

EDUKASI TERHADAP SIKAP UPAYA PENCEGAHAN KOMPLIKASI PADA PENDERITA HIPERTENSI

Fera Alfina Dinita¹, Arina Maliya²
Universitas Muhammadiyah Surakarta¹
am169@ums.ac.id²

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dari kegiatan edukasi terhadap sikap penderita hipertensi dalam menjalankan upaya pencegahan terhadap kemungkinan terjadinya komplikasi. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan pra-eksperimental dengan desain pre-test dan post-test pada satu kelompok. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata sikap upaya pencegahan komplikasi pada penderita hipertensi sebelum edukasi sebesar 25.13 dan setelah edukasi meningkat menjadi 35.97. Analisis dengan Uji Wilcoxon menunjukkan nilai probabilitas (p) sebesar 0,001, menandakan $p < 0,05$, sehingga dapat diperoleh bahwa edukasi memberikan pengaruh terhadap sikap upaya pencegahan komplikasi pada penderita hipertensi. Simpulan, bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara sikap upaya pencegahan komplikasi sebelum dan setelah pemberian edukasi pada penderita hipertensi.

Kata Kunci: Edukasi Kesehatan, Hipertensi, Komplikasi

ABSTRACT

The aim of this research is to determine the effect of educational activities on the attitudes of hypertension sufferers in carrying out preventive measures against the possibility of complications. This research method uses a pre-experimental approach with a pre-test and post-test design in one group. The results of the study showed that the average attitude towards preventing complications in hypertension sufferers before education was 25.13 and after education increased to 35.97. Analysis using the Wilcoxon Test shows a probability value (p) of 0.001, indicating $p < 0.05$, so it can be seen that education has an influence on attitudes towards preventing complications in hypertension sufferers. The conclusion is that there is a significant difference between attitudes towards preventing complications before and after providing education to hypertension sufferers.

Keywords: Health Education, Hypertension, Complications

PENDAHULUAN

Penyakit yang tidak menular menjadi perhatian besar dalam bidang kesehatan saat ini, menjadi sorotan utama yang bisa menghambat perkembangan ekonomi secara global, termasuk di Indonesia. Hipertensi menjadi urutan kedua setelah merokok sebagai penyebab kematian (Heizelman, 2022). Selain itu hipertensi juga menjadi penyebab utama morbiditas kardiovaskular dan kematian (Sarathy et al., 2022). Fokus utama dalam ranah kesehatan global adalah hipertensi, yang termasuk dalam kategori

penyakit yang tidak menular, degeneratif dan kardiovaskular. Kondisi ini terus menjadi permasalahan dunia khususnya negara berkembang, karena prevalensi yang secara signifikan meningkat, menjadi perhatian serius (Susanti et al., 2021).

Kondisi ini ditandai dengan peningkatan tekanan darah, sering kali tanpa gejala yang jelas dan menyerupai penyakit lain. Dikarenakan sifatnya yang seringkali tidak menunjukkan gejala dan sulit untuk dikontrol, hipertensi sering disebut sebagai “*silent disease*” (Ariyanti et al., 2020).

Peningkatan prevalensi hipertensi telah menyebabkan hampir 1 miliar orang di seluruh dunia menderita kondisi ini, dan proyeksi menunjukkan bahwa jumlah penderita akan mencapai 1,5 miliar pada tahun 2025. Di Indonesia, menurunkan angka kejadian hipertensi menjadi sebuah tantangan yang besar karena prevalensinya mencapai 34,1%. Data dari Riskesdas tahun (2020) menunjukkan bahwa angka kejadian hipertensi pada mereka kelompok usia 18 tahun ke atas mencapai 34,1% dari populasi, dengan tingkat tertinggi terjadi di Kalimantan Selatan sebesar 44,1% dan terendah di Papua sebesar 22,2%. Peningkatan usia menjadi salah satu faktor utama yang menyebabkan hipertensi karena terjadi penurunan fungsi organ tubuh yang ditandai dengan elastisitas arteri yang menurun serta kekakuan pembuluh darah, sehingga meningkatkan risiko peningkatan tekanan darah pada lanjut usia. Prevalensi hipertensi juga terlihat pada rentang usia tertentu, seperti 31-44 tahun (31,6%), 45-54 tahun (45,3%), dan di atas 55 tahun (55,2%). Sedangkan menurut (Hariawan et al., 2020). hipertensi cenderung meningkat pada mereka yang berusia di atas 60 tahun.

