

# HUBUNGAN PENGETAHUAN, MOTIVASI PASIEN DAN PERAN PERAWAT TERHADAP UPAYA PENCEGAHAN KOMPLIKASI PENYAKIT HIPERTENSI DI PUSKESMAS PUTRI AYU

## THE CORRELATION OF KNOWLEDGE, MOTIVATION, ROLE OF NURSE TO PREVENTION EFFORT COMPLICATION OF HYPERTENSION AT PUBLIC HEALTH CENTRE OF PUTRI AYU

Apni Riama Simorangkir  
Akademi Keperawatan Garuda Putih  
Email [apni.simorangkir89@gmail.com](mailto:apni.simorangkir89@gmail.com)

**Abstract** Hypertension is still a major cause and important risk factor for cardiovascular, cerebrovascular, chronic kidney disease, stroke and coronary heart disease. Nurses are one of the providers of health services, must be able to do the promotion and maintenance of health and prevent disease or prevent disease. The sample in this study was hypertension sufferers who visited the Polyclinic, how to take samples using accidental sampling techniques. This research was conducted to determine the relationship of knowledge, patient motivation and the role of nurses to hypertension complications at the health centre of putri ayu jambi. This type of research is quantitative research with a cross sectional research design. Based on statistical tests known from 51 respondents related to the relationship of knowledge ( $P$ -value 0.004), patient motivation ( $P$ -value 0.022) and the role of nurses ( $P$ -value 0.011) with efforts to improve the challenges of hypertension. To increase the risk of debate about hypertension, health workers need to actively provide health education on how to prevent hypertension complications, among others, explain about hypertension that is not properly treated can trigger complications of various diseases

**Keywords:** Nurse, motivation, prevention of hypertension

**Abstrak** Hipertensi sampai saat ini masih merupakan penyebab utama dan faktor risiko yang penting terhadap penyakit kardiovaskuler, serebrovaskular, penyakit ginjal, stroke dan penyakit jantung koroner. Perawat merupakan salah satu pemberi pelayanan kesehatan, harus mampu untuk melakukan upaya promosi dan pemeliharaan kesehatan serta mencegah terjadinya penyakit ataupun mencegah komplikasi penyakit dari suatu penyakit. Sampel dalam penelitian ini adalah penderita hipertensi yang berkunjung ke Poliklinik, Cara pengambilan sampel ialah teknik *accidental sampling*. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan pengetahuan, motivasi pasien dan peran perawat terhadap upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi di puskesmas putri ayu jambi. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *Cross Sectional*. Berdasarkan uji statistik diketahui dari 51 responden terdapat hubungan yang bermakna antara hubungan pengetahuan ( $P$ -value 0,004), motivasi pasien ( $P$ -value 0,022) dan peran perawat ( $P$ -value 0,011) dengan upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi. Dalam upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi hendaknya petugas kesehatan aktif memberikan penyuluhan kesehatan mengenai bagaimana cara mencegah komplikasi penyakit hipertensi antara lain menjelaskan bahwa hipertensi yang tidak mendapat penanganan yang baik dapat menjadi pemicu komplikasi berbagai penyakit

**Kata Kunci :** Perawat, Motivasi, Upaya pencegahan penyakit hipertensi

Di dunia hampir satu milyar orang atau satu dari empat orang dewasa menderita hipertensi. Hipertensi termasuk dalam penyakit kronis serius yang bisa merusak organ tubuh. Setiap tahun hipertensi menjadi penyebab 1 dari 7 kematian (7 juta per tahun). Berdasarkan data WHO dari 50 % penderita hipertensi, diketahui hanya 25 % yang mendapat penatalaksanaan, dan hanya 12,5 % dengan penatalaksanaan yang baik.

