

**GAMBARAN PROFIL DEMOGRAFI PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH
KELURAHAN CIWALEN GARUT KOTA: CASE REPORT**Rifki Febriansyah^{1*}, Witdiawati², Setiawan³¹⁻³Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran

E-mail Korespondensi: witdiawati14001@unpad.ac.id

Disubmit: 27 Desember 2023

Diterima: 25 Januari 2024

Diterbitkan: 01 Februari 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i2.13422>**ABSTRACT**

Hypertension or high blood pressure is called the silent killer because its symptoms are often without complaints and is the single main contributor to frequent diseases such as heart disease, stroke and kidney disease in Indonesia. Research to provide an overview of the characteristics of hypertension in residents in the Ciwalen Village area of Garut City. Used in this research is a survey method. Data collected using instruments was then analyzed using a frequency distribution based on the grouping of hypertension status along with risk factors that cause hypertension. Shows that hypertension can be influenced by demographic profile and lifestyle factors that are usually carried out by the community as evidenced by the lifestyle of people who adopt a lifestyle of smoking, lack of fruit and vegetables, lack of physical activity and obesity at risk of having hypertension with a hypotension category of 23 people (0.6 %), normal as many as 2679 people (67.1%), pre-hypertension as many as 725 people (15.5%), hypertension level 1 as many as 413 people (10.3%), hypertension level 2 as many as 208 people (5.2%) and isolated systolic hypertension in 51 people (1.3%). The description of the demographic profile of hypertension can follow up on the efforts that have been given previously to be carried out independently by the community, especially hypertension sufferers, as a preventive and promotive effort to improve the health status of residents in the Ciwalen Village area, Garut City.

Keywords: *Hypertension, Demographic Profile, Community Nursing*

ABSTRAK

Hipertensi atau tekanan darah tinggi disebut sebagai *the silent killer* karena gejalanya yang sering tanpa keluhan dan menjadi kontributor tunggal utama untuk penyakit yang sering terjadi seperti penyakit jantung, stroke maupun ginjal di Indonesia. Penelitian untuk memberikan gambaran karakteristik hipertensi warga di wilayah Kelurahan Ciwalen Garut Kota. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *survey*. Pengumpulan data dengan menggunakan instrumen kemudian dianalisis menggunakan distribusi frekuensi berdasarkan pengelompokan status hipertensi disertai faktor risiko yang menyebabkan terjadinya hipertensi. Hasil menunjukkan kejadian hipertensi dapat dipengaruhi oleh profil demografi dan faktor-faktor pola hidup yang biasa dilakukan oleh masyarakat dibuktikan dengan pola hidup masyarakat yang menerapkan perilaku merokok, kurang buah dan sayur, kurang aktivitas fisik dan

obesitas berisiko memiliki hipertensi dengan kategori hipotensi sebanyak 23 orang (0,6%), normal sebanyak 2679 orang (67,1%), pra hipertensi sebanyak 725 orang (15,5%), hipertensi tingkat 1 sebanyak 413 orang (10,3%), hipertensi tingkat 2 sebanyak 208 orang (5,2%) dan hipertensi sistolik terisolasi sebanyak 51 orang (1,3%). Adanya gambaran profil demografi penderita hipertensi dapat menindaklanjuti upaya yang telah diberikan sebelumnya untuk dilakukan kepada masyarakat secara mandiri khususnya penderita hipertensi sebagai upaya preventif dan promotif untuk meningkatkan derajat kesehatan warga di wilayah Kelurahan Ciwalen Garut Kota.

Kata Kunci: Hipertensi, Profil Demografi, Keperawatan Komunitas

PENDAHULUAN

Berdasarkan data epidemiologi, peningkatan kesehatan populasi tercipta dari upaya kesehatan masyarakat yang mencakup berbagai aspek diantaranya adalah persediaan makanan dan obat-obatan yang cukup, air bersih dan sanitasi lingkungan yang baik, serta pola hidup yang sehat. Dengan melakukan usaha dalam peningkatan pemahaman masyarakat tentang kesehatan, kesehatan masyarakat telah memainkan peran yang signifikan dalam peningkatan harapan hidup dan kesehatan masyarakat (Stanhope & Lancaster, 2019). Salah satu upaya yang sering dijumpai dalam kesehatan masyarakat yaitu perilaku pola hidup sehat. Pola hidup sehat merupakan suatu perilaku yang berhubungan dengan tindakan yang bertujuan dalam upaya peningkatan kesehatan yang berfokus pada interaksi antara manusia dengan lingkungan khususnya terkait dengan kesehatan (Septianto et al., 2020). Dengan melakukan pola hidup sehat tentunya akan meningkatkan kesehatan khususnya dalam lingkungan masyarakat.