Menurut data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), sekitar 1,28 miliar orang di seluruh dunia yang berusia antara 30 hingga 79 tahun menderita hipertensi. Namun, 46% dari mereka yang menderita hipertensi tidak menyadari kondisinya dan 21% tidak mendapatkan penanganan kesehatan yang tepat, meningkatkan risiko tidak terkontrolnya tekanan darah (WHO, 2021). Di Jawa Tengah, prevalensi hipertensi mencapai 37,57% dari populasi yang berusia di atas 18 tahun. Terdapat juga laporan sebanyak 67.827 kasus hipertensi dari Puskesmas di Kota Surakarta, yang diperkirakan akan terus meningkat setiap tahunnya.

Hipertensi bisa dipicu oleh berbagai faktor, termasuk hipertensi primer yang dikenal sebagai hipertensi idiopatik, di mana penyebabnya tidak jelas (Lukitaningtyas, egt al., 2023). Beberapa faktor risiko yang terkait dengan hipertensi primer meliputi genetika, jenis kelamin, usia, pola makan, berat badan, dan gaya hidup. Sekitar 90% kasus hipertensi adalah hipertensi primer (Susanti et al., 2021). Jika dibiarkan tanpa pengelolaan yang tepat, faktor-faktor ini dapat menyebabkan kerusakan pada organ tubuh lainnya, yang sering kali berujung pada komplikasi bahkan kematian.

Kerusakan akibat tekanan darah tinggi pada dinding arteri bisa mengakibatkan komplikasi serius, merusak pembuluh darah dan organ tubuh (Masi, et al., 2020). Hipertensi menjadi penyebab utama penyakit kardiovaskular dan berkontribusi secara signifikan terhadap perkembangan gagal jantung, gagal ginjal, penyakit arteri perifer, stroke, dan demensia (Mcatee, 2022). Penanganan komplikasi yang muncul akibat hipertensi bisa dikendalikan melalui terapi non-farmakologis, yang mencakup perubahan gaya hidup. Modifikasi *life style* yang sehat seperti pola makan seimbang, rutin berolahraga, keteraturan dalam minum obat, modifikasi lingkungan, dan manajemen stres penting untuk mengendalikan dan mencegah komplikasi pada penderita hipertensi. Dalam modifikasi life style ini dukungan keluarga jug membantu keberhasilan dalam pelaksanaan penanganan hipertensi dan komplikasinya. Selain faktor-faktor tersebut, dukungan dari berbagai pihak mulai dari keluarga, tenaga medis,

hingga masyarakat luas sangat dibutuhkan untuk mendukung upaya manajemen hipertensi ini (Patni, et al., 2023). Salah satu upaya yang digunakan dalam manajemen hipertensi adalah melalui edukasi kesehatan, yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap yang mendukung pencegahan komplikasi pada penderita hipertensi (Ulya, et al., 2018).

Edukasi kesehatan memiliki kemampuan mengubah sikap masyarakat. Berbagai metode seperti ceramah, role play, dan buku dapat digunakan untuk meningkatkan pemahaman mengenai pencegahan komplikasi hipertensi. Inovasi dalam edukasi, termasuk penggunaan buku sebagai sumber informasi terstruktur, dapat memberikan pemahaman yang lebih baik kepada individu tentang kondisi tersebut dan mendorong perubahan gaya hidup yang lebih sehat. (Kusuma, et al., 2021).

Berdasarkan riset yang dilakukan oleh (Sugiarti et al., 2022) ditemukan bahwa memberikan edukasi kesehatan mampu meningkatkan pemahaman serta sikap positif terkait hipertensi. Penggunaan booklet sebagai alat penyampaian edukasi terbukti efektif karena kontennya dapat disajikan dengan cara menarik dan dapat diakses ulang kapan pun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi menggunakan booklet mampu meningkatkan praktik hidup sehat pada mereka yang menerima informasi tersebut.

