



DIAGNOSIS KOMUNITAS: PROGRAM CERDIK SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN HIPERTENSI MASYARAKAT DUSUN PELEMPAT, DESA MENINTING, LOMBOK BARAT

Musyarrifah, Made Rika Anastasia Pratiwi

Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Al-Azhar Mataram, Jl. Unizar No.20 Turida Kec. Sandubaya, Kota Mataram, Nusa Tenggara Barat. 83232

Informasi Artikel

Diajukan: 07/12/2023
Diterima: 14/02/2024
Diterbitkan: 07/03/2024

ABSTRAK

Salah satu masalah kesehatan yang ditemui pada masyarakat pesisir adalah Hipertensi. Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan komorbid yang dipengaruhi oleh faktor genetik, perilaku, lingkungan dan pelayanan kesehatan. Berdasarkan anemnesi, sebagian besar penderita hipertensi bersifat asimtomatik, hal ini dapat memberikan dampak negatif terhadap kesehatan masyarakat desa hingga dapat menyebabkan menurunnya produktivitas masyarakat. Tujuan dari PKM ini adalah meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat dusun pelempat mengenai hipertensi melalui program CERDIK. Metode yang digunakan adalah edukasi, pemeriksaan tekanan darah serta tatalaksana/terapi di Dusun Pelempat, Desa Meninting, Lombok Barat. Hasil dari kegiatan adalah didapatkan lebih dari 75% mitra sasaran memiliki tingkat pengetahuan dan sikap yang masih kurang terhadap hipertensi dan memiliki faktor risiko hipertensi. Hasil pemeriksaan tekanan darah menunjukkan bahwa sebanyak 69,7% mengalami hipertensi dan 30,3% tidak mengalami hipertensi. Adanya kegiatan ini memberikan dampak yang baik untuk masyarakat dusun pelempat, desa meninting dalam meningkatkan kesadaran pentingnya mengendalikan hipertensi sehingga meningkatkan produktifitas dalam kehidupan bermasyarakat.

Kata Kunci: Cerdik, Diagnosis Komunitas, Hipertensi

Korespondensi

Email:
musyarrifah.efa@gmail.com

ABSTRACT

Optimal One of the health problems facing people is hypertension. Hypertension or high blood pressure is a comorbidity that is influenced by genetic, behavioral, environmental and healthcare factors. According to anemones, the majority of people with hypertension are asymptomatic, which can have a negative impact on the health of the village population, leading to a decrease in the productivity of the community. The goal of this PKM is to raise the understanding and awareness of local people about hypertension through the CERDIK program. The methods used are education, blood pressure testing and therapy in Dusun Pelempat, Meninting Village, West Lombok. The result of the activity was obtained more than 75% of the target partners had a level of knowledge and attitude that still lacked to hypertension and had risk factors for hypotension. Blood pressure tests showed that 69.7% had high blood pressure and 30.3% had no hypertension. There is this activity has a good impact on the community of the villages, the villagers are

keen to raise awareness of the importance of controlling hypertension and thus increasing productivity in social life.

Keywords: Cerdik, Community Diagnosis, Hypertension

PENDAHULUAN

Salah satu penyebab kematian utama di seluruh dunia adalah penyakit tidak menular (PTM). Hipertensi adalah salah satu PTM yang paling serius saat ini. (Maulidah et al., 2022). Jika tekanan darah seseorang lebih dari 140 mmHg (sistolik) dan/atau 90 mmHg, itu disebut hipertensi. Selain menjadi salah satu penyakit tidak menular, hipertensi juga merupakan faktor risiko utama untuk penyakit kardiovaskuler lainnya. (Ansar et al., 2019). Hipertensi dapat disebabkan oleh jenis kelamin, umur, genetika, kurang olahraga, stres, obesitas, asupan garam, dan kebiasaan merokok dan meminum alkohol. Karena hipertensi tidak spesifik, gejala mungkin dianggap sebagai gejala biasa, yang menghambat penanganan. Hipertensi juga dapat menyebabkan kerusakan organ yang parah tanpa gejala, oleh karena itu disebut sebagai pembunuh tanpa suara. Jika ada komplikasi, gejala akan muncul sesuai dengan organ yang terkena.

