



Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Penerapan Terapi Relaksasi Genggam Jari Untuk Menurunkan Nyeri Di Ruang Seruni RSUD Kabupaten Tangerang

Era Delvi Agnes Savitri¹, Dewi Nur Puspita Sari², Irda Julianida³

¹Mahasiswi Program Studi Profesi Ners, Universitas Yatsi Madani

²Dosen Keperawatan Program Studi Profesi Ners, Universitas Yatsi Madani

³Kepala Ruang Seruni/CI Lahan, RSUD Kabupaten Tangerang

Email: ^{1*}eradelvi43@gmail.com, ²dewinurpuspitasari16@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang : Hipertensi merupakan salah satu faktor penyakit yang tidak dapat menular akan tetapi mengalami dari penyebab prematur diseluruh dunia. Hipertensi dapat mengalami kerugian pada masalah kesehatan masyarakat dengan komplikasi seperti gagal jantung, stroke, dan gagal ginjal. **Tujuan Penelitian :** Mampu memberikan asuhan keperawatan dengan penerapan teknik relaksasi genggam jari untuk menurunkan nyeri pada pasien hipertensi. **Metode Penelitian :** Menggunakan metode pengumpulan data selama 3 hari melalui wawancara observasi dan pemeriksaan fisik untuk mendapatkan analisa data yang di inginkan. **Hasil Penelitian :** dari data yang di dapatkan setelah penerapan teknik relaksasi genggam jari untuk menurunkan nyeri selama 3 hari dilakukan secara rutin. Hasil sebelum penerapan terapi relaksasi genggam jari dengan skala nyeri 6 Tn. J mengatakan nyeri berkurang dibagian kepala belakang menjalar sampai ke leher, Tn J tidak tahu cara mengurangi rasa nyeri, terapi ini dilakukan 2 kali sebelum mandi dipagi hari dan sore sebelum mandi. Setelah dilakukan tindakan teknik relaksasi genggam jari pasien dapat menurunkan nyeri dari skala 6 menurun menjadi skala 2 dari sebelumnya. **Kesimpulan :** berdasarkan hasil penerapan teknik relaksasi genggam jari sebagai penatalaksanaan intervensi hipertensi berpengaruh pada pasien. Peran Tn. J **Saran :** Diharapkan dapat digunakan sebagai alternatif tindakan non farmakologi teknik relaksasi genggam jari dan sangat efektif hal ini ditunjukkan dengan Tn.J mau dan mampu melakukan teknik relaksasi genggam jari.

Kata Kunci : Hipertensi, Genggam Jari, Nyeri

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu faktor penyakit yang tidak dapat menular akan tetapi mengalami dari penyebab prematur diseluruh dunia. Hipertensi dapat mengalami kerugian pada masalah kesehatan masyarakat dengan komplikasi seperti gagal jantung, stroke, dan gagal ginjal. dari jurnal *International Classification of Disease* sebagai penyakit hipertensi sistem sirkulasi darah dan termasuk penyakit tidak menular Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) yang dilakukan oleh Departemen Kesehatan Republik Indonesia (Agustin et al. 2020).

Hipertensi salah satu penyakit tekanan darah sistolik pada tubuh seseorang lebih dari sama tingginya dapat mempengaruhi pembuluh darah nadi atau arteri dalam tubuh dari penduduk didunia dengan angka prevalensi secara *international* sebanyak 22% sedangkan angka kejadian hipertensi tertinggi sebesar 27% berada diwilayah afrika. Selanjutnya prevalensi dengan urutan ketiga sebesar 25% yaitu berada di wilayah asia tengara (Kemenkes RI, 2019). Di negara Indonesia sendiri mempunyai prevalensi hipertensi sebanyak 34,11% pada penduduk > 18 tahun keatas di tahun 2018. Prevalensi hipertensi mengalami peningkatan paling tinggi di Provinsi Kalimantan selatan (44,13%) dan urutan ke 2 di Jawa barat 39,6%) (Riskesdas, 2018). (Yasril Rahmadani, 2020).

Hipertensi pada tahun 2015 sekitar 1,13 miliar di dunia yang menderita hipertensi dengan jumlah penderita hipertensi di dunia akan terus meningkat setiap tahunnya Menurut *World Health Organization (WHO)* berdasarkan penyebab utama kematian di seluruh dunia salah satunya penyakit yang tidak menular untuk mengurangi prevalensi hipertensi 25% dengan menjaga pola makan yang baik (Maria 2022).