Penyakit hipertensi adalah peningkatan tekanan darah yang gejalanya berlanjut pada target organ, seperti stroke otak, jantung koroner, pembuluhdarah, dan otot jantung. (Lisiswanti & Dananda. 2016)

Ada beberapa faktor risiko yang dapat menjadi penyebab hipertensi, antara lain: riwayat keluarga, individu dengan riwayat keluarga hipertensi mempunyai risiko dua kali lebih besar untuk menderita hipertensi daripada orang yang tidak mempunyai keluarga dengan riwayat hipertensi (Korneili, 2012)

Menurut *National Institutes of Health* (2015), tekanan darah normal adalah tekanan darah kurang atau setara dengan 120/80 mmHg. Seseorang dikatakan menderita hipertensi jika tekanan darahnya mencapai lebih dari 140/90 mmHg.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Irwana (2011) adanya pengaruh hipertensi terhadap kejadian stroke iskemik dan stroke hemoragik. Besarnya Odds Ratio (OR) hipertensi terhadap kejadian stroke iskemik

setelah dikontrol oleh diabetes melitus adalah sebesar 8,462. Hal ini berarti 9 penderita hipertensi memiliki risiko mengalami stroke iskemik 8 kali lebih besar dibandingkan dengan yang tidak hipertensi setelah dikontrol oleh diabetes mellitus. Telah banyak pembuktian yang menyatakan bahwa tidak efektifnya penanganan hipertensi menjadi penyebab utama timbulnya komplikasi dari penyakit tersebut. Tetapi tidak semua orang mengetahui hal ini.

Pencegahan hipertensi baik primer maupun sekunder merupakan perilaku kesehatan. Menurut Green (1980) dalam Notoatmodjo (2007) mengidentifikasi bahwa perilaku kesehatan dipengaruhi tiga faktor yaitu faktor predisposisi yang meliputi pengetahuan, sikap, kepercayaan dan motivasi. Faktor pendukung meliputi ketersediaan sarana kesehatan dan akses pelayanan. Faktor pendorong meliputi dukungan sosial, sikap dan perilaku petugas kesehatan dan lain-lain (Notoatmojo, 2007:178).

Dengan adanya informasi-informasi tentang cara mencapai hidup sehat, cara pemeliharaan kesehatan, cara menghindari penyakit dan sebagainya akan meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hal tersebut. Selanjutnya dengan pengetahuan-pengetahuan itu akan menimbulkan motivasi, dan akhirnya akan menyebabkan orang berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya (Notoatmodjo, 2007:189).

Perawat merupakan salah satu pemberi pelayanan kesehatan, harus mampu untuk melakukan upaya promosi dan pemeliharaan kesehatan serta mencegah terjadinya penyakit ataupun mencegah komplikasi penyakit dari suatu penyakit. Adapun peran perawat yaitu melakukan intervensi keperawatan keluarga, tahap intervensi ini diawali dengan penyelesaian perencanaan perawat. Implementasi dapat dilakukan oleh banyak orang yaitu klien (individu dan keluarga) (Friedman, 2002:67).

Di Indonesia, Penyakit Hipertensi masih menjadi perhatian yang cukup penting. menurut data Riskesdas 2018 prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 31,4%, prevalensi tertinggi terjadi di Sulawesi utara (13,2,%) dan yang terendah di Papua (4,4%). Sementara itu, data Survei Indikator Kesehatan Nasional (Sirkesnas) tahun 2016 menunjukkan peningkatan prevalensi hipertensi pada penduduk usia 18 tahun ke atas sebesar 32,4%. Penyakit Hipertensi terjadi hampir di seluruh wilayah Indonesia. Kota jambi adalah salah satu provinsi yang selalu menjadi penyumbang penderita penyakit hipertensi di Indonesia. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan (Dinkes) kota jambi diketahui bahwa angka penderita hipertensi di kota jambi berjumlah 35.690 orang penderita sedangkan angka penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu tahun 2016 berjumlah 3.284 orang pasien,

angka ini meningkat pada tahun 2017 yang berjumlah 3.334 orang pasien (Dinkes Kota Jambi, 2019).