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2019, prevalensi global hipertensi saat ini sebesar 22% dari total populasi dunia dan diprediksi pada tahun 2025 menjadi 29%. Di Indonesia sendiri prevalensi hipertensi menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 sebesar 34,1% pada penduduk usia > 18 tahun (Linggariyana et al., 2023; Maulidah et al., 2022). Berdasarkan data dari Puskesmas Desa Meninting masalah kesehatan yang paling banyak dikeluhkan oleh masyarakat adalah hipertensi. Desa Meninting memiliki beberapa dusun salah satunya adalah Dusun Pelempat yang memiliki jumlah penduduk yang paling banyak. Dusun Pelempat merupakan salah satu desa yang ada di Desa Meninting, Kabupaten Lombok Barat, Nusa Tenggara Barat. Secara geografis, Dusun ini berdekatan dengan daerah pesisir pantai dan perbukitan (Profil Desa, 2022). Secara geografis, Dusun ini berdekatan dengan daerah pesisir pantai sehingga sebagian besar mata pencaharian penduduk pada Dusun Pelempat ini terdapat sektor perikanan tangkap, yaitu sebagai nelayan. Selain berdekatan dengan daerah pesisir, Dusun Pelempat juga berdekatan dengan daerah perbukitan sehingga sebagian dari penduduk pada Dusun ini juga menjadikan bertani sebagai mata pencahariannya.

Terdapat beberapa faktor risiko yang dapat terkait dengan nelayan dan berpotensi meningkatkan kemungkinan terjadinya hipertensi. Pertama, nelayan seringkali beroperasi dalam lingkungan yang penuh dengan stres dan ketidakpastian. Ancaman cuaca buruk, risiko keselamatan, serta fluktuasi tangkapan ikan dan ekonomi dapat menyebabkan stres kronis yang berkontribusi pada kenaikan tekanan darah. Selain itu, pola tidur yang tidak teratur akibat jadwal kerja yang tidak tetap juga dapat mempengaruhi keseimbangan hormonal dan meningkatkan risiko hipertensi. Kedua, kurangnya aktivitas fisik yang teratur merupakan faktor risiko potensial. Pekerjaan nelayan sering melibatkan waktu yang lama dalam posisi duduk atau kurangnya kesempatan untuk berolahraga. Kekurangan aktivitas fisik dapat mengurangi efisiensi pembuluh darah dan berkontribusi pada peningkatan tekanan darah.

Ketiga, paparan lingkungan yang ekstrem juga dapat berperan dalam meningkatkan risiko hipertensi. Nelayan sering terpapar cuaca ekstrem seperti terik matahari, angin kencang, dan suhu rendah. Paparan berlebihan terhadap sinar matahari tanpa perlindungan dapat mengganggu keseimbangan vaskuler dan meningkatkan tekanan darah. Keempat, pola makan yang tidak sehat dan konsumsi garam berlebihan dapat memainkan peran penting. Keterbatasan akses terhadap makanan segar dan sehat di tengah laut dapat mendorong nelayan untuk mengonsumsi makanan olahan yang tinggi garam, yang dapat memicu retensi air dan peningkatan tekanan darah. Oleh karena itu, untuk mengidentifikasi secara kuantitatif dan kualitatif mengenai kondisi kesehatan masyarakat maka perlu dilakukan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk diagnosis komunitas sebagai upaya pengendalian hipertensi masyarakat dusun pelempat, desa meninting, Lombok barat.

METODE

Pendekatan dan partisipasi mitra sebagai sasaran kegiatan PKM ini dilakukan terlebih dahulu melalui Kepala Puskesmas Meninting dan Kader Puskesmas untuk mensosialisasikan rencana dan tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa kegiatan diagnosis komunitas. Kegiatan ini dilaksanakan selama 4 minggu dari tahap persiapan hingga pelaksanaan program intervensi.

Kegiatan selanjutnya adalah penentuan prioritas masalah dengan metode delphi atau teknik non-scoring secara sistematis yang melibatkan 6-10 orang dengan berdiskusi untuk mencapai suatu kesepakatan atau konsensus. Hasil penentuan masalah kesehatan didapatkan bahwa 10 masalah medis dan 3 masalah non medis, kemudian oleh tim diputuskan bahwa hipertensi merupakan masalah utama yang dihadapi oleh masyarakat dusun pelempat, desa meninting, Lombok barat.