Hipertensi akan disebabkan beberapa faktor salah satunya Menurut *American Heart Association (AHA)* terdapat 75,5 juta penderita hipertensi diamerika 90-95% tidak diketahui penyebabnya. genetik, lingkungan, asupan garam, obesitas, kurang olahraga, jenis kelamin dan usia (Keperawatan dan Kupang 2022).

Penyakit paling terbesar Negara Indonesia berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 yaitu hipertensi. Dari hasil prevalensi usia 31-44 tahun (31,6%), usia 45-54 tahun (45,3%), usia 55-64 tahun (55,2%) dan dapat diketahui bagi orang yang menderita hipertensi dengan hasil angka pencapaian 8,8% (Somantri,2020).

Hipertensi juga banyak terkena dengan rentang usia 18 tahun sebanyak 34,11%. Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia pada tahun 2018 sebanyak 658.201.

Prevalensi penderita hipertensi terendah dari papua sebesar 22,22% dan prevalensi tertinggi penderita hipertensi dari wilayah Kalimantan Selatan sebesar 4413% (Kemenkes RI, 2019).

Jumlah penderita hipertensi dapat diketahui secara diprediksi dengan mengestimasi secara global dengan angka prevalensi berdasarkan WHO (*World Health Organization*) 26,4% dari 9,4 juta dari 1 juta miliar seluruh dunia yang terserang penyakit hipertensi dengan jumlah Negara maju yang memiliki angka prevalensi sebanyak 35% negara yang dapat berkembang dari golongan dewasa dengan angka prevalensi sebesar 40% termasuk Negara Indonesia. Pada usia dewasa pada Wilayah Amerika Serikat yang paling tertinggi dengan angka prevalensi sebesar 46% orang yang terkena hipertensi (Rihiantoro Tori, 2020).

Hipertensi hasil pengukuran tekanan darah pada penduduk usia lebih dari 18 tahun terdapat prevalensi dari Kabupaten atau Kota di Provinsi Banten yaitu sebesar 29,47% prevalensi terendah sebesar 25,77% dari Kabupaten Serang sedangkan prevalensi hipertensi tertinggi berasal dari Kabupaten Pandegelang sebesar 33,53% (Riskesdas Banten, 2018).

Hipertensi dari Data Dinas Kesehatan Kabupaten Tangerang tahun 2018 jumlah penderita tekanan darah tinggi di Kabupaten Tangerang Sebanyak 274.792 orang (Dinkes, 2019).

Dari data rekam medik RSUD Kabupaten Tangerang jumlah penderita hipertensi pada tahun 2022, prevalensinya sebanyak 1.181 orang yang mempunyai riwayat penyakit hipertensi, penyakit hipertensi dalam urutan penyakit yang ke 10. Sedangkan prevalensi dari Ruang Seruni RSUD kabupaten tangerang terhitung dari bulan Maret - Juli 2024 di temukan 91 pasien rawat inap dengan masalah hipertensi.

METODE

peneliti menggunakan metode pengumpulan data melalui pengkajian ke pasien pada tanggal 03 Juli – 05 Juli 2024 pengkajian dilakukan selama 3 hari secara langsung dengan pendekatan subjek dengan pengkajian penerapan teknik relaksasi genggam jari untuk menurunkan nyeri bagian kepala kepada pasien hipertensi dengan instrumen menggunakan numeric rating scale (NRS) untuk penilaian skala nyeri dalam memberikan penerapan teknik relaksasi genggam jari untuk menurunkan skala nyeri peneliti memberikan intervensi sesuai SOP intervensi dilakukan melalui pendekatan asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian keperawatan, diagnosis keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan, dan evaluasi keperawatan. Pada penelitian ini melakukan pengkajian ke pasien selama 3 hari berturut-turut melalui metode wawancara, observasi dan hasil pengukuran. pemilihan subjek dengan menggunakan kriteria inklusi maupun eksklusif. Metode wawancara terstruktur dengan menggunakan pedoman wawancara dan format asuhan keperawatan. Sebelum melakukan tindakan teknik relaksasi genggam jari ke pasien peneliti harus meminta persetujuan ke responden untuk mengisi formulir *informed consent* yang ditanda tangani oleh responden. Pasien mengatakan selama dirawat inap mengalami nyeri dibagian kepala belakang hingga menjalar ke leher, disertai pusing dan lemas akibat sulit tidur.

