

## PENGARUH PEMBERIAN EDUKASI DIET TERHADAP PENDERITA HIPERTENSI DI POLIKLINIK POLRES OGAN ILIR

Yora Nopriani<sup>1\*</sup>, Ahmad Zamir<sup>2</sup>

S1 Keperawatan STIKES Mitra Adiguna Palembang<sup>1,2</sup>

\*Corresponding Author : yoranopriani90@gmail.com

### ABSTRAK

Angka kejadian hipertensi di Kabupaten OI pada tahun 2018 sebesar 31.677 kasus, tahun 2019 sebesar 16.547 kasus dan pada tahun 2020 mencapai 76.467 kasus hipertensi. Beberapa faktor risiko seperti diet menjadi penyebab tingginya angka kejadian hipertensi di Indonesia. Diet merupakan salah satu program diet dengan cara mengurangi asupan garam, mengurangi asupan kolesterol dan lemak jenuh, mengurangi asupan kalori, meningkatkan makanan yang mengandung serat dan tinggi kalium. Pendidikan kesehatan tentang perawatan hipertensi pada anggota keluarga dapat memberikan informasi yang dibutuhkan keluarga yang dapat meningkatkan pengetahuan keluarga sehingga keluarga dapat menentukan sikap yang lebih baik dalam perawatan hipertensi anggota keluarga. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi diet hipertensi terhadap pengetahuan penderita Hipertensi di Poliklinik Polres Ogan Ilir. Penelitian ini menggunakan *Quasy Experiment dengan one group pre-post test design*. Sampel penelitian ini adalah penderita hipertensi di Poliklinik Polres Ogan Ilir sebesar 40 responden. Hasil yang diperoleh adanya pengaruh edukasi diet terhadap pengetahuan penderita Hipertensi di Poliklinik Polres Ogan Ilir. Saran bagi pelayanan kesehatan, sebaiknya pelayanan kesehatan merubah metode yang digunakan untuk memberikan pendidikan kesehatan terhadap masyarakat. Agar dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam menghadapi penyakit yang dialami terutama hipertensi yang dapat menyebabkan komplikasi jika tidak diatasi segera dengan diet hipertensi.

**Kata kunci** : edukasi diet, hipertensi, pengetahuan

### ABSTRACT

*The incidence of hypertension in Ogan Ilir Regency in 2018 was 31,677 cases, in 2019 it was 16,547 cases and in 2020 it reached 76,467 cases of hypertension. Several risk factors such as diet are the cause of the high incidence of hypertension in Indonesia. One of diet program is by reduces salt intake, reduces cholesterol and saturated fat intake, reduces calorie intake, increasing foods that contain fiber and are high in potassium. Health education about treating hypertension in family members can provide the information that families need which can increase family knowledge so that families can determine better attitudes in treating family members' hypertension. This research aimed to determine the effect of providing hypertension diet education on the knowledge of hypertension sufferers at the Ogan Ilir Resort Police Force Polyclinic. This research uses a quasy experiment with a one group pre-post test design. The sample for this research was 40 respondents suffering from hypertension at the Ogan Ilir Resort Police Force Polyclinic. The results obtained showed the influence of diet education on the knowledge of hypertension sufferers at the Ogan Ilir Resort Force Polyclinic. Suggestions for health services, health services should change the methods used to provide health education to the community. To increase public knowledge in dealing with diseases experienced, especially hypertension, which can cause complications if not treated immediately with a hypertension diet.*

**Keywords** : diet education, hypertension, knowledge

### PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan kondisi medis yang serius dan dapat meningkatkan risiko penyakit jantung, otak, ginjal serta penyakit lainnya. Hipertensi penyebab utama kematian dini di seluruh dunia dengan lebih dari 1 dari 4 pria dan 1 dari 5 wanita serta lebih dari satu miliar orang mengalami kondisi tersebut (WHO, 2020). Hipertensi didiagnosis jika, ketika diukur pada dua hari yang berbeda, pembacaan tekanan darah sistolik pada kedua hari tersebut adalah  $\geq 140$  mmHg dan pembacaan tekanan darah diastolik pada kedua hari tersebut adalah  $\geq 90$  mmHg

(WHO, 2019) Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah masalah kesehatan yang mengarah ke penyakit jantung seperti serangan jantung, gagal jantung, stroke dan penyakit ginjal (WHO, 2018). Hipertensi atau tekanan darah tinggi didefinisikan sebagai tekanan darah arteri yang sangat tinggi. Menurut Joint National Committee 7 (JNC 7), tekanan darah normal adalah tekanan darah sistolik >120 mmHg dan tekanan darah diastolik >90 mmHg. Tekanan darah sistolik 80-90 mmHg didefinisikan sebagai prehipertensi (Shikha, 2017).