Berdasarkan survei awal yang dilakukan oleh peneliti di puskesmas putri ayu dengan melakukan wawancara pada 8 pasien yang menderita hipertensi, sebanyak 5 dari 8 orang mengatakan sudah lama mengidap penyakit ini. Ke 8 orang pasien tersebut mengatakan tidak tahu komplikasi penyakit yang mungkin dapat terjadi akibat penyakitnya, 5 dari 8 orang mengatakan jarang mengontrol tekanan darahnya. Dan 6 dari 8 orang mengatakan melakukan gaya hidup seperti biasa, merokok, konsumsi makanan tinggi garam dan lemak, dan kurang dalam olah raga, karena menganggap tekanan darah tinggi hanya penyakit biasa saja, dan tidak berbahaya. Ke 7 orang pasien tersebut mengatakan perawat sangat jarang memberikan informasi mengenai komplikasi penyakit yang dapat ditimbulkan oleh hipertensi dan upaya pencegahan komplikasi dari penyakit hipertensi.

Untuk melihat sejauh mana permasalahan yang timbul terhadap Hubungan Pengetahuan, Motivasi Pasien dan Peran Perawat terhadap Upaya Pencegahan Komplikasi penyakit Hipertensi di Puskesmas Putri Ayu Tahun 2020

## **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode *cross sectional* yang bertujuan untuk

mengetahui hubungan antara variabel independen (pengetahuan pasien, motivasi pasien dan peran perawat) dengan variabel dependen (upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi) pada waktu bersamaan. Cara pengambilan sampel ialah teknik *accidental sampling*, yaitu pengambilan sampel yang dilakukan dengan kebetulan bertemu dan memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Analisa data menggunakan analisa univariat dan analisa bivariat dengan menggunakan uji *Chi-Square*.

## HASIL

### Univariat

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Upaya Pencegahan Komplikasi penyakit Hipertensi**

No	Upaya Pencegahan	Jumlah	Persentase
1	Kurang Baik	51	54,8
2	Baik	42	45,2
Total		93	100,0

Dari tabel di atas diketahui bahwa dari 93 responden sebagian (54,8%) responden kurang baik dalam melakukan upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Pengetahuan**

No	Pengetahuan	Jumlah	Persentase
1	Rendah	58	62,4
2	Tinggi	35	37,6
Total		93	100,0

Dari tabel di atas diketahui bahwa dari 93 responden

sebagian besar (62,4%) pengetahuan responden masih rendah tentang komplikasi penyakit hipertensi dan upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi.

**Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Motivasi**

No	Motivasi	Jumlah	Persentase
1	Rendah	53	57,0
2	Tinggi	40	43,0
Total		93	100,0

Dari tabel di atas diketahui bahwa dari 93 responden sebagian (57,0%) responden memiliki motivasi rendah untuk mencegah akibat komplikasi penyakit hipertensi.

**Tabel 4 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Peran Perawat**

No	Peran Perawat	Jumlah	Persentase
1	Kurang Baik	50	53,8
2	Baik	43	46,2
Total		93	100,0

Dari tabel di atas diketahui bahwa dari 93 responden sebagian (53,8%) peran perawat kurang baik dalam memberikan informasi tentang komplikasi penyakit hipertensi dan upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi

**Bivariat**  
**Tabel 5 Distribusi Hubungan Pengetahuan dengan Upaya Pencegahan Komplikasi Penyakit Hipertensi**

No	Pengetahuan	Upaya Pencegahan Komplikasi penyakit Hipertensi				Jumlah		p-value
		Kurang Baik		Baik		Jml	%	
		Jml	%	Jml	%			
1	Rendah	39	67,2	19	32,8	58	62,4	0,004
2	Tinggi	12	34,3	23	65,7	35	37,6	
	Total	51	54,8	42	45,2	93	100	

Hasil analisis hubungan pengetahuan pasien dengan upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi diketahui dari 58 responden dengan pengetahuan rendah, sebagian besar (67,2%) responden kurang baik dalam melakukan upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi, dan 32,8% responden yang melakukan upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi dengan baik. Sedangkan dari 31 responden dengan pengetahuan tinggi, sebagian besar (65,7%) baik dalam melakukan upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi, hanya 34,3% responden yang kurang baik dalam melakukan upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi.