Kegiatan berikutnya adalah pengumpulan data berupa pengukuran tekanan darah menggunakan tensimeter dan IMT menggunakan timbangan badan serta stadiometer. Data tingkat pengetahuan dan sikap menggunakan kuesioner yang diadaptasi dari Septianingsih (2018). Pengumpulan data tingkat stress menggunakan Kuesioner Perceived Stress Scale (PSS-10), aktivitas fisik menggunakan kuesioner Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) dibuat oleh World Health Organisation (WHO), kebiasaan merokok menggunakan wawancara langsung dan perhitungan dengan indeks Brinkman (IB), konsumsi kafein menggunakan kuesioner dari Sihotang (2019), konsumsi natrium menggunakan kuesioner yang dimodifikasi dari Prasasti (2022) dan pola makan menggunakan Food Frequency Questionare (FFQ).

Kegiatan pokok yang dilakukan untuk pelaksanaan intervensi yaitu program CERDIK: Cek kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik atau olahraga, Diet sehat dan seimbang, Istirahat yang cukup, Kelola stress dan Edukasi mengenai hipertensi dengan rundown kegiatan sebagai berikut:

| Waktu | Kegiatan |
|--------------|--|
| 08.00-08.30 | Pembukaan dan <i>overview</i> kegiatan PKM |
| 08.30-08.35 | Melakukan anamnesis dan pengukuran tekanan darah |

| | |
|-------------|--|
| 08.35-10.00 | Pemeriksaan fisik dan konsultasi dokter |
| 10.00-10.20 | Pemberian tatalaksana terkait keluhan masyarakat |
| 10.20-10.45 | Edukasi pencegahan hipertensi |
| 10.45-11.00 | Penutupan |

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Kegiatan pembukaan dan *overview* kegiatan disampaikan oleh Ketua Pengabdi. Selanjutnya adalah pemeriksaan kesehatan oleh tim dokter dan dibantu oleh mahasiswa. Setelah pemberian tatalaksana, dilakukan pemberian edukasi. Topik yang dipilih pada penyuluhan ini tentang Pencegahan dan Pengendalian Terhadap Hipertensi. Metode penyampaian edukasi diawali dengan sistem pengajaran ceramah, yaitu penyampaian informasi dan pengetahuan secara lisan kepada sejumlah warga dusun yang umumnya mengikuti secara pasif. Selanjutnya, sesi diskusi yang membuat para responden untuk bertanya lebih mendalam dengan dokter ahli mata. Kegiatan ini dijelaskan pada Gambar 1-3.



Gambar 1. Pemeriksaan kesehatan warga dusun pelempat.



Gambar 2. Pemberian tatalaksana berupa obat antihipertensi dan edukasi terkait cara pemakaian dengan dosis yang tepat.



Gambar 3. Penyampaian edukasi mengenai hipertensi



Gambar 4. Media edukasi yang dibagikan kepada mitra sasaran.

PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 13 Agustus 2023 di Dusun Pelempat, Desa Meninting, Lombok Barat. Partisipan yang terlibat sebanyak 142 orang. Mayoritas perempuan sebanyak 114 orang (80,3%) dan laki-laki 28 orang (19,7%) dengan usia di atas 40 tahun sebanyak 105 orang (74%) dan dibawah usia 40 tahun sebanyak 37 orang (26%). Pertambahan usia menyebabkan adanya perubahan terhadap fungsi normal organ tubuh. Individu yang berusia >40 tahun akan mengalami suatu kondisi yakni berkurangnya elastisitas pembuluh darah. Kondisi demikian akan mengakibatkan meningkatnya tekanan darah karena darah yang terus dipompa tanpa adanya dilatasi pembuluh darah (Amanda & Martini, 2018). Faktor lain yang mendukung terjadinya hipertensi pada usia tua adalah telomer yang diketahui memendek seiring dengan usia, yang bersifat progresif dan terkait dengan penyakit yang berkaitan dengan usia, seperti penyakit kardiovaskular. (Amanda & Martini, 2018). Faktor jenis kelamin berpengaruh pada terjadinya hipertensi, dimana pada usia <60 tahun, pria lebih banyak yang menderita

hipertensi dibandingkan wanita. Pria diduga memiliki gaya hidup yang cenderung dapat meningkatkan tekanan darah dibanding wanita seperti kebiasaan merokok, minum alkohol, dan memakan makanan yang tidak sehat. Namun setelah memasuki masa menopause, prevalensi hipertensi pada wanita meningkat (Amanda & Martini, 2018; Arifin et al., 2016).