Data *World Health Organization* (WHO) menunjukkan sekitar 1,13 orang di dunia mengalami hipertensi 1 dari 3 orang di dunia. Kejadian hipertensi kian meningkat setiap tahunnya pada tahun 2025 diperkirakan akan ada 1,5 milyar orang yang terkena hipertensi dan 9,5 juta meninggal akibat hipertensi dan juga komplikasinya (WHO, 2018). Risdas tahun 2018 prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,11 %, estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. Provinsi Sumatra Selatan prevalensi hipertensi sebesar 30,44% (Kemenkes, 2019)

Di Indonesia tekanan darah tinggi pada penduduk berusia diatas 20 tahun adalah 1,8 - 8,6%. (Sheps, 2018). Pada tahun 2018 jumlah penderita hipertensi berusia >15 tahun di Provinsi Sumsel sebanyak 5.572.379 orang. Kota Palembang menyumbang angka tertinggi sebesar 1.130.254 (Dinkes Provinsi Sumsel, 2019). Angka kejadian hipertensi di Kabupaten OI pada tahun 2018 sebesar 31.677 kasus, tahun 2019 sebesar 16.547 kasus dan pada tahun 2020 mencapai 76.467 kasus hipertensi (Dinkes OI, 2021).

Beberapa faktor risiko seperti genetik, obesitas, jenis kelamin, stress, kurang olahraga, pola asupan garam dan diet menjadi penyebab tingginya angka kejadian hipertensi di Indonesia (Nuraini, 2015). Diet merupakan salah satu program diet dengan cara mengurangi asupan garam, mengurangi asupan kolesterol dan lemak jenuh, mengurangi asupan kalori, meningkatkan makanan yang mengandung serat dan tinggi kalium. Pola diet adalah menekankan pada konsumsi bahan makanan rendah natrium (420 mg/hari), kalsium (>1000 mg/hari), dan serat (25–30 g/hari) serta rendah asam lemak jenuh dan kolesterol (<200 mg/hari) yang banyak terdapat pada buah-buahan, kacang-kacangan, sayuran, ikan, daging tanpa lemak, susu rendah lemak, dan bahan makanan dengan total lemak dan lemak jenuh yang rendah (Vollmer, dkk, 2021).

Seiring berjalannya waktu disadari atau tidak oleh masyarakat cenderung menganut cara hidup modern. Gaya hidup seperti ini membuat orang sangat menyukai hal-hal yang instan. Oleh karena itu, mereka cenderung tidak aktif secara fisik dan lebih memilih makan makanan siap saji yang tinggi lemak dan natrium. Ada juga tren yang mengikuti perkembangan zaman, seperti kebiasaan makan yang tinggi lemak jenuh dan bumbu-bumbu yang tinggi natrium, sehingga tidak heran orang tidak mengetahui bahwa mereka menderita penyakit hipertensi (Almatsier dalam E Bustami et al., 2020).

Pengetahuan bisa didapatkan melalui pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan tentang perawatan hipertensi pada anggota keluarga dapat memberikan informasi yang dibutuhkan keluarga yang dapat meningkatkan pengetahuan keluarga sehingga keluarga dapat menentukan sikap yang lebih baik dalam perawatan hipertensi anggota keluarga (Mardiah, 2013 dalam Sofiana dkk, 2018). Penelitian Wulansari dkk, (2013) Oleh karena itu salah satu upaya yang dapat dilakukan dalam pencegahan tersebut bisa dilakukan dengan meningkatkan pengetahuan masyarakat. Edukasi Kesehatan adalah kegiatan upaya meningkatkan pengetahuan kesehatan perorangan paling sedikit mengenai pengelolaan factor risiko penyakit dan perilaku hidup bersih dan sehat dalam upaya meningkatkan status kesehatan peserta, mencegah timbulnya penyakit dan memulihkan penyakit (BPJS Kesehatan, 2015).