Hasil uji statistik diperoleh nilai p-value = 0,004 ( $p < 0,05$ ). Hasil uji ini menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan upaya pencegahan komplikasi hipertensi.

**Tabel 6 Distribusi Hubungan Motivasi dengan Upaya Pencegahan Komplikasi Penyakit Hipertensi**

No	Motivasi	Upaya Pencegahan Komplikasi penyakit Hipertensi				Jumlah		p-value
		Kurang Baik		Baik		Jml	%	
		Jml	%	Jml	%			
1	Rendah	35	66,0	18	34,0	53	57,0	0,022
2	Tinggi	16	40,0	24	60,0	40	43,0	
	Total	51	54,8	42	45,2	93	100	

Hasil analisis hubungan motivasi dengan upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi diketahui dari 53 responden yang memiliki motivasi rendah untuk mencegah komplikasi penyakit hipertensi, sebagian besar (66,0%) responden kurang baik dalam melakukan upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi. Sedangkan dari 40 responden yang memiliki motivasi tinggi dalam melakukan upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi, sebagian besar (60,0%) baik dalam melakukan upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi.

Hasil uji statistik diperoleh nilai p-value = 0,022 ( $p < 0,05$ ). Hasil uji ini menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara motivasi pasien dengan upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi.

**Tabel 7 Distribusi Hubungan Peran Perawat dengan Upaya Pencegahan Komplikasi Penyakit Hipertensi**

No	Peran Perawat	Upaya Pencegahan Komplikasi penyakit Hipertensi				Jumlah		p-value
		Kurang Baik		Baik		Jml	%	
		Jml	%	Jml	%			
1	Kurang Baik	34	68,0	16	32,0	50	53,8	0,011
2	Baik	17	39,5	26	60,5	43	46,2	
	Total	51	54,8	42	45,2	93	100	

Hasil analisis hubungan peran perawat dengan upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi diketahui dari 50 responden yang mengatakan peran perawat kurang baik dalam memberikan informasi tentang pencegahan komplikasi penyakit hipertensi, sebagian besar (68,0%) kurang baik dalam melakukan upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi. Sedangkan dari 43 responden yang mengatakan peran perawat baik sebagian besar (60,5%) juga baik dalam melakukan upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi.

Hasil uji statistik diperoleh nilai p-value = 0,011 ( $p < 0,05$ ). Hasil uji ini menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara peran perawat dengan upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih dari separuh perawat memiliki motivasi kerja yang baik. Hasil Uji Chi Square menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang

bermakna antara pengetahuan, motivasi pasien dan peran perawat terhadap upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi di puskesmas puskesmas putri ayu jambi.

Berikut ini akan dibahas satu persatu hasil penelitian yang telah dilakukan tentang hubungan pengetahuan, motivasi pasien dan peran perawat terhadap upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi di puskesmas puskesmas putri ayu jambi tahun 2019

## Pengetahuan Pasien

Hasil penelitian diketahui sebagian besar (62,4%) pengetahuan responden rendah tentang komplikasi penyakit hipertensi dan upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi, dan hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan pasien dengan upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi

Dari uraian kuesioner diketahui bahwa responden belum mengetahui tentang komplikasi penyakit hipertensi dan upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi. Responden belum mengetahui bahwa upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi salah satunya adalah dengan terapi diet atau pengaturan makanan.

Hal tersebut sejalan dengan yang dikemukakan oleh Kusumawati, dkk (2006) yang mengatakan bahwa selama ini terapi diet atau pengaturan makanan bagi penyakit degeneratif sering kali diabaikan

bahkan dianggap tidak penting, hal ini disebabkan karena kurang pengetahuan masyarakat akan pentingnya pengaturan diet dan gaya hidup guna mempercepat penyembuhan penyakit. Selain itu masih banyak masyarakat yang salah memilih jenis makanan yang harus disesuaikan dengan jenis penyakit yang diderita. Kesalahan-kesalahan dalam pengaturan diet dan gaya hidup pada penyakit hipertensi berkaitan dengan kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai penatalaksanaan yang tepat untuk mempercepat penyembuhan penyakit tersebut.