Masalah utama yang didapatkan dari masyarakat dusun pelempat adalah hipertensi, setelah dilakukan pengukuran tekanan darah didapatkan sebanyak 69.7% mengalami hipertensi dan 30.3% tidak mengalami hipertensi. Hipertensi merupakan salah satu faktor risiko utama penyakit kardiovaskular. Curah jantung dan resistensi perifer total mempengaruhi tekanan darah; jika tekanan darah meningkat, curah jantung dan resistensi perifer total juga meningkat. Berbagai sistem dapat memengaruhi tekanan darah tinggi. Penyakit hipertensi primer dengan faktor resiko yang tinggi menyebabkan sistem neural mengaktifkan sistem saraf simpatis yang berlebihan. Peningkatan denyut jantung dan curah jantung adalah hasil dari aktivitas saraf simpatis yang berlebihan. Hipertensi mempengaruhi pembuluh darah kecil dan besar di dalam otak, serta arteri karotis, pembuluh darah besar yang menyuplai otak. Seiring waktu, pembuluh darah akan mengalami vasokonstriksi, meningkatkan resistensi. Selain itu, kerusakan endotel pada pembuluh darah dapat menyebabkan aterosklerosis, yang mempersempit celah pembuluh darah; akibatnya, arteriosclerosis pada jaringan serebral dapat menyebabkan gangguan kognitif (Kusuma Dewi et al., 2022).

Berdasarkan hasil kuesioner didapatkan bahwa masyarakat dusun pelempat memiliki tingkat pengetahuan kurang (73,9%), baik (26,1%) dan sikap kurang (72,5%), baik (27,5%) terkait hipertensi. Pengetahuan masyarakat tentang hipertensi mempengaruhi tindakan mereka untuk mencegah hipertensi. Informasi kesehatan tentang pencegahan hipertensi dapat diperoleh dari berbagai sumber, seperti inisiatif sendiri atau dari orang lain, baik secara visual, audio maupun audio visual. Pengetahuan yang memicu tindakan dapat menjadi (Kusuma Dewi et al., 2022). Persepsi responden tentang pencegahan hipertensi dimulai ketika mereka mengetahui tentang penyakit hipertensi dan kemudian menanganinya. Informasi tentang penyakit hipertensi berasal dari media masa dan elektronik serta dari sosialisasi Puskesmas tentang hipertensi. Persepsi yang positif tentang pencegahan hipertensi terkait dengan tanggapan positif responden (Limbong, 2020; Kondo, 2018).

Masyarakat dusun pelempat memiliki indeks masa tubuh (IMT) yang beragam diantaranya 9.2% obesitas tingkat II, 46.5% obesitas tingkat I, 4.9% berat badan berlebih, 9.2% berat badan kurang, 30.3% normal. Patofisiologi hipertensi yang terjadi pada orang dengan obesitas dipengaruhi oleh tiga hal utama yaitu gangguan sistem otonom, resistensi insulin, serta abnormalitas struktur dan fungsi pembuluh darah. Makin besar massa tubuh, makin banyak darah yang dibutuhkan untuk memasok oksigen ke jaringan tubuh sehingga tekanan pada arteri juga akan meningkat. Hal tersebut menyebabkan volume intravaskuler dan curah jantung meningkat. Peningkatan ini yang kemudian menyebabkan meningkatnya tekanan darah. Individu dengan obesitas berisiko lebih tinggi mengalami hipertensi dibandingkan dengan berat badan yang normal (Nilamsari & Fitriani, 2017; Rohkuswara & Syarif, 2017). Selain itu, obesitas membuat insulin plasma meningkat, dimana natriuretik potensial menyebabkan terjadinya reabsorpsi natrium yang tinggi dan menyebabkan peningkatan tekanan darah (Marhabatsar & Sijid, 2021).

