

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN MOTIVASI DENGAN SISA MAKANAN PADA PASIEN HIPERTENSI

Indrawati¹, Wanda Lasepa², Nur Afrinis³

Prodi S1 Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai^{1,2,3}
indrawatikarimun@gmail.com¹, wanda.lasepa@gmail.com²

ABSTRACT

Food waste in hypertensive patients can affect the number of days of hospitalization and the length of the patients healing process in the hospital. The purpose of this study was to determine the relationship between knowledge of a low salt diet and eating motivation with food waste in hypertensive patients at the Muhammad Sani Regional General Hospital, Karimun Regency. This type of research was analytic with a cross sectional design. The population of this study was the knowledge of a low salt diet and the motivation to eat with leftovers in hypertension patients at the Muhammad Sani Regional General Hospital, Karimun Regency, which amounted to 50 people with a sampling technique using total sampling. Data collection tools in this study used questionnaires and food waste form. Data analysis with chi square test. The results showed that most of the respondents had less knowledge about a low-salt diet, most of the respondents had weak motivation, there was a relationship between Knowledge of Low-Salt Diet and food waste in hypertension patients at Muhammad Sani Hospital, Karimun Regency in 2022 with a p value of 0,000, there was a relationship between Motivation with Food Leftovers in Hypertensive patient at Muhammad Sani Hospital, Karimun Regency in 2022 with a p value of 0,000. For Muhammad Sani Hospital, Karimun Regency, it is necessary to increase counseling, education and motivation to eat to inpatients, especially hypertension patients.

Keywords : Food Waste, Hipertension, Knowledge, Motivation

ABSTRAK

Sisa makanan pada pasien hipertensi dapat mempengaruhi jumlah hari rawat dan lamanya proses penyembuhan pasien di rumah sakit. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan diet rendah garam dan motivasi makan dengan sisa makanan pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Umum Daerah Muhammad Sani Kabupaten Karimun.. Jenis penelitian ini adalah *analitik* dengan rancangan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah pengetahuan diet rendah garam dan motivasi makan dengan sisa makanan pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Umum Daerah Muhammad Sani Kabupaten Karimun yang berjumlah 50 orang dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Alat pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner dan form sisa makanan. Analisa data dalam penelitian ini menggunakan analisa univariat dan bivariat dengan uji *chi-square*. Hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan kurang tentang diet rendah garam, sebagian besar responden memiliki motivasi lemah, terdapat hubungan Pengetahuan Diet Rendah Garam dengan Sisa Makanan pada Pasien Hipertensi di RSUD Muhammad Sani Kabupaten Karimun Tahun 2022 dengan p value 0,000, terdapat hubungan Hubungan Motivasi dengan Sisa Makanan pada Pasien Hipertensi di RSUD Muhammad Sani Kabupaten Karimun Tahun 2022 dengan p value 0,001. Bagi RSUD Muhammad Sani Kabupaten Karimun perlu adanya peningkatan penyuluhan, edukasi maupun motivasi makan kepada pasien rawat inap khususnya pasien hipertensi.

Kata Kunci : Hipertensi, Motivasi, Pengetahuan, Sisa Makanan

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah di atas normal yang mengakibatkan terganggunya kebutuhan akan oksigen disebut dengan hipertensi. Seseorang memiliki tekanan darah sistolik sama atau ≥ 140 mmHg dan tekanan

darah diastolik sama atau ≥ 90 mmHg dikatakan dengan hipertensi. Berdasarkan factor resiko terjadinya hipertensi, hipertensi dapat dibedakan atas dua faktor, yang pertama faktor risiko yang tidak dapat diubah seperti umur, jenis kelamin, keturunan atau genetik dan yang kedua adalah faktor risiko yang dapat diubah seperti konsumsi garam, konsumsi alkohol, merokok, aktifitas fisik, kurang olah raga, stress, kegemukan atau obesitas. Apabila hipertensi tidak segera ditangani maka akan terjadi kerusakan pada jantung, dan stroke serta bisa mengakibatkan kematian (Sustrani, 2016).