Ruang lingkup keperawatan memiliki cakupan yang sangat luas dan dapat berkontribusi baik pada permasalahan individu, keluarga, kelompok bahkan dalam lingkup masyarakat yang lebih umum. Proses

pelayanan keperawatan diharapkan akan terus berkembang diantaranya dalam upaya preventif dan promotif yang mana hal ini menekankan peran perawat yang tidak hanya fokus dalam penanganan masalah individu namun juga untuk lebih menstimulasikan pertumbuhan kemandirian masyarakat agar dapat meningkatkan pengoptimalan kesehatan masyarakat kedepannya (Kartikaningrum et al., 2017). Salah satu cara yang dapat dilakukan oleh perawat dalam meningkatkan kualitas hidup masyarakat terutama dalam peningkatan pola hidup sehat masyarakat adalah Gerakan Masyarakat Hidup Sehat atau disingkat Germas. Germas adalah suatu kegiatan yang dilakukan bersama-sama secara terencana dan sistematis oleh seluruh komponen masyarakat yang secara sadar, mau dan mampu untuk melakukan pola hidup sehat dengan tujuan untuk meningkatkan kualitas hidup (Amri et al., 2019).

Dalam usaha untuk meningkatkan tingkat kualitas hidup dari masyarakat Indonesia, penting untuk memprioritaskan pembangunan di bidang kesehatan dengan fokus mengatasi berbagai masalah kesehatan di Indonesia, seperti tingginya angka kematian ibu dan anak, kurangnya gizi pada balita, serta peningkatan kasus pada masalah kesehatan akibat penyakit

menular maupun penyakit tidak menular yang menyebabkan kematian (Kemenkes RI, 2019b). Perubahan perilaku masyarakat yang tidak sehat juga memperburuk masalah ini, sehingga tingginya masalah kesehatan yang semula diakibatkan oleh penyakit menular ikut meningkat akibat penyakit tidak menular (Kemenkes RI, 2019b). Dengan adanya pelayanan keperawatan dalam komunitas, diharapkan mampu mengendalikan masalah-masalah kesehatan yang timbul di masyarakat, diantaranya yaitu masalah hipertensi. Hipertensi saat ini lebih sering disebut sebagai "silent killer" karena seringkali tidak menimbulkan gejala yang nyata. Hipertensi juga merupakan faktor risiko utama dari beberapa masalah kesehatan pada tubuh seperti masalah jantung, stroke, maupun ginjal (Kemenkes RI, 2021a)

Menurut data dari WHO didapatkan bahwa pada tahun 2011 penderita hipertensi di dunia telah mencapai sekitar satu milyar orang dimana negara berkembang dengan penghasilan rendah dan menengah berkontribusi pada 2/3 kasus yang terjadi. Jumlah kasus hipertensi diperkirakan akan mengalami peningkatan di masa mendatang. Pada tahun 2025, diperkirakan sekitar 29% dari populasi usia produktif di seluruh dunia akan mengalami hipertensi (Kemenkes RI, 2021b). Data Riskesdas menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia tahun 2020 telah terjadi peningkatan menjadi 41,4%, hal ini menunjukkan adanya peningkatan sebesar 8,3% sejak tahun 2011 yang hanya sebesar 33,1%. Sementara itu, di Jawa Barat prevalensi hipertensi yang awalnya sebesar 34,5% telah mengalami peningkatan sebesar 5,1% sejak tahun 2013 hingga tahun 2020 (DINKES JABAR, 2021).