Faktor yang tidak kalah pentingnya untuk diperbaiki oleh masyarakat dusun pelempat adalah aktivitas fisik. Berdasarkan hasil wawancara didapatkan bahwa masyarakat dusun pelempat lebih banyak melakukan aktivitas fisik rendah (47.9%), 36.6% sedang dan 15.5% normal. Aktivitas fisik merupakan kegiatan yang sangat baik dilakukan untuk mendapatkan hidup sehat. Aktivitas fisik terutama aktivitas latihan fisik aerobik atau gerak badan isotonik (berlari, jalan kaki, senam aerobik low impact, dan lainnya) akan meningkatkan aliran darah yang mendorong peningkatan produksi nitrit oksida (NO) (Nengsih, 2018). Nitrit oksida akan merangsang pembentukan faktor relaksasi endothelial yang berasal dari arteri (EDRF), yang bertanggung jawab untuk melebarkan arteri dan vasodilatasi. Latihan yang teratur dan aktif akan membuat pembuluh darah lebih elastis, mengurangi tahanan perifer. Latihan juga membuat jantung bekerja dengan lebih baik, yang berarti curah jantung lebih rendah dan tekanan darah lebih rendah. Orang yang aktif secara fisik cenderung memiliki risiko tekanan darah tinggi yang lebih tinggi, tetapi mereka yang menggerakkan tubuhnya dengan berat badan cenderung tidak memiliki risiko ini (Wahyuddin & Andajani, 2017).

Merokok merupakan salah satu faktor yang mampu memperburuk kejadian hipertensi terutama pada laki-laki, namun dari data masyarakat dusun pelempat karena mayoritas perempuan, dapat dipastikan bahwa merokok tidak menjadi faktor risiko yang meningkatkan hipertensi pada masyarakat dusun ini. Persentase status perokok responden adalah 12% merokok dan 88% tidak merokok, dengan derajat merokok pada responden adalah 7% perokok berat, 3.5% perokok sedang, 1.4% perokok ringan dan 88% tidak merokok. Kafein mengikat reseptor adenosin, mengaktifkan sistem saraf simpatik dengan meningkatkan konsentrasi catecholamines dalam plasma, dan meningkatkan kelenjar adrenalin serta meningkatkan produksi kortisol adalah beberapa proses biologi yang menyebabkan peningkatan tekanan darah ini. Persentase konsumsi kafein responden adalah 47.9% konsumsi kafein rendah, 43% konsumsi kafein sedang, dan 9.2% konsumsi kafein tinggi, sehingga dapat dinyatakan kafein tidak menjadi variabel yang memperkuat kejadian hipertensi pada masyarakat dusun pelempat.

Konsumsi natrium menjadi salah satu variabel yang menjadi faktor risiko tinggi terhadap hipertensi bagi masyarakat dusun pelempat, hal ini ditunjukkan sebanyak 66.2% buruk dalam mengonsumsi natrium dan 33.8% konsumsi natrium baik. Tubuh menggunakan natrium untuk merangsang fungsi saraf, menjaga keseimbangan asam-basa dalam darah, mengkontraksi otot, dan mengontrol tekanan osmosis untuk mencegah cairan keluar dari darah dan masuk ke sel (Furqani et al., 2020). Namun, mengonsumsi natrium dalam jumlah yang berlebihan dapat berbahaya bagi kesehatan karena menyebabkan diameter pembuluh darah arteri mengecil, yang membuat jantung bekerja lebih keras untuk meningkatkan volume darah. Konsumsi natrium yang berlebihan juga akan menyebabkan jumlah cairan ekstraseluler meningkat, yang pada gilirannya akan menyebabkan volume darah meningkat (Aprillia, 2020).

Hasil ini menunjukkan bahwa masyarakat dusun pelempat memiliki masalah pada tingkat pengetahuan dan sikap terhadap hipertensi, kurangnya aktivitas fisik, masih ditemukan yang obesitas dan konsumsi natrium yang buruk. Oleh karena itu, intervensi yang dilakukan diantaranya meningkatkan pengetahuan masyarakat melalui edukasi tentang hipertensi, pemberian obat antihipertensi kepada penderita hipertensi serta edukasi cara

pemakaian obat antihipertensi dengan dosis yang tepat, edukasi mengenai cara menurunkan kelebihan berat badan untuk mencegah hipertensi dan penggunaan garam/natrium yang tepat agar mampu mengendalikan hipertensi. Secara keseluruhan, kegiatan diagnosis komunitas ini dinilai berhasil karena mampu melakukan pemetaan masalah di komunitas dan memberikan intervensi tepat sasaran. Keberhasilan kegiatan ini dapat dinilai dari kepedulian masyarakat dusun pelempat dalam mengikuti program CERDIK sebagai upaya untuk mengendalikan faktor risiko hipertensi. Dengan demikian, tujuan kegiatan ini telah tercapai.