Berdasarkan studi pendahuluan yang melibatkan wawancara terhadap 10 responden di Prolanis Pajang, ditemukan bahwa kepatuhan terhadap sikap pencegahan komplikasi pada penderita hipertensi masih kurang. Hasil wawancara, mayoritas responden menunjukkan rendahnya tingkat kepatuhan dalam mengikuti langkah-langkah pencegahan komplikasi hipertensi. Sejumlah penderita hipertensi juga melaporkan ketidakpatuhan dalam mengonsumsi obat karena mereka telah menggunakan pengobatan herbal, lupa, atau takut overdosis. Ada juga yang jarang memeriksakan diri ke layanan kesehatan karena alasan sibuk atau tidak adanya gejala yang dirasakan. Kontrol tekanan darah ke layanan kesehatan juga tidak rutin dilakukan oleh sebagian besar responden.

Berkaitan dengan berkonsultasi kepada dokter terkait efek samping obat, sebagian besar tidak pernah melakukannya karena tidak ada efek samping yang terasa atau hanya merasa mual. Seluruh responden juga tidak menjaga berat badan, tidak selalu mengonsumsi sayur-sayuran, dan masih sering mengonsumsi makanan berlemak dan asin. Meskipun beberapa responden melakukan olahraga ringan, ada juga yang hanya melakukannya saat di Prolanis saja. Berdasarkan Studi yang dilakukan oleh Abdul Wahab Pakaya dan Nurliah tahun 2021, berjudul Pengaruh Edukasi Terstruktur terhadap Pencegahan Komplikasi Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tilango, berfokus untuk mengevaluasi dampak edukasi terstruktur terhadap komplikasi pada pasien hipertensi, sedangkan perbedaan pada penelitian ini yaitu pada bagian variabel yaitu berfokus pada sikap upaya pencegahan komplikasi hipertensi. Manfaat dari penelitian ini, diharapkan dapat menambah informasi dalam pengembangan asuhan keperawatan khususnya pada penderita hipertensi.

METODE PENELITIAN

Studi ini menerapkan pendekatan pra-eksperimental dengan desain pre-test dan post-test pada satu kelompok. Penelitian ini dilakukan di Prolanis Puskesmas Pajang Surakarta dengan populasi sebanyak 60 orang, akan tetapi hanya 40 orang yang dianggap aktif mengikuti prolanis. Metode pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik non probabilitas yaitu consecutive sampling, di mana semua individu yang memenuhi syarat akan dimasukkan dalam penelitian sampai jumlah

responden yang dibutuhkan tercapai dalam kurun waktu tertentu, yakni 30 orang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Prosedur penelitian ini yaitu dengan mengumpulkan responden di lapangan belakang Puskesmas Pajang. Selanjutnya peneliti menjelaskan prosedur, tujuan, dan manfaat dari program edukasi kesehatan kepada responden. Setelah itu peneliti memberikan lembar persetujuan informasi (*informed consent*) dan lembar *pre-test* kepada responden yang telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas oleh peneliti sebelum penelitian. Setelah responden mengisi lembar persetujuan informasi dan lembar *pre-test*, peneliti akan memberikan *booklet* untuk dibaca sekitar 15 menit. Setelah 15 menit *booklet* akan di ambil kembali oleh peneliti dan peneliti akan memberikan *post-test* kepada responden. Analisis yang digunakan Univariat dan Bivariat dengan uji statistik yang digunakan adalah analisis *wilcoxon*.