Menurut *World Health Organization (WHO)* pada tahun 2020 menyatakan bahwa dari orang dewasa yang berusia lebih dari 25 tahun sebanyak 40 % telah didiagnosis dengan hipertensi. Asia berada pada prevalensi hipertensi tertinggi nomor dua sebesar 41% sedangkan Amerika menempati posisi prevalensi terendah sebesar 35%. Menurut data Riskesdas tahun 2020 prevalensi hipertensi di Indonesia pada umur ≥ 18 tahun yang didiagnosis oleh tenaga kesehatan sebesar 8,4% (Kemenkes RI, 2020).

Hipertensi merupakan salah satu dari sepuluh penyakit terbanyak rawat jalan di Provinsi Kepulauan Riau. Tahun 2020 hipertensi menduduki posisi kedua dengan angka 37,869 kasus. Laporan Riskesdas menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di Provinsi Kepulauan Riau pada penduduk berusia >18 tahun yaitu 21% pada laki-laki dan 21,7% pada perempuan. Prevalensi hipertensi pada kelompok usia 55-64 tahun sebesar 45,6%, kelompok usia 65-74 tahun sebesar 61,8 % dan kelompok usia > 75 tahun sebesar 72,5% (Kemenkes RI, 2020).

RSUD Muhammad Sani merupakan rumah sakit terbesar di Kabupaten Karimun Kepulauan Riau, rumah sakit ini merawat pasien dengan berbagai macam penyakit. Adapun 10 penyakit terbanyak pada rawat inap tahun 2021 adalah infeksi Covid-19, hipertensi, pneumonia, katarak, diabetes melitus, demam berdarah dengue, penyakit serebrovaskular, penyakit jantung iskemik, gigi tanam dan impaksi. Hipertensi menempati posisi kedua setelah Covid-19.

Upaya mempercepat penyembuhan pasien hipertensi salah satunya yaitu diberikan terapi makanan. Pemberian makanan yang sesuai dengan kebutuhan, syarat dan prinsip diet serta habis dimakan oleh pasien merupakan salah satu cara untuk memperpendek hari rawat inap dan mempercepat proses penyembuhan. Suatu penyelenggaraan makanan dikatakan berhasil apabila semua makanan yang diberikan diterima dengan baik dan dimakan sampai habis tanpa sisa makanan. (Rifiana & Suharyanto, 2020).

Sisa makanan dipengaruhi oleh dua faktor yang pertama faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar pasien seperti mutu makanan, sikap petugas pramusaji, waktu pembagian makan, jadwal makan, makanan dari luar rumah sakit, suasana lingkungan tempat perawatan. Yang kedua faktor internal yaitu berasal dari dalam diri pasien sendiri seperti kebiasaan makan, nafsu makan, lama perawatan, jenis penyakit, jenis kelamin, usia. dan motivasi pasien untuk sembuh serta tingkat pengetahuan (Husnah, 2019).

Tingkat pengetahuan gizi seseorang akan berpengaruh terhadap sikap dan perilakunya dalam memilih makanan selanjutnya akan mempengaruhi gizi individu itu sendiri. Pengetahuan gizi yang kurang atau kurangnya menerapkan pengetahuan gizi dalam kehidupan sehari-hari dapat menimbulkan masalah gizi. Pengetahuan gizi yang baik akan mempengaruhi asupan gizi dan kondisi kesehatan seseorang (Suryaningsih, 2020). Penelitian oleh (Miharti, 2019) mengungkapkan bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan dengan sisa makanan pada pasien yang mendapat diet rendah garam dengan *p value* 0,000.