SIMPULAN

Kegiatan kali ini didapatkan masyarakat dusun pelempat desa meninting memiliki upaya untuk mengendalikan faktor risiko hipertensi sehingga angka kejadian hipertensi dapat diminimalisir. Beberapa faktor risiko yang masih tinggi dari hasil kegiatan diagnosis komunitas ini yaitu tingkat pengetahuan, sikap, aktivitas fisik, IMT kategori obesitas dan konsumsi natrium. Untuk kegiatan selanjutnya, perlu kolaborasi lintas sektoral agar mampu meningkatkan upaya pencegahan dan penanganan yang tepat terhadap penyakit hipertensi pada masyarakat dusun maupun desa di Wilayah Lombok Barat.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kegiatan ini didukung oleh Pimpinan Fakultas Kedokteran Unizar, Mahasiswa Fakultas Kedokteran Unizar, Kader dan Masyarakat Dusun Pelempat, Desa Meninting, Lombok Barat.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi, P. (2017). buku ajar ilmu penyakit dalam (6th ed.) internapublishing.
- Adrian, S. J. (2019). Diagnosis dan tatalaksana terbaru pada dewasa. *Cdk-274*, 46(3), 172–178.
- Ansar, J., Dwinata, I., & Apriani. (2019). Determinan Kejadian Hipertensi Pada Pengunjung Posbindu di Wilayah Kerja Puskesmas Ballaparang Kota Makassar. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, 1(3), 28–35.
- Denis L. Kasper, MD, et al. (2005). *Harrison's Principles of Internal Medicine*. The McGraw – Hill Companies.
- Hasanah, U. (2019). Tekanan Darah Tinggi (Hipertensi). *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(1), 87.
- Herawati, I., & Wahyuni. (2016). Manfaat Latihan Pengaturan Pernafasan Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Primer. *The 3Rd University Research Coloquium*, 79–87.
- IDI. (2017). *Panduan Praktik Klinis Bagi Dokter di Fasilitas Pelayanan Kesehatan Primer*. Menteri Kesehatan Republik Indonesia, 162, 364.
- James, P. A., Oparil, S., Carter, B. L., Cushman, W. C., Dennison-Himmelfarb, C., Handler, J., Lackland, D. T., LeFevre, M. L., MacKenzie, T. D., Ogedegbe, O., Smith, S. C., Svetkey, L. P., Taler, S. J., Townsend, R. R., Wright, J. T., Narva, A. S., & Ortiz, E. (2014). 2014 Evidence-based guideline for the management of high blood pressure in adults: Report from the panel members appointed to the Eighth Joint National Committee (JNC 8). *JAMA - Journal of the American Medical Association*, 311(5), 507–520. <https://doi.org/10.1001/jama.2013.284427>