Media pendidikan kesehatan berfungsi membantu dalam proses pendidikan. Dengan media pendidikan tersebut dapat menyampaikan informasi tentang kesehatan, karena alat-alat tersebut digunakan untuk mempermudah penerimaan pesan-pesan kesehatan. Terdapat beberapa media yang secara umum digunakan dalam pendidikan kesehatan seperti *leaflet*, *booklet*, *Calender*, *flip chart*, video, dan lain-lain (Jatmika dkk, 2019).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi diet hipertensi terhadap pengetahuan penderita Hipertensi di Poliklinik Polres Ogan Ilir.

## METODE

Metode penelitian ini menggunakan *Quasy Experiment* dengan *one group pre-post test design*. Penelitian ini dilaksanakan di Poliklinik Polres Ogan Ilir pada bulan November 2023. Populasi pada penelitian ini adalah semua penderita hipertensi di Poliklinik Polres Ogan Ilir berjumlah 70 responden. Sampel dalam penelitian ini penderita hipertensi di Poliklinik Polres Ogan Ilir sebanyak 4- responden.

## HASIL

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Usia Responden**

Usia	N	Persentase
30-40 tahun	22	55%
41-50 tahun	18	45%
<b>Jumlah</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 1, diketahui distribusi frekuensi karakteristik Responden berdasarkan Usia di Poliklinik Polres Ogan Ilir, sebagian besar berusia 30-40 tahun sebanyak 22 responden (55%), usia 41-50 berjumlah 18 responden (45%).

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan**

Pendidikan	Jumlah	Persentase
SMP	13	32%
SMA	18	45%
S1	5	12,5%
S2	4	10%
<b>Jumlah</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 2, diketahui distribusi frekuensi karakteristik Responden berdasarkan Pendidikan di Poliklinik Polres Ogan Ilir, sebagian besar responden berpendidikan SMA sebanyak 18 responden (45%), SMP sebanyak 13 responden (32%), sarjana (S1) sebanyak 5 responden (12,5%) dan pendidikan magister (S2) sebanyak 4 responden (10%).

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin**

Jenis Kelamin	N	Persentase
Perempuan	23	57,5
Laki-Laki	17	42,5
<b>Jumlah</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 3, diketahui distribusi frekuensi karakteristik Responden berdasarkan jenis kelamin sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan 23 orang (57,5%) dan laki-laki berjumlah 17 orang (42,5%).

Berdasarkan tabel 4, diketahui distribusi frekuensi karakteristik Responden berdasarkan Pekerjaan di Poliklinik Polres Ogan Ilir, sebagian besar responden bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) sebanyak 13 orang (35,2%), PNS sebanyak bekerja 10 orang (25%), swasta sebanyak 7 orang (17,5%), petani sebanyak 3 orang (7,5%), wiraswasta 5 orang (12,5%) dan Guru sebanyak 2 orang (5%).

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan**

Pekerjaan	Jumlah	Persentase
IRT	13	32,5
Petani	3	7,5
Swasta	7	17,5
Wiraswasta	5	12,5
Guru	2	5
PNS	10	25
<b>Jumlah</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

**Tabel 5. Hasil Perubahan Pengaruh Edukasi Diet Hipertensi terhadap Penderita Hipertensi di Poliklinik Polres Ogan Ilir**

Variabel	Pretest		Posttest		Keterangan
	f	%	f	%	
Pengetahuan Responden					
Baik	8	20	24	60	Meningkat
Cukup	17	42,5	11	27,5	Menurun
Kurang	15	37,5	5	12,5	Menurun
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>	

Berdasarkan tabel hasil perubahan pengetahuan responden penderita hipertensi sebelum dilakukan intervensi diberikan pretest dengan kategori baik sejumlah 8 responden (20%), kategori cukup sejumlah 17 responden (42,5%), dan kategori kurang sejumlah 15 responden (37,5%). Setelah diberikan edukasi diet hipertensi dan diambil penilaian sebagai posttest menjadi kategori baik sejumlah 24 responden (60%), kategori cukup sejumlah 11 responden (27,5%) dan kategorikurang sejumlah 5 responden (12,5%).