Selain tingkat pengetahuan sisa makanan juga dipengaruhi oleh motivasi. Motivasi merupakan dorongan yang timbul pada diri seseorang secara sadar atau tidak sadar untuk melakukan suatu tindakan dengan tujuan tertentu. Motivasi yang kuat untuk sembuh berpengaruh terhadap perilaku serta keinginan penderita untuk sembuh dari penyakitnya. Perilaku yang seharusnya diterapkan adalah mampu menghabiskan makanan yang disajikan oleh rumah sakit dan menjalankan diet sesuai dengan yang dianjurkan (Noor et al, 2018).

Adanya motivasi makan yang tinggi pasien akan cepat menghabiskan makanan yang disajikan karena dia tahu manfaat makanan yang dimakan dan ingin cepat sembuh dari penyakit yang dideritanya. Salah satu penelitian di rumah sakit Ni Wayan Miharti (2019) menunjukkan bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan dengan sisa makanan pada pasien yang mendapat diet rendah garam di RSUD Klungkung ($p < 0,05$). Dari survey awal yang dilakukan pada 10 orang pasien hipertensi di Rumah Sakit Umum Daerah Muhammad Sani diperoleh bahwa terdapat 7 orang tidak mengetahui diet rendah garam dan 3 orang yang mengetahui diet rendah garam. Motivasi makan dari 10 pasien

didapatkan hasil bahwa 6 orang kurang motivasi untuk makan dan 4 orang memiliki motivasi makan. Sedangkan untuk sisa makanan dari 10 orang pasien terdapat 7 orang dengan sisa makanan masih banyak dan 3 orang dengan sisa makanan sedikit.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan diet rendah garam dan motivasi makan dengan sisa makanan pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Umum Daerah Muhammad Sani Kabupaten Karimun tahun 2022.

METODE

Jenis penelitian ini adalah *survei analitik* dengan rancangan desain rancangan *cross sectional*, yaitu rancangan penelitian dengan melakukan pengukuran atau pengamatan variabel independen dan variabel dependen saat bersamaan. Penelitian ini dilaksanakan di RSUD Muhammad Sani pada tanggal 04 Juli sampai dengan 04 Agustus 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien rawat inap hipertensi di RSUD Muhammad Sani yang mendapatkan makanan diet rendah garam pada bulan tanggal 4 Juli sampai dengan 4 Agustus 2022 yaitu sebanyak 50 orang. Sampel semua pasien rawat inap hipertensi di RSUD Muhammad Sani yang mendapatkan makanan diet rendah garam pada bulan Juli-Agustus 2022 dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling* yang berjumlah 50 orang.

Analisa data dalam penelitian ini menggunakan Analisa Univariat dan Analisa Bivariat. Analisa univariat untuk melihat distribusi frekuensi dan persentase dari pengetahuan dan motifasi. Analisa bivariat menggunakan uji *Chi-Square* (X^2) dengan menggunakan tingkat kepercayaan 95%.

HASIL

Penelitian ini dilakukan di RSUD Muhammad Sani pada 50 orang Pasien yang mendapatkan diet rendah garam. Hasil penelitian tersebut dapat disajikan sebagai berikut:

Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini terdiri dari usia, jenis kelamin, pendidikan, dan pekerjaan, karakteristik responden dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1 : Distribusi Frekuensi Usia, Jenis Kelamin, Pendidikan dan Pekerjaan pada Pasien Hipertensi

Karakteristik	n	%
Usia (tahun)		
30-39	3	6
40-49	21	42
50-59	9	18
60-69	17	34
Jenis kelamin		
Laki-Laki	20	40
Perempuan	30	60
Pendidikan		
SD	1	2
SMP	11	22
SMA	23	46
Perguruan tinggi	15	30
Pekerjaan		
Bekerja	25	50
Tidak Bekerja	25	50
Jumlah	50	100

Berdasarkan Tabel 1. diketahui bahwa dari 50 responden, sebanyak 21 responden (42%) berusia 40-49 tahun, sebanyak 30 responden (60%) berjenis kelamin perempuan. Dari 50 responden,

sebanyak 23 responden (46%) memiliki latar belakang pendidikan SMA dan 25 responden (50%) bekerja.