Dari beberapa penelitian terungkap bahwa terdapat faktor

risiko yang menyebabkan hipertensi diantaranya faktor yang tidak dapat diubah seperti genetik, usia, dan jenis kelamin serta faktor yang dapat diubah seperti perilaku merokok, kurang aktivitas, obesitas dan konsumsi sayur dan buah yang kurang (Nurwidhiana, 2018). Berdasarkan penjabaran di atas, dapat disimpulkan bahwa hipertensi merupakan masalah kesehatan yang cukup berisiko. Apabila masalah ini tidak segera ditangani, maka dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius seperti penyakit jantung, gagal ginjal, maupun stroke (Sartik, 2017).

Kelurahan Ciwalen, Kecamatan Garut Kota memiliki penduduk yang cukup banyak dengan karakteristik yang berbeda di masing-masing wilayah, salah satunya pada status hipertensi masyarakat. Berdasarkan hasil pengkajian diketahui bahwa Kelurahan Ciwalen memiliki masyarakat berusia diatas 15 tahun sebanyak 4.099 orang. Selain itu, ditemukan juga data bahwa masyarakat di Kelurahan Ciwalen masih sering terikat dengan hal-hal yang berhubungan dengan faktor risiko terjadinya hipertensi diantaranya adalah perilaku merokok, kurang aktivitas fisik, obesitas, serta kurang konsumsi buah dan sayur. Hipertensi juga masih menjadi salah satu penyakit yang paling sering dijumpai dalam 3 bulan terakhir di kelurahan Ciwalen kecamatan Garut Kota. Program yang sudah dilakukan di Kelurahan Ciwalen untuk mengendalikan kejadian hipertensi diantaranya adalah dengan mengadakan senam hipertensi dan posbindu di setiap RW untuk memeriksakan status tekanan darah dan edukasi tentang kesehatan pada masyarakatnya setiap bulan namun masih banyak masyarakat yang belum memaksimalkan fasilitas tersebut sehingga dari tingginya angka

hipertensi yang terjadi di kelurahan Ciwalen dapat juga dilihat dari profil demografi masyarakat penderita hipertensi. Dengan memahami hal-hal yang berkaitan penting erat dalam perkembangan hipertensi, tentunya dapat membantu dalam melakukan pencegahan dan penanganan kondisi ini lebih awal. Maka dari itu, penelitian ini bertujuan untuk memaparkan hasil gambaran profil demografi penderita hipertensi di Kelurahan Ciwalen Garut Kota.

KAJIAN PUSTAKA

Hipertensi merupakan kondisi tekanan darah yang meningkat diatas batas normal yaitu lebih dari 140/90 mmHg yang cenderung menunjukkan beberapa tanda dan gejala yang bervariasi pada setiap individu dan biasanya tidak spesifik dan mirip seperti penyakit lain (Jufar et al., 2017). Beberapa faktor risiko penyebab terjadinya hipertensi diantaranya adalah faktor genetik, usia, kebiasaan merokok, aktivitas fisik, pola makan, dan obesitas (Heriziana, 2017).

Dari pengertian dan faktor hipertensi yang disebutkan diatas dapat membantu penderita hipertensi mampu menunjukkan

kejadian hipertensi pada masyarakat dan sebagai bentuk deteksi dini sehingga dapat diketahui bagaimana gambaran profil demografi penderita hipertensi dan bagaimana cara pencegahan dan penanganan yang dapat dilakukan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dirancang dengan metode *survey*. Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah seluruh masyarakat kelurahan Ciwalen yang berusia diatas 15 tahun. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling dengan banyaknya sampel berjumlah 4099 orang yang berusia diatas 15 tahun (Sugiyono, 2018). Instrumen yang digunakan adalah kuesioner untuk skrining ptm yang telah disepakati oleh pihak Puskesmas Guntur dan mahasiswa Program Profesi Ners angkatan 45 yang kemudian dianalisis menggunakan metode distribusi frekuensi.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian dilampirkan dalam tabel distribusi frekuensi dan persentase.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Demografi Masyarakat di Kelurahan Ciwalen (n=4099)