**Tabel 6. Uji Normalitas Pengaruh Edukasi Diet terhadap Penderita Hipertensi di Poliklinik Polres Ogan Ilir**

Variabel	Kolmogorov- Smirnov	
	p-value	Hasil
Pretest	0,00	Tidak Normal
Posttest	0,01	Tidak Normal

Berdasarkan tabel 6, peneliti menggunakan uji normalitas data dengan Kolmogorov-Smirnov dikarenakan subjek penelitian kurang dari 50 responden maka dilakukan uji Kolmogorov-Smirnov, dengan hasil menunjukkan berdistribusi tidak normal dengan nilai p-value = 0.00, Selanjutnya dilakukan transformasi data masih berdistribusitidak normal dengan nilai p-value 0,02. Maka, dilanjutkan dengan hasil uji parametric Wilcoxon.

**Tabel 7. Pengaruh Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Diet terhadap Penderita Hipertensi di Poliklinik Polres Ogan Ilir**

Variabel	Jumlah	Mean	Std Deviation	p- value
Pengaruh sebelum Edukasi Diet terhadap Penderita Hipertensi di Poliklinik Polres Ogan Ilir	40	2.15	0,755	
Pengaruh setelah Edukasi Diet terhadap Penderita Hipertensi di Poliklinik Polres Ogan Ilir		1.67	0,777	0.000

Berdasarkan tabel 7, peneliti menggunakan uji Wilcoxon untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah diberikan Edukasi Diet terhadap Penderita Hipertensi di Poliklinik Polres Ogan Ilir. Berdasarkan keseluruhan jumlah responden sebesar 40 responden, pengetahuan sebelum diberikan Edukasi Diet Hipertensi sebesar 2.15, sedangkan nilai rata-rata setelah diberikan pendidikan kesehatan sebesar 1.67. Nilai Signifikasi sebelum-sesudah dilakukan edukasi diet hipertensi menjadip- value 0,000 maka data tersebut dinyatakan adanya pengaruh edukasi diet terhadap penderita hipertensi di Poliklinik Polres Ogan Ilir.

## PEMBAHASAN

Distribusi frekuensi pengetahuan responden tentang diet hipertensi sebelum diberikan edukasi sebagian besar responden berpengetahuan cukup mengenai diet hipertensi sebanyak 14 orang (42,4%), responden berpengetahuan kurang sebanyak 12 orang (36,4%) sedangkan berpengetahuan baik sebanyak 7 orang (21,2%).

Pengetahuan adalah merupakan hasil mengingat suatu hal, termasuk mengingat kembali kejadian yang pernah dialami baik secara sengaja maupun tidak sengaja dan ini terjadi setelah orang melakukan kontak atau pengamatan terhadap suatu objek tertentu (Wahit et al, 2016; Darsini et al, 2019). Mubarak et al (2017), menyatakan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan ibu yaitu pendidikan, pekerjaan, dan umur. Tidak dapat dipungkiri bahwa makin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah pula mereka menerima informasi, dan pada akhirnya makin banyak pula pengetahuan yang dimilikinya. Sebaliknya, jika seseorang tingkat pendidikannya rendah, akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap penerimaan informasi dan nilai-nilai baru diperkenalkan (Kristianingsih&Sagita,2019). Lingkungan pekerjaan juga dapat menjadikan seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun secara tidak langsung. Pengetahuan ibu tentang penanganan hipertermia dengan kompres hangat pada anak di puskesmas plaju Palembang sebelum diberikan pendidikan kesehatan hampir setengahnya dalam kategori cukup. Disebabkan karena faktor pendidikan, pekerjaan, dan umur. Berdasarkan riwayat pendidikan responden di Poliklinik Polres Ogan Ilir sebagian besar responden berpendidikan SMA sebanyak 18 responden (45%), SMP sebanyak 13 responden (32%), sarjana (S1) sebanyak 5 responden (12,5%) dan pendidikan magister (S2) sebanyak 4 responden (10%). Berdasarkan hasil kuesioner pretest sebagian besar responden tidak mampu menjawab pertanyaan dengan benar mengenai diet hipertensi.