Analisa Univariat

Analisa univariat dalam penelitian ini terdiri dari Pengetahuan, motivasi makan dan sisa makanan yang dapat dilihat pada table 2 berikut:

Tabel 2 : Distribusi Frekuensi Pengetahuan, Motivasi dan Sisa Makanan pada Pasien Hipertensi

Variabel	n	%
Pengetahuan		
Kurang	33	66
Baik	17	34
Motivasi		
Lemah	31	62
Kuat	19	38
Sisa Makanan		
Sisa makanan banyak	34	68
Sisa makanan sedikit	16	32
Jumlah	50	100

Berdasarkan Tabel .2 dapat dilihat bahwa dari 50 responden, sebanyak 33 responden (66%) memiliki pengetahuan kurang, sebanyak 31 responden (62%) memiliki motivasi lemah dan sebanyak 34 responden (68%) memiliki sisa makanan banyak.

Analisa Bivariat

Analisa bivariat bertujuan untuk melihat hubungan antara variabel pengetahuan dengan sisa makanan. Analisa bivariat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 3 : Hubungan Pengetahuan Diet Rendah Garam dengan Sisa Makanan pada Pasien Hipertensi

Pengetahuan	Sisa Makanan				Total		p value	POR(CI 95%)
	Banyak		Sedikit		n	%		
	n	%	n	%				
Kurang	29	87,9	4	12,	33	100	0,000	17,4 (3,973- 76,201)
Baik	5	29,4	12	70, 6	17	100		
Total	34	68	16	32	50	100		

Berdasarkan Tabel 3 dapat dilihat bahwa dari 33 responden dengan pengetahuan kurang, terdapat 4 responden (12,1%) dengan sisa makanan sedikit. Sedangkan dari 17 responden dengan pengetahuan baik, terdapat 5 responden (29,4%) dengan sisa makanan banyak Berdasarkan *uji statistik* diperoleh nilai p value = 0,000 ($p < 0,05$. ini berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan sisa makanan pada pasien hipertensi. Berdasarkan hasil penelitian diketahui nilai POR=17,4, hal ini berarti bahwa responden dengan pengetahuan kurang mempunyai kemungkinan 17,4 kali untuk memiliki sisa makanan banyak dibandingkan dengan pengetahuan baik

Tabel 4 : Hubungan Motivasi dengan Sisa Makanan pada Pasien Hipertensi

Motivasi	Sisa Makanan				Total		p value	POR(CI 95%)
	Banyak		Sedikit		N	%		
	n	%	n	%				
Lemah	27	87,1	4	12,9	31	100	0,001	11,571 (2,842-47,118)
Kuat	7	36,8	12	63,2	19	100		
Total	34	68	16	32	50	100		

Berdasarkan Tabel 4 dapat dilihat bahwa dari 31 responden dengan motivasi lemah, terdapat 4 responden (12,9%) dengan sisa makanan sedikit. Sedangkan dari 19 responden dengan motivasi kuat, terdapat 7 responden (36,8%) dengan sisa makanan banyak. Berdasarkan *uji chi-square* diperoleh nilai $p\text{ value} = 0,001$ ($p < 0,05$), dengan derajat kemaknaan ($\alpha = 0,05$). Ini berarti terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi dengan sisa makanan pada pasien hipertensi di RSUD Muhammad Sani Kabupaten Karimun. Nilai *Prevalensi Odds Ratio* (POR) = 11,571 (CI 95% = 2,842-47,118) artinya pasien dengan motivasi lemah mempunyai kemungkinan 11,5 kali untuk memiliki sisa makanan banyak dibandingkan dengan motivasi kuat.