HASIL PENELITIAN

Hasil identifikasi data melalui wawancara, intervensi, oservasi langsung dan dokumentasi disajikan sebagai berikut:

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Variabel	Karakteristik Responden (n:30)	
	Frekuensi	(%)
Usia		
45 – 59 Tahun	18	60
> 60 Tahun	12	40
Jenis Kelamin		
Laki – laki	8	26.7
Perempuan	22	73.3
Pekerjaan		
Swasta	10	33.3
Wirausaha	6	20
Ibu Rumah Tangga	14	46.7
Pendidikan		
SD	3	10
SMP	7	23.3
SMA	11	36.7
S1	9	30.
Lama Menderita		
1 – 3 Tahun	11	36.7
3 – 5 Tahun	11	36.7
>5 Tahun	8	26.7

Berdasarkan tabel 1, dari total 30 responden, distribusi karakteristik usia menunjukkan mayoritas responden berada dalam kelompok usia 45-59 tahun, mencapai 18 orang (60%), sedangkan kelompok usia >60 tahun hanya diikuti oleh 12 orang (40%). Distribusi karakteristik jenis kelamin menunjukkan mayoritas responden adalah perempuan dengan jumlah 22 orang (73,3%), sementara laki-laki hanya sebanyak 8 orang (26,7%). Dalam distribusi karakteristik berdasarkan pekerjaan, sebagian besar responden adalah IRT dengan jumlah 14 orang (46,7%), sementara wirausaha merupakan kelompok yang paling sedikit dengan hanya 6 orang (20%). Distribusi berdasarkan pendidikan terakhir menunjukkan mayoritas responden memiliki pendidikan SMA, yakni 11 orang (36,7%), sementara pendidikan terendah (SD) diikuti oleh 3 orang (10%). Terkait durasi menderita hipertensi, mayoritas responden menderita selama 1-3 tahun atau 3-5 tahun, masing-masing sebanyak 11 orang (36,7%), sementara

yang menderita lebih dari 5 tahun diikuti oleh 8 orang (26,7%).

Tabel 2.
Uji Normalitas Pengaruh Edukasi Terhadap Sikap Upaya Pencegahan Komplikasi Pada Penderita Hipertensi

Variabel	Kolmogorov- Smirnov	n
Sebelum diberikan booklet	0,001	30
Sesudah diberikan booklet	0,001	

Dari tabel 2, hasil analisis menggunakan Uji Normalitas menunjukkan bahwa nilai p sebelum pemberian edukasi terhadap upaya pencegahan komplikasi pada penderita hipertensi adalah $0.001 < 0.05$, begitu juga dengan nilai p setelah pemberian booklet, yaitu $0.001 < 0.05$. Kesimpulannya, data tidak menunjukkan distribusi yang normal.

Tabel 3.
Analisis Bivariat Pengaruh Edukasi Terhadap Sikap Upaya Pencegahan Komplikasi Pada Penderita Hipertensi

Variabel	Mean	Standar Deiviasi	n	p
Sebelum diberikan booklet	25.13	1.456	0,001	30
Sesudah diberikan booklet	35.97	0.928		

Dari tabel 3, hasil analisis menggunakan Uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa rata-rata sikap dalam upaya pencegahan komplikasi pada penderita hipertensi sebelum diberikan edukasi adalah 25.13, sementara setelah diberikan edukasi, rata-rata meningkat menjadi 35.97. Nilai probabilitas (p) yang diperoleh adalah 0.001, menunjukkan bahwa $p < 0.05$. Oleh karena itu, terdapat cukup bukti untuk menolak hipotesis nol (H_0), yang mengimplikasikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kondisi sebelum dan setelah pemberian booklet terhadap peningkatan sikap dalam upaya pencegahan komplikasi pada penderita hipertensi.

PEMBAHASAN

Kelompok usia yang mendominasi di antara partisipan terdiri dari orang dewasa tua dan lansia. Proses penuaan secara signifikan memengaruhi berbagai aspek kehidupan, meliputi dimensi sosial, ekonomi, dan kesehatan. Terkait kesehatan, seiring bertambahnya usia, lansia menjadi lebih rentan terhadap berbagai keluhan fisik yang disebabkan oleh faktor alamiah maupun penyakit (Harjo et al., 2019). Edukasi kesehatan sering kali ditujukan kepada kelompok berisiko yang belum terkena penyakit. Namun, penting untuk diingat bahwa kelompok yang sudah menderita penyakit juga memerlukan perhatian edukasi (Hasnani et al., 2023).