Diagnosa Keperawatan yang diambil :

- a. Nyeri akut berhubungan dengan pencedera fisiologis d.d tekanan darah meningkat.
- b. Gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur d.d nyeri dibagian kepala belakang menjalar hingga ke leher.
- c. Intoleransi aktivitas berhubungan dengan kelemahan d.d Tekanan darah berubah > 20% dari kondisi istirahat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil studi kasus dan tujuan penulisan studi kasus ini, maka penulis akan membahas tentang bagaimana penerapan "Asuhan Keperawatan Pasien Hipertensi Dengan Penerapan Terapi Genggam Jari Untuk Menurunkan Nyeri di Ruang Seruni RSUD Kabupaten Tangerang" yang dilakukan pada tanggal 03 Juli 2024 sampai tanggal 05 Juli 2024 yang meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, implementasi dan evaluasi keperawatan Sesuai dengan teori yang dijabarkan diatas penulis melakukan pengkajian pada Tn. J dengan menggunakan format pengkajian keperawatan medikal bedah yang meliputi metode wawancara, observasi dan pemeriksaan fisik untuk menambah data yang diperlukan. Pengkajian dilakukan pada tanggal 03 Februari 2024 pukul 09.00 di Ruang Seruni RSUD Kabupaten Tangerang dengan diagnosa medis hipertensi dan telah dilakukan tindakan medis Non farmakologi yaitu dengan teknik relaksasi genggam jari untuk menurunkan tingkat nyeri. Hasil dari aplikasi jurnal yang diberikan kepada Tn. J adalah dengan menggunakan intervensi penurunan intensitas nyeri menggunakan Terapi Genggam Jari yang dapat dilakukan dengan bantuan orang lain maupun sendiri. Intervensi yang diberikan dengan sesuai kebutuhan Tn. J yaitu manajemen nyeri, dengan pemberian teknik non farmakologi yaitu penerapan relaksasi genggam jari setelah dilakukan intervensi pemberian teknik terapi genggam jari selama 10 menit dilakukan pagi sebelum mandi dan sore sebelum mandi 10 menit dalam satu hari nya dengan waktu 1 menit pada Tn. J nyeri akut selama 3 hari berturut-turut, didapatkan hasil sebagai berikut :

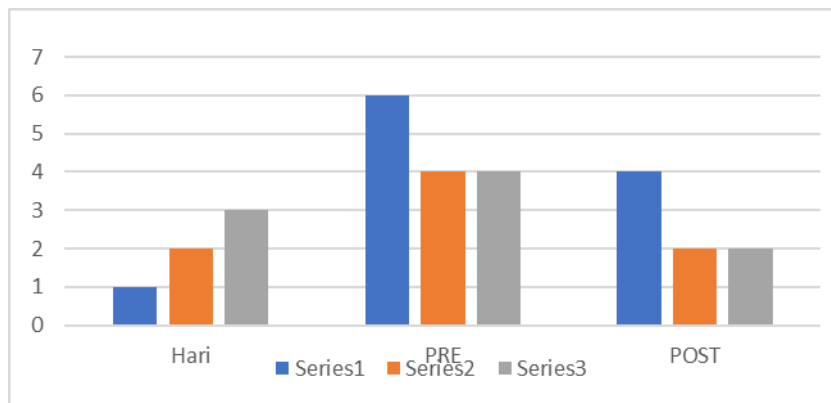
Tabel 1
Pembahasan

No	Hari/Tanggal	Intervensi	Sebelum	Sesudah
1.	Rabu, 03-07-2024	Pemberian terapi genggam jari	6	4
2.	Kamis, 04-07-2024	Pemberian terapi genggam jari	4	2
3.	Jumaat, 05-07-2024	Pemberian terapi genggam jari	4	2