PEMBAHASAN

Hubungan Pengetahuan Diet Rendah Garam dengan Sisa Makanan pada Pasien Hipertensi

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa dari 33 responden dengan pengetahuan kurang, terdapat 4 responden (12,1%) dengan sisa makanan sedikit. Sedangkan dari 17 responden dengan pengetahuan baik, terdapat 5 responden (29,4%) dengan sisa makanan banyak. Berdasarkan uji statistik diperoleh $p\text{ value} = 0,000$ ($\alpha = 0,05$), maka ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan sisa makanan pada pasien hipertensi. Nilai *Prevalensi Odds Ratio* (POR) = 17,4 (CI 95% = 3,973-76,201) artinya pasien dengan pengetahuan kurang mempunyai kemungkinan 17,4 kali untuk memiliki sisa makanan banyak dibandingkan dengan pengetahuan baik.

Menurut asumsi peneliti responden dengan pengetahuan kurang, tetapi sisa makanan sedikit. disebabkan karena responden sudah cukup dewasa sehingga mengerti bahwa makanan yang diberikan rumah sakit diperlukan untuk kesehatannya. Sedangkan responden dengan pengetahuan baik, tetapi sisa makanan banyak, disebabkan karena pasien sudah merasa bosan dengan makanan rumah sakit dikarenakan hari perawatan sudah melebihi empat hari.

Tingkat pengetahuan gizi seseorang akan berpengaruh terhadap sikap dan perilakunya dalam memilih makanan selanjutnya akan mempengaruhi gizi individu itu sendiri. Pengetahuan gizi yang kurang atau kurangnya menerapkan pengetahuan gizi dalam kehidupan sehari-hari dapat menimbulkan masalah gizi. Pengetahuan gizi yang baik akan mempengaruhi asupan gizi dan kondisi kesehatan seseorang (Kemkes RI, 2020).

Pengetahuan adalah hasil dari tahu yang terjadi melalui proses sensoris khususnya mata dan telinga terhadap obyek tertentu. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya perilaku terbuka (*overt behavior*). Perilaku yang didasari pengetahuan yang umumnya bersifat langgeng (Notoatmodjo, 2012a).

Hasil Penelitian sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Miharti (2019) mengungkapkan bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan dengan sisa makanan pada pasien yang mendapat diet rendah garam dengan $p\text{ value} 0,000$.

Hubungan Motivasi dengan Sisa Makanan pada Pasien Hipertensi

Dari hasil penelitian diketahui bahwa dari 31 responden dengan motivasi lemah, terdapat 4 responden (12,9%) dengan sisa makanan sedikit. Sedangkan dari 19 responden dengan motivasi kuat, terdapat 7 responden (36,8%) dengan sisa makanan banyak. Berdasarkan *uji statistik* diperoleh nilai $p\text{ value} = 0,000$ ($\alpha=0,05$), maka ada hubungan yang signifikan antara motivasi dengan sisa makanan pada pasien hipertensi. Nilai *Prevalensi Odds Ratio* (POR) = 11,571 (CI 95% = 2,842-47,118) artinya pasien dengan motivasi lemah mempunyai kemungkinan 11,5 kali untuk memiliki sisa makanan banyak dibandingkan dengan motivasi kuat.

Menurut asumsi peneliti responden dengan motivasi lemah, tetapi sisa makanan sedikit. disebabkan karena responden tersebut berada pada usia yang dewasa dan memahami pentingnya makanan sehingga mau makan tanpa menyisakan makanan. Sedangkan responden dengan motivasi kuat, tetapi sisa makanan banyak. Hal ini bisa disebabkan karena pasien tersebut merupakan pasien perempuan dimana perempuan cenderung lebih banyak menyisakan makanan dibandingkan laki laki.

Motivasi adalah suatu usaha yang disadari untuk mempengaruhi tingkah laku seseorang agar ia bergerak hatinya untuk bertindak melakukan sesuatu sehingga mencapai hasil dan tujuan tertentu. Motivasi dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor instrinsik dan faktor ekstrinsik, Yang dimaksud dengan motivasi instrinsik adalah motivasi yang berasal dari diri seseorang, sedangkan motivasi ekstrinsik berasal dari luar diri seseorang (Santika, Afrinis, & yahya 2021).