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
Usia		
15-18 tahun	320	7,8
19-44 tahun	2015	49,2
45-59 tahun	1009	24,6
>60 tahun	755	18,4
Pendidikan		
Tamat SD	618	15
Tamat SMP	945	23
Tamat SMA	2077	50,7
Perguruan Tinggi	421	10,3
Tidak Pernah Sekolah	38	1
Pekerjaan		

Pelajar/Mahasiswa	347	8,5
Honoror	65	1,6
PNS	78	1,9
Buruh Harian Lepas	516	12,6
Karyawan Toko	44	1
Karyawan Swasta	352	8,6
Wiraswasta	704	17,2
Pedagang	376	9,2
IRT	1035	25,2
Tidak Bekerja	502	12,2
Lainnya	80	2

Dari tabel 1 didapatkan bahwa hampir setengahnya masyarakat di Kelurahan Ciwalen berusia dalam rentang 19-44 tahun yaitu sebanyak 2015 orang (49,2%), berusia dalam rentang 45-59 tahun sebanyak 1009 orang (24,6%), berusia >60 tahun sebanyak 755 orang (18,4%), dan berusia dalam rentang 15-18 tahun sebanyak 320 orang (7,8%). Sebagian besar masyarakatnya berpendidikan tamat SMA sebanyak 2077 orang (50,7%), tamat SMP sebanyak 945 orang (23%), tamat SD sebanyak 618 orang (15%), perguruan tinggi sebanyak 421 orang (10,3%), dan tidak pernah sekolah sebanyak 38

orang (1%). Kemudian hampir setengahnya bekerja sebagai ibu rumah tangga sebanyak 1035 orang (25,2%), wiraswasta sebanyak 704 orang (17,2%), buruh harian lepas sebanyak 516 orang (12,6%), tidak bekerja sebanyak 502 orang (12,2%), pedagang sebanyak 376 orang (9,2%), karyawan swasta sebanyak 352 orang (8,6%), pelajar/mahasiswa sebanyak 347 orang (8,5%), PNS sebanyak 78 orang (1,9%), honoror sebanyak 65 orang (1,6%), karyawan toko sebanyak 44 orang (1%) dan pekerjaan lainnya sebanyak 80 orang (2%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Status Tekanan Darah di Kelurahan Ciwalen (n = 4099)

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
Hipotensi	23	0,6
Normal	2679	67,1
Pra Hipertensi	725	15,5
Hipertensi Tingkat 1	413	10,3
Hipertensi Tingkat 2	208	5,2
Hipertensi Sistolik Terisolasi	51	1,3

Dari tabel 2 hampir sebagian besar masyarakat memiliki tekanan darah normal yaitu sebanyak 2679 (67,1%) namun sebanyak 872 orang (17%) lainnya mengalami hipertensi dengan rincian hipertensi tingkat 1 sebanyak 413 orang (10,3%), hipertensi tingkat 2 sebanyak 208

orang (5,2%) dan hipertensi sistolik terisolasi sebanyak 51 orang (1,3%). Selain itu sebanyak 725 orang (15,2%) berada pada kategori pre hipertensi atau berisiko mengalami hipertensi. Adapun 23 orang lainnya mengalami hipotensi (0,6%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Faktor Risiko Hipertensi di Kelurahan Ciwalen (n=4099)

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
Perilaku Merokok		
Merokok	1623	39,6
Tidak Merokok	2476	60,4
Obesitas		
Ya	959	23,3
Tidak	3140	76,7
Kebiasaan Olahraga		
Ya	2995	73
Tidak	1104	27
Makan Buah dan Sayur		
Tidak	1094	26,7
Ya	3005	73,3

Dari tabel 3. didapatkan data terkait perilaku merokok dan obesitas yang dialami oleh masyarakat Kelurahan Ciwalen dimana sebanyak 1623 orang (39,6%) merupakan perokok dan sebanyak 959 orang (23,3%) mengalami

obesitas baik itu obesitas ringan maupun obesitas berat. Selain itu sebanyak 1104 orang (27%) jarang melakukan olahraga/aktivitas fisik dan sebanyak 1094 orang (26,7%) kurang dalam konsumsi buah dan sayur.

PEMBAHASAN

Pada tabel hasil survey diatas didapatkan bahwa terdapat beberapa kategori pada status tekanan darah masyarakat khususnya di Kelurahan Ciwalen.