Pekerjaan memegang peran penting dalam kehidupan sehari-hari untuk menunjang kehidupan dan keluarga. Temuan penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah ibu rumah tangga dengan mayoritas dari mereka adalah perempuan. Pendidikan memegang peran penting dalam membimbing perkembangan seseorang menuju tujuan tertentu yang berdampak pada keselamatan dan kebahagiaan individu. Pendidikan memainkan peran penting dalam memengaruhi cara seseorang menerima informasi. Umumnya, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah mereka menerima informasi.

Lama masa penderitaan hipertensi mayoritas berada pada rentang 1-3 tahun, yang menegaskan pentingnya pencegahan dan penanganan hipertensi. Menjalani gaya hidup yang sehat, mengelola stres dengan baik, serta rutin berolahraga merupakan kunci penting untuk mencegah terjadinya hipertensi. Faktor-faktor pemicu hipertensi dapat diminimalisir dengan cara mengedukasi masyarakat tentang pentingnya gaya hidup sehat dan memberikan akses yang memadai terhadap informasi yang relevan. Sikap yang dimiliki oleh pasien terkait hipertensi juga mempengaruhi sejauh mana pasien mematuhi pengobatan. Tingkat pengetahuan yang lebih tinggi mengenai hipertensi mendorong individu untuk lebih proaktif dalam mengelola kondisi mereka, memungkinkan mereka untuk lebih terlibat dalam pengendalian tekanan darah dan upaya pencegahan (Pujianti et al., 2021)

Hasil riset menunjukkan adanya perubahan rata-rata sikap terkait pencegahan komplikasi pada penderita hipertensi sebelum dan setelah mereka menerima booklet. Sebelum diberikan booklet, rata-rata skor adalah 25.13, sedangkan setelah edukasi, rata-rata skor meningkat menjadi 35.97. Penelitian ini sejalan dengan temuan yang diungkap oleh (Pujianti et al., 2021) dimana peserta diuji dengan pre-test sebelum materi disampaikan, dan post-test diberikan setelah materi untuk menilai perubahan pengetahuan, sikap, dan perilaku. Meskipun pengetahuan peserta mengalami peningkatan, perubahannya tidak signifikan. Sikap mereka juga mengalami perubahan, namun tidak signifikan. Sedangkan perilaku peserta menunjukkan peningkatan, tetapi juga tidak signifikan. Upaya pencegahan dan pengurangan risiko komplikasi pada penderita hipertensi sangat bergantung pada kesadaran individu dalam melakukan langkah pencegahan (Oktavia et al., 2023)

Penanganan hipertensi mencakup pengobatan nonfarmakologis dan farmakologis. Pengobatan nonfarmakologis meliputi perubahan gaya hidup seperti meningkatkan aktivitas fisik, mengatur pola makan dengan mengurangi konsumsi garam, mengelola stres, serta menghindari konsumsi alkohol dan merokok. Pada kasus hipertensi ringan, terapi nonfarmakologis dapat membantu mengendalikan tekanan darah, bahkan dalam beberapa kasus, dapat mengurangi kebutuhan akan obat antihipertensi pada hipertensi yang lebih parah (Kurniawan, 2018). Pendidikan kesehatan berperan dalam mengubah perilaku responden, termasuk dalam meningkatkan pengetahuan. Melalui kegiatan pemberian booklet, responden menerima pembelajaran yang membawa perubahan dari ketidaktahuan menjadi pengetahuan, serta dari ketidakpahaman menjadi pemahaman.

Tujuan dari pemberian booklet adalah memberikan tambahan informasi kesehatan kepada pasien hipertensi, mengisi celah pengetahuan yang sebelumnya belum terpenuhi. (Indriyani & Sudiyat, 2023). Dalam penelitian ini, setelah diberikan booklet, pasien hipertensi dinilai kembali melalui post-test. Ditemukan adanya perubahan sikap yang positif terkait pencegahan komplikasi hipertensi, di mana pasien cenderung menunjukkan sikap yang lebih positif setelah memahami materi yang disampaikan. Pemberian edukasi kesehatan menjadi kunci dalam meningkatkan kesadaran dan membentuk sikap yang lebih positif terkait masalah kesehatan seperti hipertensi.