Keadaan penyakit yang dicerminkan oleh konsistensi diet yang diberikan mempunyai arti sendiri dan membawa kebahagiaan atau rasa cemas pada diri orang sakit dan keluarganya. Perubahan pemberian makanan biasa dianggap sebagai pertanda penyakitnya berangsur sembuh. Adanya motivasi makan pada pasien yang tinggi untuk menghabiskan makanan yang disajikan berguna untuk proses kesembuhan pasien dan mengurangi terjadinya sisa makanan di rumah sakit (Saam & Wahyuni, 2017).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan pengetahuan diet rendah garam dan motivasi makan dengan sisa makanan pada pasien hipertensi di RSUD Muhammad Sani tahun 2022 diperoleh hasil Sebagian besar responden memiliki pengetahuan diet rendah garam kurang, motivasi lemah dan sisa makanan banyak.

Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan diet rendah garam dengan sisa makanan pada pasien hipertensi. dan ada hubungan antara motivasi makan dengan sisa makanan pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Umum Daerah Muhammad Sani Kabupaten Karimun tahun 2022.

UCAPAN TERIMAKASIH

Dalam penelitian ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak. Sehubungan dengan hal tersebut peneliti mengucapkan terima kasih kepada dosen Program Studi S1 Gizi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, dan RSUD Muhammad Sani Kabupaten Karimun.

DAFTAR PUSTAKA

Babby, I. P. (2018). Hubungan Motivasi Untuk Sembuh, Lama Rawat, Dan Konseling Gizi Dengan Sisa Makanan Lunak Pada Pasien Rawat Inap Kelas I Di Ruang Ambun Pagi RSUP DR M. Djamil Padang Tahun 2018. *Jurnal Gizikes*, 4(2).

- Husnah, N. (2019). Hubungan Pengetahuan Diet dengan Sisa Makanan di Ruang Rawat Inap RSI Sultan Hadlirin Jepara. *Jurnal Kesehatan Gizi Masyarakat*, 3(5).
- Kementrian Kesehatan RI. (2020). *Hipertensi , Penyakit Jantung dan Pembuluh Darah*. [Http://Www.P2ptm.Kemkes.Go.Id/Informasi-P2ptm/](http://www.p2ptm.kemkes.go.id/informasi-p2ptm/).
- Miharti, N. W. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Sisa Makanan pada Pasien yang Mendapat Diet Rendah Garam di RSUD Kabupaten Klungkung. *Gizi Klinik Indonesia*, 3(2).
- Noor, R., Sufiati, B., & Erma, H. (2018). Faktor-Faktor Kepuasan Pasien dengan Sisa Makanan pada Pelayanan Gizi di Rumah Sakit Islam Arafah Rembang. *Jurnal Gizi*, 7(1), 46.
- Notoatmodjo, S. (2012a). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Rifiana, A. J., & Suharyanto, T. (2020). Hubungan Diabetes Melitus Dan Hipertensi Dengan Kejadian Corona Virus Deases-19 (Covid-19) Di Wisma Atlit Jakarta Tahun 2020. *FIK Universitas Nasional*, 3(4).
- Saam, Z., & Wahyuni, S. (2017). *Psikologi Keperawatan*. Rajawali Pers.
- Santika, P., Afrinis, N., & Yahya, E. (2021). Hubungan Hubungan Motivasi dan Pekerjaan Ibu dengan Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) Dini pada Bayi di Bawah Usia 6 Bulan. *Prepotip Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 267–268. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v5i1.1534>
- Suryaningsih, N. N. (2020). Perbedaan Sisa Makanan Pasien Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Diet Rendah Garam Dan Persepsi Cita Rasa Di RSUD Wangaya Kota Denpasar. *Jurnal Kesehatan Gizi Masyarakat*, 3(5).
- Sustrani, L. (2016). *Hipertensi*. PT. Gramedia Pustaka Utama.