Berdasarkan hasil asuhan keperawatan yang dilakukan pada tanggal 03 Juli 2024 didapatkan hasil yaitu terdapat penurunan intensitas nyeri kepala belakang hingga ke leher setelah dilakukan intervensi terapi relaksasi genggam jari untuk menurunkan rasa nyeri pada pasien adapun skala nyeri sebelum dilakukan intervensi yaitu dengan skala 6 (nyeri sedang) dan setelah dilakukan intervensi selama 3 hari skala nyeri 2 (nyeri ringan) serta didukung pula dengan hasil tanda - tanda vital sebelum dilakukan intervensi yaitu pada tanggal 03 juli 2024 hasil TD : 150/90 mmHg, N : 89 x/menit S: 36,5 C RR : 21x/mnt, SPO₂ : 98%. hari kedua pada tanggal 04 Juli 2024 dengan hasil TD : 140/85, RR : 20x/menit, N : 90 x/menit, S : 36,6, SPO₂ : 99% ,Setelah dilakukan intervensi hari ketiga pada tanggal 05 Juli 2024 hasil TD : 130/80 mmHg, N: 80 x/menit, S : 36,5 C, RR: 20x/mnt, SPO₂ : 98%. Intervensi ini diberikan sebelum diberikannya obat keterolac injeksi 1 ampul. Teknik ini dapat berhasil karena pasien dapat mengikuti instruksi intervensi terapi dengan baik dan pasien juga mengatakan nyeri berkurang setelah dilakukan terapi relaksasi genggam jari.

Terapi relaksasi genggam jari dilakukan pada hari pertama sampai dengan hari ketiga yaitu pada pasien dengan hipertensi dengan keluhan utama nyeri yang telah dirasakan oleh Tn J nyeri kepala bagian belakang hingga menjalar sampai ke leher setelah TD naik mencapai 150/90 mmhg klien merasa tidak bisa tidur mengalami kesulitan untuk tidur akibat nyeri, disertai pusing dan lemas. klien mengatakan mempunyai riwayat hipertensi sejak 5 tahun lalu klien mengatakan nyeri dibagian kepala belakang menjalar hingga ke bagian leher dengan skala nyeri 6 yang dirasakan oleh Tn J seperti tertusuk- tusuk.

tabel 2
sebelum dan sesudah penerapan teknik relaksasi genggam jari



Berdasarkan hasil Implementasi Terapi genggam jari dalam mengontrol intensitas nyeri selama 3 hari, dimana untuk hari pertama sebelum diberikan terapi genggam jari, skala nyeri yaitu 6, setelah dilakukan terapi relaksasi genggam jari skala nyeri menurun menjadi skala 4, setelah diberikan terapi genggam jari adanya perubahan dari skala nyeri dapat menurun dan hari kedua sebelum dilakukan terapi relaksasi genggam jari skala nyeri pasien 4 setelah dilakukan terapi relaksasi genggam jari skala nyeri berkurang menjadi skala nyeri 2 setelah diberikan terapi genggam jari skala nyeri menurun dan setelah hari ketiga terapi genggam jari skala nyeri pasien sebelum dilakukan tindakan genggam jari skala nyeri 4 setelah dilakukan tindakan terapi relaksasi genggam jari skala nyeri menurun menjadi skala 2 (nyeri ringan).

Pada kasus pasien di Ruang Seruni RSUD Kabupaten tangerang dengan diagnosa medis hipertensi yang timbul masalah pada nyeri akut yang ditandai dengan nyeri kepala bagian belakang hingga menjalar sampai leher di tandai dengan peningkatan tekanan darah. Diagnosa keperawatan kedua yaitu gangguan pola tidur adanya kurang kontrol tidur yang ditandai dengan nyeri dibagian kepala belakang hingga ke leher . Diagnosa ketiga yaitu intoleransi aktivitas yang ditandai adanya dengan badan lemas dan pusing ditandai dengan tekanan darah meningkat. Sehingga penulis mengambil intervensi terapi relaksasi

genggam jari dilakukan dipagi hari saat pasien baru saja bangun tidur dan tiap sore sebelum mandi sehingga pasien tampak lebih fresh dan tenang.

Klien sudah mulai belajar secara mandiri dengan teknik relaksasi genggam jari selama 3 hari dengan implementasi sebagai berikut :

➤ **Implementasi hari ke 1**

03 Juli 2023 Jam 09.00 Wib

Dilakukannya terapi relaksasi genggam jari dihari pertama sebelum diberikan terapi relaksasi genggam jari dengan skala nyeri 6 setelah dilakukan terapi relaksasi genggam jari skala nyeri menurun dengan skala nyeri 4. pasien mengatakan sudah mulai merasa lebih baik nyeri menurun dari sebelumnya sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi genggam jari dapat menurunkan nyeri.