Berdasarkan data dari Fadillah & Rindarwati (2023) berikut adalah pengelompokan status tekanan darah menurut JNC VII (Kemenkes RI, 2018).

Tabel 4. Klasifikasi Tekanan Darah Menurut JNC VII

Klasifikasi	Nilai	
	Sistolik	Diastol
Normal	<120	<80
Pre hipertensi	120-139	80-89
Hipertensi tingkat 1	140-159	90-99
Hipertensi tingkat 2	>160	>90
Hipertensi sistolik terisolasi	>140	<90

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, mayoritas masyarakat di Kelurahan Ciwalen

Garut Kota berada pada usia produktif yaitu pada usia 19-44 tahun sebanyak 2015 orang (49,2%),

usia 45-59 tahun sebanyak 1009 orang (24,6%), usia >60 tahun sebanyak 755 orang (18,4%), dan usia 15-18 tahun sebanyak 320 orang (7,8%). Usia produktif menurut WHO yaitu usia yang berada dalam rentang 15-64 tahun dimana usia tersebut merupakan usia yang efisien dan efektif dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari (Sukmaningrung, 2017). Hipertensi pada usia produktif terjadi karena kurangnya perhatian terhadap kesehatan, seperti konsumsi garam berlebih, buah dan sayur yang kurang, pola hidup tidak sehat yang didalamnya termasuk kurangnya aktivitas fisik dan kebiasaan merokok, serta faktor-faktor kesehatan seperti genetika dan obesitas (Here et al., 2022).

Jika dilihat dari status tekanan darah masyarakat di Kelurahan Ciwalen bahwa mayoritas hipertensi yang dialami oleh masyarakat adalah hipertensi tingkat 1 yaitu sebanyak 413 orang (10,3%) diikuti dengan hipertensi tingkat 2 sebanyak 208 orang (5,2%) dan hipertensi sistolik terisolasi sebanyak 51 orang (1,3%). Selain itu ada juga masyarakat yang mengalami pre hipertensi sebanyak 725 orang (15,5%). Hal ini membuktikan bahwa meskipun sebagian besar masyarakat memiliki tekanan darah yang normal namun jumlah penderita hipertensi dan berisiko hipertensi juga cukup banyak. (Lukitaningtyas, 2023).

Salah satu unsur yang dapat mempengaruhi keberhasilan pengendalian tekanan darah tinggi adalah kesadaran penderita untuk menjaga pola hidup dan pola makannya (Sutoni & Cahyati, 2021). Dilihat dari hasil penelitian didapatkan bahwa masih banyaknya masyarakat di Kelurahan Ciwalen yang merupakan perokok yaitu sebanyak 1623 orang (39,6%), yang mengalami obesitas yaitu sebanyak 959 orang (23,3%) yang kurang

aktivitas fisik sebanyak 1104 orang (27%) dan kurang buah dan sayur sebanyak 1094 orang (26,7%). Menurut American Heart Association (AHA), kurang aktivitas fisik dan berat badan ideal lebih dari 25 memiliki risiko 3-8 kali lebih besar mengakibatkan hipertensi dibandingkan dengan yang memiliki berat badan ideal normal (Nugraheni et al., 2019). Konsumsi buah dan sayur yang kurang juga dapat mengakibatkan menurunnya kandungan kalium darah sehingga dapat meningkatkan tekanan darah. Selain itu konsumsi rokok juga berperan aktif dalam tingginya tekanan darah dimana zat yang terkandung di dalam rokok seperti tar yang bisa mengakibatkan penumpukan plak di pembuluh darah sehingga akan menghambat proses aliran darah. Melaksanakan kegiatan fisik setiap hari dapat memberikan penurunan tekanan darah sistolik sebesar 4-9 mmHg. Menjaga berat badan ideal dapat mengurangi tekanan darah sistolik sebanyak 5-20 mmHg, sementara berhenti merokok dapat membantu mengurangi tekanan darah sistolik sebanyak 2-4 mmHg, konsumsi buah dan sayur yang memiliki kandungan kalium klorida dengan takaran 60 - 100 mmol/hari dapat menurunkan tekanan darah sistolik hingga 4,4 mmHg (Kemenkes RI, 2019a). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Tsai et al., (2021) menunjukkan hasil yang serupa dimana program berhenti merokok secara berkelanjutan dapat mengurangi tekanan darah_sistolik hingga 4-17 mmHg dan tekanan darah_diastol sebesar 2-12 mmHg.