Hasil perubahan pengetahuan responden penderita hipertensi sebelum dilakukan intervensi diberikan pretest dengan kategori baik sejumlah 8 responden (20%), kategori cukup sejumlah 17 responden (42,5%), dan kategori kurang sejumlah 15 responden (37,5%). Setelah diberikan edukasi diet hipertensi dan diambil penilaian sebagai posttest menjadi kategori baik sejumlah 24 responden (60%), kategori cukup sejumlah 11 responden (27,5%) dan kategori kurang sejumlah 5 responden (12,5%).

Pendidikan Kesehatan adalah upaya yang dilakukan dengan cara menyebarkan pesan kepada masyarakat sehingga masyarakat sadar, tahu, mengerti dan mau melakukan suatu tindakan yang berhubungan dengan kesehatan (Putri&Zulaicha,2016). Pendidikan juga mempengaruhi proses belajar, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin mudah orang tersebut untuk menerima informasi. Semakin banyak informasi yang diterima seseorang, maka semakin banyak pula pengetahuan yang didapat. Machfoedz (Widiarti, 2018) menjelaskan media pendidikan kesehatan adalah alat bantu pendidikan untuk menyampaikan kesehatan karena alat-alat tersebut dapat digunakan untuk mempermudah penerimaan pesan-pesan kesehatan bagi msyarakat seperti media cetak dan media elektronik (Khusumawati& Irdawati, 2020).

Pengetahuan tentang diet hipertensi setelah diberikan pendidikan kesehatan sudah mencapai kategori baik, dikarenakan hasil kuesioner posttest responden terjadi perubahan dari hasil kuesioner pretest yang responden tidak mampu menjawab menjadi responden mampu menjawab

kuesioner tersebut (Widiarti, 2018). Pendidikan kesehatan pada penelitian ini sesuai dengan karakteristik responden. Maka dari itu pengetahuan ibu dalam penanganan hipertermi dengan kompres hangat sangat mempengaruhi kesembuhan anak. Sehingga diberikannya pendidikan kesehatan akan menambahkan informasi dalam pengetahuannya. Selain itu, pendidikan kesehatan juga dapat mengubah sikap dan perilaku individu, keluarga, kelompok, masyarakat dalam bidang kesehatan. Dan setelah diberikan pendidikan kesehatan ada perubahan dari pertanyaan yang pretest tidak bisa menjawab dengan benar menjadi dijawab dengan benar. Tetapi ada juga pertanyaan yang sejak awal pretest responden tidak mampu menjawab dengan benar.

Hasil perubahan pengetahuan tentang diet hipertensi bagi penderita hipertensi dinilai sebelum dilakukan intervensi diberikan pretest dengan kategori cukup sejumlah 17 responden (42,5%), kategori kurang sejumlah 15 responden (37,5%), dan kategori baik sejumlah 8 responden (20%). Setelah diberikan edukasi diet dan diambil penilaian sebagai nilai posttest, kategori baik mengalami peningkatan sejumlah 24 responden (60%), sedangkan dengan kategori cukup sebanyak 11 responden (27,5%) dan kategori kurang sejumlah 5 responden (12,5%). Hasil uji statistik dengan menggunakan uji statistic Wilcoxon signed rank test menunjukkan  $\text{sig. } 0.000 < \alpha (0.05)$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang artinya bahwa adanya perubahan edukasi diet hipertensi terhadap penderita hipertensi setelah diberikan pendidikan kesehatan di Poliklinik Polres Ogan Ilir.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sangkai et al, bahwa terdapat perbedaan dari hasil pre-test dan post-test sebesar 0,000 ( $p\text{-value} < 0,05$ ) yang menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan responden karena mendapatkan informasi baru melalui pendidikan kesehatan yang diberikan. Informasi tersebut diberikan kepada responden melalui serangkaian kegiatan penyuluhan tentang diet hipertensi, Maka dari itu hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa pengalaman seseorang mendapatkan informasi mempunyai pengaruh yang sangat signifikan terdapat tingkat pengetahuan seseorang. Pendidikan kesehatan merupakan salah satu upaya promosi kesehatan (Wardiyahet al, 2016).