Pengetahuan pasien atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*overt behavior*) karena dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan pasien akan lebih langgeng dari pada perilaku tidak didasari oleh pengetahuan pasien (Notoatmodjo, 2003:127).

Peningkatan pengetahuan pasien dapat dilakukan dengan cara memberikan penyuluhan, baik secara langsung maupun tidak langsung.

### **Motivasi**

Hasil penelitian diketahui sebagian (57,0%) motivasi responden rendah dalam melakukan upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi, dan hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara motivasi pasien dengan upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi

Dari uraian kuesioner diketahui bahwa motivasi responden masih rendah dalam melakukan upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi, di mana responden tidak mempunyai keinginan untuk melakukan kontrol tekanan darah secara rutin, dan keinginan melakukan olahraga secara teratur dan terkontrol (30-45 menit/hari).

Motivasi merupakan keinginan yang terdapat pada diri seseorang individu yang mendorongnya untuk melakukan perbuatan-perbuatan atau perilaku (Terry, 1986 dalam Notoatmodjo, 2007:218).

Adanya motivasi atau dorongan dari diri pasien untuk melakukan upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi dengan baik tentunya akan meningkatkan perilakunya dalam melakukan upaya pencegahan tersebut. Menurut Fatimah (2014) mengatakan bahwa apabila telah dinyatakan hipertensi, seterusnya pasien harus mengontrol tekanan darah, baik dengan pengobatan maupun dengan faktor penunjang lainnya. Pencegahan dengan modifikasi pola hidup hanya dapat dilakukan bila pola pikir juga berubah sehingga memiliki motivasi yang kuat dan dapat dilakukan secara berkesinambungan.

Upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi dapat dilakukan dengan hidup sehat, selain pengetahuan pasien kurang mengenai upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi, keinginan untuk mengetahui dan mencegah

penyakit juga kurang. Bila dorongan dari diri sendiri kurang untuk melakukan upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi, maka dorongan dari orang lain juga diperlukan seperti dorongan dari keluarga misalnya keluarga mengingatkan pada pasien untuk rutin melakukan olahraga, tidak merokok, diet rendah garam dan lemak, serta rutin melakukan kontrol tekanan darah.

#### Peran Perawat

Hasil penelitian diketahui sebagian (53,8%) responden mengatakan peran perawat kurang baik, dan hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara peran perawat dengan upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi.

Dari uraian kuesioner diketahui bahwa peran perawat kurang baik dalam memberikan informasi tentang akibat lanjut hipertensi, menganjurkan untuk melakukan kontrol tekanan darah secara rutin, mengurangi asupan lemak dalam makanan, berhenti merokok, minum alkohol, minum kopi dan kontrol berat badan.

Dari hasil penelitian diketahui bahwa sebanyak 46,2% pasien mengatakan peran perawat baik dalam upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi dimana perawat memberikan informasi tentang upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi yang mencakup kontrol tekanan darah dan berat badan, diet rendah garam dan lemak, menghindari

konsumsi alkohol dan minum kopi, olahraga secara teratur dan mengkonsumsi obat anti hipertensi.

Perawat merupakan salah satu pemberi pelayanan kesehatan, harus mampu untuk melakukan upaya promosi dan pemeliharaan kesehatan serta mencegah terjadinya penyakit ataupun mencegah komplikasi penyakit dari suatu penyakit. Adapun peran perawat yaitu melakukan intervensi keperawatan keluarga, tahap intervensi ini diawali dengan penyelesaian perencanaan perawat. Implementasi dapat dilakukan oleh banyak orang yaitu klien (individu dan keluarga) (Friedman, 2002:67).