- Kartika, M., Subakir, S., & Mirsiyanto, E. (2021). Faktor-Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Rawang Kota Sungai Penuh Tahun 2020. *Jurnal Kesmas Jambi*, 5(1), 1–9. <https://doi.org/10.22437/jkmj.v5i1.12396>
- Kemendes.RI. (2014). Pusdatin Hipertensi. Infodatin, Hipertensi, 1–7. <https://doi.org/10.1177/109019817400200403>
- Kharisyanti, F., & Farapti, F. (2017). Status Sosial Ekonomi Dan Kejadian Hipertensi. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 13(3), 200. <https://doi.org/10.30597/mkmi.v13i3.2643>
- Krisnanda, M. Y. (2017). Laporan Penelitian Hipertensi. *Laporan Penelitian Hipertensi*, 1102005092, 18.
- Kusuma Dewi, Y., Hadi Pratomo, & Tri Karjoso. (2022). Faktor Sosial dan Budaya yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(8), 890–898. <https://doi.org/10.56338/mppki.v5i8.2483>
- Linggariyana, Trismiyana, E., & Furqoni, P. D. (2023). Asuhan Keperawatan Dengan Teknik Rendam Kaki Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi DiDesa Sri Pendowo Lampung Timur. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 4(1), 88–100.
- Madika, D. A., & Ripal, L. (2022). Hubungan Pola Makan Dan Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Keluarga Di Desa Tikala Kecamatan Buntu Barana.
- Marhabatsar, N. S., & Sijid, S. A. (2021). Review: Penyakit Hipertensi Pada Sistem Kardiovaskular. *Journal UIN Alauddin*, November, 75.
- Maulidah, K., Neni, N., & Maywati, S. (2022). Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Dengan Upaya Pengendalian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Cikampek Kabupaten Karawang. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 18(2), 484–494.
- Musfirah, & Setyani, D. A. (2022). Community Diagnosis Permasalahan Kesehatan Lingkungan Pada Warga di Kelurahan Way Dadi KotaBandar Lampung. *Jurnal Panrita Abdi*, 6(3), 548–556. <http://journal.unhas.ac.id/index.php/panritaabdi>
- Nilamsari, N., & Fitriani, N. (2017). Faktor-faktor yang berhubungan dengan tekanan darah Pada Pekerja Shift Dan Pekerja NonShift di PT X Gresik. *Journal of Industrial Hygiene and Occupational Health*, 2(1), 57–75.
- Nuraini, B. (2015). Risk Factors of Hypertension. *J Majority*, 4(5), 10–19.
- Nurfitriani, A. (2020). Distribusi Penderita Hipertensi Berdasarkan Faktor Risiko Di Puskesmas Tanete Kecamatan Bulukumpa Kabupaten Bulukumba Periode Juli 2019 - Juni 2020. *Sustainability (Switzerland)*, 4(1), 1–9.
- Nurmalita, Annisaa', V. and, Eva, Pramono, & Dodik. (2019). Hubungan Kepatuhan Minum Obat Antihipertensi Terhadap Kualitas Hidup Pada Pasien Hipertensi. Undergraduate Thesis, Faculty of Medicine.
- Prasasti, A. P. (2022). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Dewasa Pertengahan (Middle Age). Skripsi.
- Reistriawan, N. M. M. D., Wibawa, A., Adiatmika, I. P. G., & Sundari, L. P. R. (2022). Gambaran Konsumsi Rokok Terhadap Aktivitas Fisik Pada Laki-Laki Di Kecamatan Denpasar Selatan. 10, 160–163.
- Ridho, M., & Burhanro. (2019). Hubungan Antara Perilaku Budaya Dengan Kualitas Hidup Penderita Hipertensi Pada Etnis Dayak Di Desa Pampang Samarinda. *Ayan*, 8(5), 55.

- Sabrina, B., Susanto, H. S., & Adi, M. S. (2015). Faktor Lingkungan Sosial Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kepatuhan Terapi Penderita Hipertensi Primer Di Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang. 3(April).
- Septianingsih, dea gita. (2018). Hubungan tingkat pengetahuan dan sikap pasien hipertensi dengan upaya pengendalian hipertensi di wilayah kerja puskesmas samata. Universitas Islam Negeri Alauddin, 8, 111. <http://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/article/download/877/788>
- Setiadi, M. D., & Martha, E. (2023). Faktor-Faktor Sosial Budaya yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Pasien Hipertensi: Literature Review. Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI), 6(4), 582–587. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i4.2487>
- Sihotang, V. A. (2019). Hubungan Kebiasaan Minum Kopi dengan Peningkatan Tekanan Darah pada Masyarakat di Desa Ponjian Pegagan Julu X Sumbul Kabupaten Dairi. [Skripsi], 37.
- Suling, F. R. W. (2018). Buku Referensi HIPERTENSI (Issue 2).
- Sumarna, N. U. (2017). Efektivitas Metode Delphi Dalam Pengembangan Instrumen Supervisi Manajerial. Andragogi Jurnal Diklat Teknis, V (1), 86–99.
- Sylvestris, A. (2017). Hipertensi Dan Retinopati Hipertensi. Sainika Medika, 10(1), 1. <https://doi.org/10.22219/sm.v10i1.4142>