Konsultasi individual sering dibatasi oleh waktu dan jumlah tenaga kesehatan, sedangkan edukasi kelompok memungkinkan lebih banyak peserta memperoleh informasi secara bersamaan tanpa mengurangi kualitas intervensi. Selain meningkatkan efisiensi pelayanan, pendekatan kelompok memberikan kesempatan bagi peserta untuk saling berbagi pengalaman dalam menerapkan pola hidup sehat sehingga perubahan perilaku lebih mudah dipertahankan dalam jangka panjang (Zikri, 2026).

KESIMPULAN

Hasil sintesis menunjukkan bahwa baik promosi kesehatan digital maupun konvensional sama-sama efektif dalam meningkatkan perilaku hidup sehat dan menurunkan tekanan darah. Namun, masing-masing pendekatan memiliki keunggulan yang berbeda. Promosi kesehatan digital unggul dalam hal aksesibilitas, jangkauan sasaran, efisiensi biaya, fleksibilitas waktu, serta kemampuan memberikan edukasi dan pengingat secara berkelanjutan. Sebaliknya, promosi kesehatan konvensional lebih unggul dalam membangun komunikasi interpersonal, memberikan dukungan emosional, meningkatkan motivasi, dan menyesuaikan edukasi dengan kebutuhan individu, intervensi promosi kesehatan konvensional lebih konsisten dalam menurunkan tekanan darah. Oleh karena itu, integrasi promosi kesehatan digital dengan pendekatan konvensional yang melibatkan tenaga kesehatan diperkirakan menjadi strategi yang paling efektif dalam meningkatkan perilaku pencegahan hipertensi dan mengendalikan tekanan darah, khususnya pada populasi dewasa non-hipertensi yang menjadi sasaran utama upaya promotif dan preventif. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain eksperimental yang lebih kuat dengan outcome klinis yang terstandarisasi.

PENDANAAN

Penulis menyatakan bahwa tidak ada dukungan finansial yang diterima untuk pelaksanaan penelitian ini dan/atau penerbitan artikel ini.

KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyatakan bahwa penelitian ini dilakukan tanpa adanya hubungan komersial atau finansial yang dapat ditafsirkan sebagai potensi konflik kepentingan.

KONTRIBUSI PENULIS

Jika relevan, pernyataan mengenai kontribusi masing-masing penulis dapat dicantumkan pada bagian ini.

PERNYATAAN PENGGUNAAN KECERDASAN ARTIFISIAL GENERATIF

Penulis menyatakan bahwa kecerdasan artifisial (AI) generatif digunakan dalam penyusunan manuskrip ini. Penulis mengakui penggunaan AI generatif untuk membantu meningkatkan kejelasan bahasa dan memperbaiki struktur tata bahasa manuskrip. Penggunaan tersebut dilakukan dengan mematuhi pedoman etika yang berlaku mengenai penggunaan dan pengungkapan AI generatif dalam penelitian ilmiah. Setiap penulis telah memberikan kontribusi intelektual yang substansial terhadap karya ini. Seluruh isi manuskrip telah ditelaah secara cermat untuk memastikan keakuratannya, dan penulis bertanggung jawab sepenuhnya atas integritas serta isi akhir manuskrip.

REFERENSI

Anam, S., Yuliani, F. C., & Rusyani, Y. (2025). Pengaruh pendidikan kesehatan berbasis digital terhadap tingkat pengendalian hipertensi di Rumah Sakit Islam Pati. *Jurnal Riset Ilmu Kesehatan Umum dan Farmasi (JRIKUF), 3*(4), 76–83. https://doi.org/10.57213/jrikuf.v3i4.876

Beger, C., Lehmann, M., Kaup, M., Jones, L., Mijuskovic, A., & Limbourg, F. P. (2025). App-based multimodal lifestyle-intervention for essential hypertension (HYPE): A decentralized randomised controlled trial. *Frontiers in Digital Health*. https://doi.org/10.3389/fdgth.2025.1672553

Bijani, M., Tehranineshat, B., Ahrari, F., & Beygi, N. (2020). A comparison between multimedia and traditional education in encouraging [judul perlu dilengkapi]. *The Open Hypertension Journal, 12*, 1–6. https://doi.org/10.2174/1876526202012010001

Boima, V., Doku, A., Agyekum, F., Tuglo, S., & Agyemang, C. (2024). Effectiveness of digital health interventions on blood pressure control, lifestyle behaviours and adherence to medication in patients with hypertension in low-income and middle-income countries: A systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials. *eClinicalMedicine, 69*, Article 102432. https://doi.org/10.1016/j.eclinm.2024.102432

Carey, R. M., Muntner, P., Bosworth, H. B., & Whelton, P. K. (2018). Prevention and control of hypertension: JACC health promotion series. *Journal of the American College of Cardiology, 72*(11), 1278–1293. https://doi.org/10.1016/j.jacc.2018.07.008

Chang, A. R., Gummo, L., Yule, C., Bonaparte, H., Collins, C., Naylor, A., Appel, L. J., Juraschek, S. P., & Bailey-Davis, L. (2022). Effects of a dietitian-led, telehealth lifestyle intervention on blood pressure: Results of a randomized, controlled trial. *Journal of the American Heart Association*. https://doi.org/10.1161/JAHA.122.027213

Christensen, J. R., Faber, A., Ekner, D., Overgaard, K., Holtermann, A., & Søgaard, K. (2011). Diet, physical exercise and cognitive behavioral training as a combined workplace based intervention to reduce body weight and increase physical capacity in health care workers: A randomized controlled trial. *BMC Public Health, 11*, Article 671.