Salah satu tugas perawat adalah memberikan pendidikan kesehatan, dimana tujuan dari pendidikan kesehatan adalah mengajarkan individu, kelompok maupun masyarakat untuk kondisi yang terbaikyaitu berusaha keras mencapai tingkat kesehatan yang maksimum. ( Smeltzer & Bare, 2010)

Pemberian pendidikan kesehatan dapat dilakukan oleh Perawat dalam mencegah komplikasi penyakit hipertensi, perawat dapat memberikan informasi mengenai bagaimana cara mencegah komplikasi penyakit hipertensi antara lain menjelaskan bahwa hipertensi yang tidak mendapat penanganan yang baik dapat menyebabkan berbagai penyakit lanjut salah satunya adalah stroke. Untuk itu pasien dianjurkan untuk melakukan upaya pencegahan



yang mencakup adanya perubahan gaya hidup seperti mengurangi konsumsi alkohol, berhenti merokok, diet rendah lemak, diet rendah garam, melakukan olahraga secara rutin dan terkontrol serta melakukan kontrol berat badan.

### **KESIMPULAN**

Dari hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Putri Ayu Jambi dapat ditarik kesimpulan yaitu terdapat hubungan antara pengetahuan, motivasi pasien dan peran perawat terhadap upaya pencegahan komplikasi penyakit hipertensi di puskesmas puskesmas putri ayu jambi

### **DAFTAR PUSTAKA**

Arif, Muttaqin. 2012. *Asuhan Keperawatan klien Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular*. Jakarta: Penerbit Salemba Medika.

Asmadi. 2008. *Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.

Aziz Alimul Hidayat. 2011. *Metode Penelitian Keperawatan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika.

Bustan, M. N. 2007. *Epidimiologi Penyakit Tidak Menular*. Jakarta: Rineka Cipta.

Dinkes Kota Jambi, 2019). Data Penyakit Hipertensi di kota jambi

Doenges, Marilyn E. 2000. *Rencana Asuhan Keperawatan*. Penerbit Buku Kedokteran, EGC.

Evelyn, C. P. 2011. *Anatomy and Fisiologi for Nurses*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

Giriwijoyo, S. dan Sidik D. Z. 2012. *Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi Olahraga)*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Ikha, Zulaikha. 2016. *Efektifitas Senam Lansia Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Bulu Kabupaten Sukoharjo*. Naskah Publikasi. Di akses pada tanggal 29 Maret 2019.

Kemenkes RI. 2018.

Korneliani, Meida. 2012. *Obesitas Dan Stress Dengan Kejadian Hipertensi*. **Jurnal Kesehatan Masyarakat** ISSN 1858-1196

Lisiswanti, Dananda. 2016. *Upaya Pencegahan Hipertensi*. Majority Volume 5 Nomor 3

- M. Asikin., M. Nuralamsyah, & Susaldi. 2016. *Keperawatan Medikal Bedah: Sistem Kardiovaskular*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Meylen, Suoth. 2014. *Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi*. Jurnal e-Keperawatan (e-Kp). 2(1). Diakses pada tanggal 29 Maret 2019
- Notoatmodjo, S. 2007. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nursalam. 2013. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Price, S. A & Wilson, L. M. 2012. *Patofisiologi Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit. E/6. Vol. 2*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Riza, Fikriana. 2018. *Sistem Kardiovaskuler*. Yogyakarta: CV Budi Utama. E-book.
- Saryono. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Mitra Cendikia Press.
- Sharkey, B. J. 2003. *Kebugaran Kesehatan*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Siti, Setiati, dkk. 2015. *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*. Jakarta: Interna Publishing.
- Smeltzer, C. S., & Bare, B. G. 2002. *Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta: EGC.
- Smeltzer, C. S., & Bare, B. G. 2010. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Volume 1*. Jakarta: EGC.
- Syaifuddin. 2013. *Anatomi Fisiologi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran. EGC.
- Tarwoto & Wartonah. 2015. *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Wajan Juni Udjianti. 2010. *Keperawatan Kardiovaskuler*. Jakarta: Penerbit Salemba Medika.