Hasil analisis menggunakan Uji Wilcoxon menunjukkan nilai probabilitas (p) sebesar 0,001, menandakan bahwa $p < 0,05$. Hal ini secara signifikan menunjukkan bahwa pemberian edukasi berpengaruh terhadap peningkatan sikap dalam upaya pencegahan komplikasi pada penderita hipertensi. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Wahyudi, 2019), yang menunjukkan bahwa ada korelasi antara sikap dan persepsi ancaman terhadap perilaku pencegahan hipertensi, meskipun dengan nilai $p > 0,05$. Situasi ini mungkin dipengaruhi oleh kesadaran seseorang terhadap penyakit yang telah lama mereka alami. Dalam menghadapi hal ini, disarankan untuk meningkatkan promosi kesehatan menggunakan media yang dapat berfungsi sebagai pengingat atau pencegahan di rumah.

Sikap seseorang terhadap penyakit hipertensi mencakup aspek kepercayaan, respons emosional, dan kecenderungan untuk bertindak, yang mendorong upaya pencegahan dengan fokus pada mengatur pola makan, rutin memeriksa tekanan darah (Masi, et al., 2020)., dan melakukan olahraga. Dorongan atau rangsangan yang diterima akan mendorong responden untuk memiliki niat yang positif dalam melakukan langkah-langkah pencegahan (Wahyudi, 2020). Diharapkan pemberian booklet ini dapat meningkatkan kesadaran mereka terhadap pentingnya mengikuti manajemen hipertensi yang direkomendasikan akan meningkat. Dengan demikian, diharapkan tekanan darah mereka dapat terkontrol dan mereka dapat menghindari kemungkinan terjadinya komplikasi (Hasnani et al., 2023).

SIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara sikap upaya pencegahan komplikasi sebelum dan setelah pemberian edukasi pada penderita hipertensi.

SARAN

Penelitian ini bisa membantu meningkatkan meningkatkan kualitas layanan asuhan keperawatan bagi penderita hipertensi. Pencegahan komplikasi hipertensi dapat dijadikan fokus utama perawat dalam memberikan perhatian yang lebih. Pengembangan ilmu keperawatan penelitian ini dapat menjadi referensi yang berharga dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya terkait pengaruh edukasi terhadap sikap pasien yang menderita hipertensi. Peneliti Selanjutnya Hasil penelitian ini dapat menjadi landasan bagi penelitian selanjutnya. Peneliti mendatang bisa melanjutkan penelitian sejenis terkait dampak edukasi terhadap upaya sikap pencegahan komplikasi pada penderita hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariyanti, R., Preharsini, I. A., & Sipolio, B. W. (2020). Edukasi Kesehatan dalam Upaya Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Hipertensi pada Lansia. *To Maega: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 74-82. <http://dx.doi.org/10.35914/tomaega.v3i2.369>.
- Hariawan, H., & Tatisina, C. M. (2020). Pelaksanaan Pemberdayaan Keluarga dan Senam Hipertensi sebagai Upaya Manajemen Diri Penderita Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*, 1(2), 75-79. <http://jkip.poltekkes-mataram.ac.id/index.php/PKS/article/download/478/171>
- Harjo, M. S., Setiyawan, S., & Rizqie, N. S. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi dengan Sikap dalam Pencegahan Komplikasi Hipertensi pada Lansia Peserta Prolanis Upt Puskesmas Jenawi Karanganyar. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 7(2), 34. <https://doi.org/10.20961/placentum.v7i2.29734>
- Hasnani, F., Rahmawati, E., & Suryati, S. (2023). Upaya Pencegahan Komplikasi Hipertensi pada Masa Pandemi Covid-19 di Posbindu. *GEMAKES: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 73-77. <https://doi.org/10.36082/gemakes.v3i1.1012>
- Kusuma, W., Tiranda, Y., & Sukron, S. (2021). Terapi Komplementer yang Berpengaruh terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Indonesia: Literature Review. *JKM: Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(2), 262-282. <https://doi.org/10.36086/jkm.v1i2.1010>
- Heizelman, R. J. (2022). Telehealth and Hypertension Management. *Primary Care: Clinics in Office Practice*, 49(4), 621-629. <https://doi.org/10.1016/j.pop.2022.05.003>