Dalam upaya mengendalikan kejadian hipertensi ini, pihak RW dan puskesmas Guntur memiliki program posbindu di masing-masing RW yang dilaksanakan bersamaan dengan posyandu untuk memantau dan mendata status tekanan darah

masyarakat di wilayah Kelurahan Ciwalen. Pemeriksaan dini dan pengobatan hipertensi yang efektif merupakan hal yang penting dalam mencegah terjadinya kejadian hipertensi (Saryono, 2018). Dengan adanya program dari puskesmas setempat, tentu dapat mengontrol kasus hipertensi yang terjadi di wilayahnya khususnya di wilayah Kelurahan Ciwalen. Selain dari program posbindu, ada juga program senam hipertensi yang sudah dilakukan oleh beberapa RW di wilayah Kelurahan Ciwalen. Senam hipertensi merupakan senam yang bertujuan untuk mengurangi berat badan dan meningkatkan aliran darah dan pasokan oksigen khususnya ke dalam sistem yang berhubungan dengan kerja jantung pada penderita hipertensi sehingga dapat menstabilkan tekanan darah (Triyanto, 2014).

KESIMPULAN

Mayoritas penduduk di Kelurahan Ciwalen, Garut Kota, berada pada rentang usia produktif, namun terjadi prevalensi tinggi kasus hipertensi terutama pada hipertensi tingkat 1 dan pre hipertensi. Faktor-faktor seperti pola makan kurang sehat, kurangnya aktivitas fisik, obesitas, dan kebiasaan merokok memainkan peran besar dalam peningkatan tekanan darah. Penekanan pada kesadaran akan pola hidup sehat, berhenti merokok, meningkatkan aktivitas fisik, serta konsumsi buah dan sayur dapat membantu mengurangi risiko hipertensi. Program posbindu dan senam hipertensi yang diadakan di beberapa RW di Kelurahan Ciwalen menjadi langkah positif dalam upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi di wilayah tersebut.

Saran

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dalam melakukan penelitian lebih lanjut sehingga pendataan lebih mendetail dan spesifik mengenai gambaran demografi penderita hipertensi terutama pada penderita hipertensi di wilayah Kelurahan Ciwalen Garut Kota.

DAFTAR PUSTAKA

- Amri, S. A., Dewi, A. P., & Nurchayati, S. (2019). Peran Perawat Puskesmas Sebagai Pendidik Dalam Menjalankan Program Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas). *Jom Fkp*, 6(1), 280-285.
- Dinkes Jabar. (2021). Laporan Kinerja Instansi Pemerintah 2020. *Dinkes Jabar*, 25, 0-227.
- Fadillah, R., & Rindarwati, A. (2023). *Pengaruh Edukasi Terapi Non Farmakologi Pada Pasien Hipertensi*. 5(2022), 117-121.
- Here, P. P. L., Weraman, P., & Ndun, H. J. N. (2022). Risk Factors Associated With The Incidence Of Hypertension At The Productive Age (20-59 Years) In The Work Area Of The Sikumana Public Health Center. *Journal Of Community Health*, 4(3), 251262. <https://doi.org/10.35508/Ljch>
- Heriziana. (2017). Faktor Risiko Kejadian Penyakit Hipertensi Di Puskesmas Basuki Rahmat Palembang. *Jurnal Kemas Jambi*.
- Jufar, A. H., Nuguse, F. G., & Misgna, H. G. (2017). Assesment Of Health Related Quality Of Life And Associated Factors Among Hypertensive Patients On Treatment At Public Hospitals In Mekelle, North Ethiopia. *Journal Of Hypertension*, 1-7.
- Kartikaningrum, E. D., Alberta, L.