Berdasarkan Piagam Ottawa menyatakan bahwa upaya promosi kesehatan yang merupakan pendidikan kesehatan adalah suatu proses untuk memungkinkan masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan masyarakat. Oleh karena itu, penelitian ini sejalan dengan tujuan pendidikan kesehatan yaitu untuk meningkatkan pengetahuan (Agustinet al, 2016). Pengetahuan responden tentang diet hipertensi setelah diberikan pendidikan kesehatan terjadi perubahan dari kategori cukup menjadi kategori baik. Maka dari itu diberikannya pendidikan kesehatan dapat mempengaruhi pengetahuan, karena pendidikan kesehatan dapat menambah informasi dan pengalaman baru bagi masyarakat. Melalui pendidikan kesehatan, responden diharapkan akan mudah untuk menangani hipertensi dengan melakukan diet hipertensi. Penanganan hipertensi harus dilakukan secara cepat supaya tidak menimbulkan dampak lainnya (Wardiyahet al, 2016).

Sebelumnya responden belum pernah mendapatkan informasi atau pendidikan kesehatan tentang cara melakukan diet hipertensi. Media yang digunakan untuk pendidikan kesehatan tersebut berupa leaflet. Isi dari leaflet tersebut mudah dipahami oleh responden dan jelas. Alat dan bahan yang digunakan pun sangat mudah dicari dan tidak memerlukan biaya mahal. Bahkan metode daring yang digunakan ini berdampak positif bagi perubahan pengetahuan seperti responden lebih fokus mendengarkan penyampaian pendidikan kesehatan secara daring dibanding dengan secara langsung. Secara daring lebih hemat waktu dan dapat menciptakan situasi secara kondusif sehingga responden mudah untuk menerima informasi yang diberikan.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti menyampaikan terima kasih atas dukungan, inspirasi dan bantuan kepada semua pihak dalam membantu peneliti menyelesaikan penelitian ini, termasuk pada peserta yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian hingga selesai.

## DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier S, Soetardjo S, Soekatri M. Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama; 2011.
- Alimul, A. A. 2018. Praktikum Ketrampilan Dasar Praktek Klinik.
- Ampofo, E. T. (2020). Mediation effects of job satisfaction and work engagement on the relationship between organisational embeddedness and affective commitment among frontline employees of star-rated hotels in Accra. *Journal of Hospitality and Tourism Management*, 44, 253–262
- Annies. 2019. Waspada penyakit Tidak Menular. Gramedia. Jakarta
- Arikunto, S. 2018. Prosedur Penelitian Suatu pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka cipta.
- Asmadi. 2018. Teknik Prosudural dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien. Jakarta: Salemba medika.
- Black, J. M. and Hawks, J. H. 2020. Keperawatan Medikal Bedah Gangguan Sistem Endokrin. Edited by Li. Erliana and N. A. Waluya. Singapura: Elsevier.
- Berman, A,dkk.2013. Buku Ajar Praktik keperawatan Klinis Kozier.
- Corwin, Elizabeth J. 2018. Buku Saku Patofisiologi. Jakarat: EGC Dalimartha, S. 2008. Care Your Self Hipertensi. Jakarta: Gramedia
- Gunawan , L. 2021. Hipertensi Penyakit Tekanan Darah Tinggi. Gramedia. Yogyakarta
- Hastono, S P. 2017. Basic Data Analisis for Health Research Training. Universitas Indonesia.
- Hidayat, A.A.A. 2017. Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data. Jakarta: Salemba Medika
- Irawati, Nur Ayu Virginia. 2015. Antihypersensitive Effect Of Avocado Leaf Extract (*Persea americana mill.*). *Jurnal Majority*. Volume 4: Nomor 1
- Jatmika, S. E. D., dkk. (2019). Buku Ajar Pengembangan Media Promosi Kesehatan. Yogyakarta: Penerbit K-Media.
- Kristianingsih, A., Sagita, Y. D., & Suryaningsih, I. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Demam Dengan Penanganan Demam Pada Bayi 0-12 Bulan Di Desa Datarajan Wilayah Kerja Puskesmas Ngarip Kabupaten Tanggamus Tahun 2018. *Midwifery Journal*, 4(1), 26.
- Kartikasari , A N. 2019. Lam Murni BR Sagala. Perawatan Penderita Hipertensi di Rumah oleh Keluarga Suku Batak dan Suku Jawa di Kelurahan Lau Cimba Kabanjahe.
- Kemendes RI., 2019. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. Jakarta
- Mardiah., N. Novidahlia., Dan Mashudi. 2012. Penentuan Metode Pengeringan (Cabinet Dryer Dan Fluidized Bed Dryer) Terhadap Komponendan Kapasitas Antioksidan Pada Rosela Kering (*Hibiscus Sabdarif aL*). *Jurnal Pertanian Issn 2087-4936 Volume 3 (2) : 104-110*
- Mardiah., A. Rahayu., R. W. Ashadi., Sawarni. 2009. Budi Daya & Pengolahan Rosela Si Merah Segudang Manfaat. Jakarta : PT Agro Media Pustaka
- Mardiah., F. R. Zakaria., E. Prangdimurti., dan R. Damanik. 2015. Perubahan Kandungan Kimia Sari Rosela Merah dan Ungu (*Hibiscus Sabdarif aL*) Hasil Pengeringan Menggunakan Cabinet Dryer Dan Fluidized Bed Dryer. *Jurnal Teknologi Industri Pertanian Volume 25 (1) : 1- 7*
- Mubarak, dkk, (2015). Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar. Jakarta: Salemba Medika.
- Mubarak, dkk, (2015). Standar Asuhan Keperawatan Dan Prosedur Tetap Dalam Praktek Keperawatan, Jakarta: Salemba Medika
- Murti, B. 2019. Desain Dan Ukuran Sampel Untuk Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Di Bidang Kesehatan. Yogyakarta: Gaja Mada University press.
- Muttaqin, A. 2019. Pengantar Asuhan Keperawatan dengan Kardiovaskuler. Jakarta: Salemba Medika.
- Nazir, ABD,dkk. 2021. Metodologi Penelitian Kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Notoadmojo, S. 2018. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka cipta.

- Underwood, J.C.E. 2019. Patologi Umum dan Sistemik edisi 2 vol.2. Jakarta:EGC
- Riskesdas. (2019). Laporan Provinsi Sumatera Selatan Riskesdas 2018. Badan Litbangkes, 532.
- Rochadi, R. (2011). Berbagai Upaya Penanggulangan Perilaku Merokok Di Indonesia. Universitas Sumatera Utara, Medan.
- Sari, D., Safri, & Utami, G.T. (2018). Hubungan Motivasi Diri Terhadap Kepatuhan Melaksanakan Diet Pada Penderita Hipertensi. *Jom Fkp*, 5(2), 580–588.
- Susanti, M., Triyana, R., & Nurwiyeni. (2019). Edukasi Hipertensi dan Pencegahan Komplikasi Hipertensi pada Pasien Puskesmas Dadok Tunggul Hitam. *Jurnal Abdimas Saintika*, 3(2), 153–157
- Sutriyawan, A. (2021). Metodologi Penelitian Kedokteran dan kesehatan(N. F. Atif (ed.)). PT. Refika Aditama.
- Vrijens, B, Antoniou, S, Burnier, M, Sierra, A, & Volpe, M 2017, '*Current situation of medication adherence in hypertension*', *Frontiers in Pharmacology*, vol. 8, no. MAR, pp. 1–8.
- Watson, R. 2019. Anatomi Fisiologi untuk Perawat Edisi 10. Jakarta: EGC
- Widiarti, E. (2018). Pengaruh Motivasi Belajar Dan Kesiapan Belajar Siswa Terhadap Hasil Belajar Mata Pelajaran Ekonomi Siswa Kelas X Ilmu-Ilmu Sosial Di SMA Negeri 2 Banguntapan, Bantul. Universitas Negeri Yogyakarta.