➤ **Implementasi hari ke 2**

04 Juli 2024 Jam 09.00 Wib

Dilakukannya terapi relaksasi genggam jari untuk menurunkan nyeri di hari kedua pasien dapat mengikuti dan mengingat teknik relaksasi genggam jari yang sudah diberikan dihari pertama dilanjut pada hari kedua sebelum dilakukan terapi relaksasi genggam jari didapatkan skala nyeri 4 setelah di lakukan terapi relaksasi genggam jari terdapat penurunan dengan skala nyeri 2.

➤ **Implementasi hari ke 3**

05 Juli 2024

Dilakukan terapi relaksasi genggam jari dihari pertama sampai hari ke 3 sebelum melakukan terapi relaksasi genggam jari pada hari ketiga dengan skala nyeri 4 setelah dilakukan terapi relaksasi genggam jari skala nyeri dapat menurun dengan skala nyeri 2. Pasien juga mengatakan nyeri kepala bagian belakang hingga menjalar sampai leher sudah berkurang setelah dilakukan terapi relaksasi genggam jari sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi relaksasi genggam jari dapat memberikan pengaruh untuk menurunkan nyeri.

Teknik Relaksasi genggam jari *Menurut American National Health Interview Survey, 2007* bahwasannya pendekatan kesehatan secara komprehensif untuk tehnik relaksasi pada orang dewasa yaitu 12,7% menggunakan nafas dalam, 2,9% menggunakan relaksasi progresif dan 2,2% menggunakan teknik genggam jari (Nurlaeci, 2020).

Relaksasi genggam jari dari Liana tahun 2014 relaksasi genggam jari merupakan cara yang mudah untuk mengelola perasaan serta emosi dan mengembangkan kecerdasan emosional pada seseorang dan untuk mengurangi nyeri. Di sepanjang jari-jari tangan kita terdapat saluran-saluran atau energi yang terhubung dengan berbagai organ dan emosi terapi relaksasi genggam jari diberikan rangsangan secara refleks (spontan) pada saat genggam jari (Siauta, Embuai, dan Tuasikal 2020).

Relaksasi genggam jari dari Liana tahun 2014 relaksasi genggam jari merupakan cara yang mudah untuk mengelola perasaan serta emosi dan mengembangkan kecerdasan emosional pada seseorang dan untuk mengurangi nyeri. Di sepanjang jari-jari tangan kita terdapat saluran-saluran atau energi yang terhubung dengan berbagai organ dan emosi terapi relaksasi genggam jari diberikan rangsangan secara refleks (spontan) pada saat genggam jari (Siauta, Embuai, dan Tuasikal 2020).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil implementasi dan evaluasi selama 3 hari dengan intervensi penerapan terapi finger hold (genggam jari) untuk menurunkan skala nyeri pada pasien hipertensi. didapatkan hasil bahwa ada perubahan secara objektif dan subjektif pada pasien dengan nyeri kepala hingga menjalar sampai ke leher setelah diberikan terapi finger hold (genggam jari) dalam waktu 20 menit satu jari dilakukan tindakan dalam 1 menit dapat dilakukan sehari minimal 2 kali pagi sebelum mandi 10 menit dan sore sebelum mandi 10 menit secara bertahap selama 3 hari. Dilakukan terapi genggam jari untuk mengurangi nyeri kepala pada pasien yang dilakukan secara multi disiplin sangat perlu dilakukan mengingat manajemen nyeri termasuk indikator manajemen nyeri termasuk indikator mutu pelayanan institusi rumah sakit. Pengendalian rasa nyeri pada pasien dengan nyeri dibagian kepala belakang hingga menjalar sampai ke leher sangat penting dalam tantangan pelayanan keperawatan. perawat berperan penting dalam menurunkan skala nyeri pada pasien yang mengalami nyeri kepala bagian belakang hingga menjalar sampai ke bagian leher, perawat melakukan tindakan dengan intervensi pemberian terapi non farmakologis dengan terapi finger hold atau relaksasi handgrip untuk mengurangi rasa nyeri dibagian kepala belakang hingga menjalar sampai ke leher. Teknik relaksasi genggam jari Finger hold skala nyeri ini dapat dilakukan dengan cara yang sederhana biaya yang sangat tidak besar relatif murah dan dapat dilakukan secara mandiri oleh keluarga pasien atau diikuti oleh perawat yang mengajarkannya. Peneliti mencoba melakukannya dengan cara membimbing pasien dan praktek berdasarkan prosedur SOP yang sudah dibuat prosedur relaksasi teknik genggam jari (handgrip). Pasien yang diterapi hanya mendengarkan penjelasan perawat hingga akhirnya pasien fokus pada kata-kata perawat dan mau