- Indriyani, M., & Sudiyat, R. (2023). Pengaruh Edukasi Media Poster tentang Pengendalian Hipertensi terhadap Pengetahuan Pasien Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 3(3), 461–467. <https://doi.org/10.34011/jks.v3i3.1024>
- Kurniawan, M. R. (2018). Perilaku Pasien Hipertensi dalam Pencegahan Komplikasi di Desa Samatan Wilayah Kerja Puskesmas Proppo Pamekasan. *Journal of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 2(2), 59–62. <https://doi.org/10.24929/jik.v2i2.550>
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023). Hipertensi; Artikel Review. *Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 2(2), 100–117. <https://doi.org/10.56586/pipk.v2i2.272>.
- Fowler, L. H., & McAtee, C. (2022). Cardiorenal Syndromes: Evaluation and Management. *Critical Care Nursing Clinics*, 34(4), 383–393. <https://doi.org/10.1016/j.cnc.2022.08.001>
- Masi, S., Georgiopoulou, G., Chiriaco, M., Grassi, G., Seravalle, G., Savoia, C., ... & Virdis, A. (2020). The Importance of Endothelial Dysfunction in Resistance Artery Remodelling and Cardiovascular Risk. *Cardiovascular research*, 116(2), 429–437. <https://doi.org/10.1093/cvr/cvz096>
- Oktavia, S., M, A. N., & Fernandez, G. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Pencegahan Komplikasi pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Bahu Kota Manado. *Ejournal.Unsrat.Ac.Id*, 1(1), 102–107. <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/caring/article/view/48963>
- Patni, P. D. E., Nuryanto, I. K., Adiana, I. N., Agustini, N. L. P. I. B., & Wahyunadi, N. M. D. (2023). The Relationship between Job Satisfaction and Mental Workload Among Health Workers During the COVID-19 Pandemic in the Abiansemal District. *Education*, 13(70), 15–7. <https://www.scitepress.org/Papers/2022/119502/119502.pdf>
- Pujianti, N., Christanda, P. D. A., Nikmah, M., & Meisy. (2021). Edukasi Pencegahan Hipertensi Secara Daring Kepada Pasien Hipertensi di Posyandu. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4, 732–738. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v4i3.5371>
- Sarathy, H., Salman, L. A., Lee, C., & Cohen, J. B. (2022). Evaluation and management of secondary hypertension. *Medical Clinics of North America*, 106(2), 269–283. <https://doi.org/10.1016/j.mcna.2021.11.004>
- Sugiarti, D., Aisyah, A., & Nurani, I. A. (2022). Pengaruh Promosi Kesehatan Melalui Booklet terhadap Pengetahuan Dan Tekanan Darah Keluarga dengan Hipertensi di Wilayah Kelurahan Pabuaran Mekar Provinsi Jawa Barat. *Malahayati Nursing Journal*, 4(3), 746–757. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i3.6141>
- Susanti, Y., Anita, A., & Santoso, D. Y. A. (2021). Perilaku Cerdik Penderita Hipertensi Dimasa Pandemi Covid 19. *Jurnal Keperawatan*, 13(1), 61–76. <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v13i1.1116>
- Ulya, Z., Iskandar, A., & Triasih, F. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Poster terhadap Pengetahuan Manajemen Hipertensi pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 12(1), 38–46. <http://dx.doi.org/10.20884/1.jks.2017.12.1.715>
- Wahyudi, D. T. (2019). Sikap dan Perceived Threat Terhadap Perilaku Pencegahan Hipertensi. *Journal of Borneo Holistic Health*, 2(1), 118–124. <https://doi.org/10.35334/borticalth.v2i1.748>
- WHO. (2021). Hipertensi. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>