Destriani, E., & Nugrahini, A. (2024). Hubungan peran kader Posbindu dengan motivasi masyarakat usia produktif dalam kegiatan deteksi dini faktor risiko penyakit tidak menular (PTM) di Desa Sumber Alaska. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Inovatif, 7*, 19–27.

Fundoiano-Hershcovitz, Y., Breuer Asher, I., Ritholz, M. D., Horwitz, D. L., Manejwala, O., Levi, C., & Goldstein, P. (2025). The impact of digital intervention messages targeting users with high blood pressure events: Retrospective real-world study. *JMIR Cardio, 9*, Article e76275. https://doi.org/10.2196/76275

Fristiani, A. K. B., & Putra, G. M. (2025). Skrining Hipertensi Sebagai Langkah Awal Pencegahan Penyakit Jantung dan Stroke:-. *Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, *4*(1), 11–15.

Keyserling, T. C., Sheridan, S. L., Draeger, L. B., Finkelstein, E. A., Gizlice, Z., Kruger, E., Johnston, L. F., Sloane, P. D., Samuel-Hodge, C., & Evenson, K. R. (2014). A comparison of live counseling with a web-based lifestyle and medication intervention to reduce coronary heart disease risk: A randomized clinical trial. *JAMA Internal Medicine, 174*(7), 1144–1157. https://doi.org/10.1001/jamainternmed.2014.1984

Leitner, J., Chiang, P. H., Agnihotri, P., & Dey, S. (2024). The effect of an AI-based, autonomous, digital health intervention using precise lifestyle guidance on blood pressure in adults with hypertension: Single-arm nonrandomized trial. *JMIR Cardio, 8*, Article e51916. https://doi.org/10.2196/51916

McDonagh, S. T. J., Reburn, C., Smith, J. R., & Clark, C. E. (2025). Group-delivered interventions for lowering blood pressure in hypertension: A systematic review and meta-analysis. *British Journal of General Practice*(753), e266–e276.

Meyer, B., Riepenhausen, A., Betz, L. T., Chara, K. J., & Reshetnik, A. (2025). Internet-based digital intervention to support the self-management of hypertension compared to usual care: Results of the HALCYON randomized controlled trial. *BMC Cardiovascular Disorders*. https://doi.org/10.1186/s12872-025-04698-5

Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., et al. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ, 372*, n71. https://doi.org/10.1136/bmj.n71

Purnomosidi, M. R., Zhafirah, M. H. K., Shabira, L. Z., Bakhtiar, F. Y., Iskandar, D. A., Pratama, T. N., Rizkitama, T., & Akbar, A. (2026). Prima Health: Suatu pendekatan digital dan pemberdayaan kader untuk pengendalian hipertensi dan diabetes berkelanjutan. *RABIT: Jurnal Teknologi dan Sistem Informasi Univrab, 11*(1), 1646–1656. https://doi.org/10.36341/rabit.v11i1.7421

Schulz, D. N., Kremers, S. P. J., Vandelanotte, C., & van Adrichem, M. J. G. (n.d.). Effects of a web-based tailored multiple-lifestyle intervention for adults: A two-year randomized controlled trial comparing sequential and simultaneous delivery modes. *Journal of Medical Internet Research, 16*. https://doi.org/10.2196/jmir.3094

Setyarini, A., Utomo, A. S., Ciptaningtyas, M. D., Ramadina, T. A., Sayyidah, K., & Ningsih, D. A. D. (2024). Efektivitas intervensi health belief model terhadap perilaku pencegahan hipertensi remaja di wilayah Dinoyo. *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia (JIKI), 10*(3, Suplemen), 128–136. https://ojs.poltekkes-malang.ac.id/JIKI/article/view/6486

Siopis, G., Moschonis, G., Eweka, E., Jung, J., Kwasnicka, D., Asare, B. Y.-A., Kodithuwakku, V., et al. (2023). Effectiveness, reach, uptake, and feasibility of digital health interventions for adults with hypertension: A systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials. *The Lancet Digital Health, 5*(3), e144–e159. https://doi.org/10.1016/S2589-7500(23)00002-X

Suraya, H. N., Harnani, Y., Rani, N., Rahayu, E. P., & Jepisah, D. (2024). Efektivitas promosi kesehatan melalui media digital website terhadap perilaku kepatuhan minum obat pada pasien hipertensi di UPT Puskesmas Laboy Jaya Bangkinang tahun 2024. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat, 8*(3), 5719–5728.

Zhao, X., Zhao, Q., Yang, Q., Li, Y., Xing, X., & Li, X. (2025). Effect of a mobile health intervention in the management of hypertension: Open-label cluster-randomized trial. *JMIR mHealth and uHealth, 13*, Article e72416. https://doi.org/10.2196/72416

Zikri, L. N. (2026). Efektivitas program promosi kesehatan berbasis komunitas dalam menurunkan faktor risiko hipertensi di Praya Lombok Tengah. *Journal of Applied Health Sciences, 2*(1), 22–29.