melakukan apa yang dicontohkan oleh perawat dalam hal ini perawat terlibat langsung untuk memberikan contoh sesuai prosedur yang telah dibuat untuk pasien.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada pihak-pihak yang telah mendukung terlaksananya penelitian ini yaitu terkait kepada Kepala Ruang Seruni RSUD Kabupaten Tangerang yang telah menyediakan tempat penelitian dan membimbing mahasiswi, kepada Dosen Pembimbing Universitas Yatsi Madani yang sudah memfasilitasi tempat penelitian dan dalam membimbing mahasiswi, serta pasien yang bersedia menjadi responden, dan terutama terimakasih banyak kepada kedua orangtuaku yang sudah memberikan support system dalam menyusun penelitian ini, atas bantuan dan kerjasamanya sehingga penelitian ini dapat terselesaikan sesuai waktu yang telah ditetapkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, Wahyu Rima, Sylvia Rosalina, Nurul Devi Ardiani, dan Wahyuningsih Safitri. 2019. “Pengaruh Terapi Relaksasi Genggam Jari Dan Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kartasura.” *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*: 108–14
- Handoyo, Handoyo, Hartati Hartati, dan Ratifah Ratifah. 2022. “Pemberdayaan Kelompok Peduli Hipertensi Melalui Pelatihan Kesehatan Tentang Teknik Relaksasi Genggam Jari (Finger Hold) Di Desa Mersi Purwokerto Timur.” *Jurnal EMPATI (Edukasi Masyarakat, Pengabdian dan Bakti)* 3(1): 1.
- Harmawati, dan Etriyanti. 2019. “Manajemen Nyeri Teknik Relaksasi Genggam Jari.” *Jurnal Abdimas Sainatika* 1(1): 124–28.
- Keperawatan, Jurusan, dan Poltekkes Kemenkes Kupang. 2022. “Flobamora Nursing Jurnal; Vol 2, No 1, Bulan Oktober Tahun 2022 Website: <http://jurnal.poltekkeskupang.ac.id/index.php/fnj> Open Access.” 2(1).
- Maria, Dely. 2022. “Finger clasp relaxation as therapeutic for reducing headache scale in hypertension cases.” *International Journal Of Community Medicine And Public Health* 9(11): 4230.
- Nugroho, Taufan. 2017. *Asuhan Keperawatan*. Yogyakarta.
- Padila. 2018. *Asuhan Keperawatan Penyakit Dalam*. Yogyakarta.
- Pudiasuti, Ratna Dewi. 2018a. *Penyakit-Penyakit Mematikan*. Nuha Medik. Yogyakarta.
- Pudiasuti 2018. *Penyakit-Penyakit Mematikan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Rihiantoro Tori, dan Muji Widodo. 2019. “Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi di Kabupaten Tulang Bawang.” (October 2017).
- Rodianah, Siti, dan Siti Aisah. 2023. “Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Diabetes Melitus Dengan Penerapan Terapi Relaksasi Hipnosis Lima Jari.”
- Siauta, Moomina, Selpina Embuai, dan Hani Tuasikal. 2020. “Penurunan nyeri kepala penderita hipertensi menggunakan relaksasi handgrip.” *Borneo Nursing Journal (BNJ)* 2(1): 7–11. <https://akperyarsismd.e-journal.id/BNJ>.
- Siregar, Rafika Nur. 2024. “Jurnal Kesmas Prima Indonesia Efektivitas Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di.” 8(1).
- Somantri, Ucu Wandu. 2020. “Efektivitas Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Kondang Jaya Pandegelang – Banten.” *Efektivitas Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Kondang Jaya Pandegelang – Banten* 1(2): 57–63.
- Wijaya, Andra Saferi dan yessie Mariza Putri. 2017. *Keperawatan Medikal Bedah*. Nuha Medik. Yogyakarta.
- Yasril, Abdi Iswahyudi, dan Widya Rahmadani. 2020. “Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Sikolos Kota Padang Panjang Tahun 2019.” 15(2): 33–43.