- T., Puspitanngsih, D., & Kusuma, Y. L. H. (2017). Konsep Dasar Keperawatan Komunitas. In *Journal Of Chemical Information And Modeling* (Vol. 53, Issue 9).
- Kemkes Ri. (2018). *Klasifikasi Hipertensi*. <https://P2ptm.Kemkes.Go.Id/Infographic/Klasifikasi-Hipertensi>
- Kemkes Ri. (2019a). *Kendalikan Faktor Risiko Hipertensi Dengan Makan Buah Dan Sayur 5PorsiPerHari*. <https://P2ptm.Kemkes.Go.Id/Infographic/KendalikanFaktorRisikoHipertensiDenganMakan-Buah-DanSayur-5-Porsi-Per-Hari>
- KemkesRi.(2019b).*PanduanMengalag Kemitraan Di Bidang Kesehatan*. Kemkes Ri.
- Kemkes Ri. (2021a). *Cegah Hipertensi Yang Merupakan Faktor Risiko Terkena Penyakit Jantung Koroner Dengan Pola HidupSehat*. <https://P2ptm.Kemkes.Go.Id/Infographic/Cegah-Hipertensi-Yang-Merupakan-Faktor-RisikoTerkenaPenyakit-Jantung-Koroner-Dengan-Pola-Hidup-Sehat-Berikut-Ini>
- Kemkes Ri. (2021b). *Hipertensi Penyebab Utama Penyakit Jantung, Gagal Ginjal, Dan Stroke*. <https://P2ptm.Kemkes.Go.Id/Tag/HipertensiPenyebab-Utama-Penyakit-Jantung-Gagal-Ginjal-Dan-Stroke>
- Lukitaningtyas,D.(2023). Hipertensi; ArtikelReview.*JurnalPengembanganIlmuDanPraktekKesehatan*.,2(April),114.<https://Www.Ncbi.Nlm.Nih.Gov/Books/Nbk558907/>
- Nugraheni,A.,Mulyani,S.,&Cahyanto, E. B. (2019). *Hubungan Berat BadanDan Tekanan Darah Pada Lansia Relationship Between Weight And Blood Pressure In Elderly*. 7(2), 55-60.
- Nurwidhiana, N. (2018). Hipertensi Pada Pengemudi Ojek Online Dan Ojek Pangkalan Di Kota Bekasi Tahun 2017. *Environmental Occupational Health And Safety Journal*.
- Sartik. (2017). Faktor-Faktor Risiko Dan Angka Kejadian Hipertensi Pada Penduduk Palembang. *JurnalIlmuKesehatanMasyarakat*., 8(November), 180-191.
- Saryono, A. S. Dan A. P. (2018). OptimalisasiPeranKaderPosyanduDalamMeningkatkanKemandirianGiziDanKesehatan Untuk MencegahHipertensiPadaLansiaDiDesaSusunanKecamatanSumbangKabupaten Banyumas. *Medsains*, 4(1), 40-45.
- Septianto, A., Nurmutia, S., Feblidiyanti, N., & Pamulang, U.(2020).*SosialisasiPentingnya PolaHidupSehatGunaMeningkatkan Kesehatan Tubuh Pada Masyarakat Desa Kalitorong Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang Provinsi Jawa Tengah*. 1(2), 55-62.
- Stanhope, M., & Lancaster, J. (2019). *Public Health Nursing Population Centered Health Care In The Community* (10th Ed.). Missouri: Elsevier.
- Sutoni, A., & Cahyati, A. Y. (2021). Penyuluhan Pengaturan Pola HidupSehatDalamUpayaPencegahanDanPengendalianHipertensi.*IkraithAbdimas*,4(1),818.<https://Journals.UpiYai.Ac.Id/Index.Php/IkraithAbdimas/Article/Download/874/662>
- Triyanto,E.(2014).*PelayananKeperawatanBagiPenderitaHipertensi Secara Terpadu*. Graha Ilmu.
- Tsai, S. Y., Huang, W. H., Chan, H. L., & Hwang, L. C. (2021). The Role Of Smoking Cessation Programs In Lowering Blood Pressure:ARetrospectiveCohortStudy.*TobaccoInducedDiseases*,19,19.<https://Doi.Org/10.18332/Tid/142664>