

PENGARUH EDUKASI KEPERAWATAN TERHADAP ANSIETAS DAN KEPATUHAN MINUM OBAT PADA PENDERITA HIPERTENSI DI HUNIAN TETAP KABUPATEN LUMAJANG

Yosafat Alvin Samuel¹, Yunita Astriani Hardayati²

^{1,2}STIK Sint Carolus

Email: yosafatalvin36@gmail.com¹, yunitastiksc@gmail.com²

ABSTRAK

Bencana merupakan peristiwa yang dapat menimbulkan *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD). Dampak yang timbul akibat PTSD yaitu kecemasan yang berkepanjangan dan mempengaruhi kesehatan fisik salah satunya yaitu meningkatkan tekanan darah atau hipertensi. Tujuan studi kasus ini untuk menunjukkan keberhasilan teknik relaksasi napas dalam dan hipnosis lima jari pada penderita ansietas dengan hipertensi. Metode yang digunakan yaitu metode pre eksperimental dengan *pre-test* dan *post-test*. Studi ini dilakukan pada 5 klien yang mengalami ansietas dengan riwayat hipertensi pada November 2023. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive* sampling dengan kriteria klien dengan riwayat hipertensi, memiliki ansietas dengan adanya jawaban klien pada SRQ no. 25-29. Intervensi yang dilakukan pada studi ini yaitu teknik relaksasi napas dalam, hipnosis lima jari, edukasi hipertensi dan membuat jadwal pertemuan sebanyak 4 kali selama 14 hari dengan mengunjungi rumah masing-masing klien. Pemberian intervensi ini dilakukan secara promosi melalui *flyer* dan demonstrasi. Hasil intervensi yang diberikan yaitu pemberian pendidikan kesehatan terkait hipertensi dan kepatuhan minum obat berpengaruh dalam pengetahuan dan kepatuhan klien. Intervensi teknik relaksasi napas dalam dan hipnosis lima jari efektif untuk menurunkan tekanan darah dan nilai ansietas. Selain dari tekanan darah dan nilai ansietas menurun, klien mengatakan lebih tenang, rileks dan dapat mengontrol diri dan tidak terfokus pada trauma yang dialami pasca bencana.

Kata Kunci: Bencana, Hipertensi, Hipnosis Lima Jari, Ansietas, Teknik Relaksasi Napas Dalam

ABSTRACT

Disasters are events that can cause *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD). The impact that arises from PTSD is prolonged anxiety and affects physical health, one of which is increasing blood pressure or hypertension. This case study aims to show the success of deep breathing relaxation techniques and five-finger hypnosis in anxiety sufferers with hypertension. The method used is the pre-experimental method with *pre-test* and *post-test*. This research was conducted on 5 client who experienced anxiety with a history of hypertension in November 2023. Sampling was carried out using a *purposive* sampling technique with the criteria of clients with a history of hypertension, having anxiety with the client's answer to SRQ no. 25-29. The interventions carried out in this study were deep breathing relaxation techniques, five-finger hypnosis, hypertension education, and scheduling 5 meetings over 14 days by visiting each client's home. This intervention is provided in a promotional manner through flyers and demonstrations. The intervention results, namely providing health education related to

hypertension and compliance with taking medication, influenced the client knowledge and compliance. Deep breathing relaxation techniques and five-finger hypnosis interventions are effective in reducing blood pressure and anxiety scores. Apart from decreasing blood pressure and anxiety scores, client said they were calmer, more relaxed, and able to control themselves and were not focused on the trauma experienced after the disaster.

Keywords: Disaster, Hypertension, Five-Finger Hypnosis, Anxiety, Deep Breathing Relaxation Techniques

PENDAHULUAN

Bencana merupakan suatu peristiwa yang tidak dapat diprediksi kapan terjadinya dan dapat menimbulkan korban luka maupun jiwa, serta mengakibatkan kerusakan dan kerugian. Bencana juga dapat menyebabkan kerugian harta benda dan dampak psikologis (Utami, 2021). Berada di kawasan *Ring of Fire* membuat Indonesia sering mengalami bencana vulkanik atau gunung meletus. Gunung meletus merupakan bencana alam yang masuk urutan ketiga sebagai bencana yang memiliki risiko tinggi setelah tsunami dan gempa bumi. Seperti yang diketahui bahwa pada Desember 2021 telah terjadi erupsi Gunung Semeru. Gunung Semeru merupakan gunung tertinggi di Pulau Jawa, tepatnya terletak di Kabupaten Lumajang, Jawa Timur. Gunung Semeru sendiri telah mengalami beberapa kali letusan adanya letusan Gunung Semeru tentunya memberikan dampak yang cukup besar bagi aspek kehidupan, baik dalam aspek fisik, sosial, psikologis, dan berpotensi mengalami *Post-Traumatic Traumatic Stress Disorder* (PTSD) (Purnama et al., 2022)

Para penyintas menjadi lebih cemas karena ketakutan akan kematian, ketakutan akan bencana yang berkelanjutan, dan perasaan kesepian (Rahmawati et al., 2024). Berdasarkan hasil pengkajian terhadap penyintas Semeru ditemukan bahwa banyak masyarakat yang mengalami ansietas dan hipertensi. Kondisi cemas dalam jangka waktu yang panjang akan meningkatkan respons simpatik dan lebih mudah mengaktifkan sistem saraf simpatik. Aktivasi sistem saraf simpatik tidak hanya mengurangi aliran darah ginjal, meningkatkan retensi air dan natrium ginjal, dan meningkatkan tekanan darah. Mekanisme antara ansietas dan hipertensi adalah bersifat kompleks. Secara umum, ansietas meningkatkan tekanan darah, resistensi vaskular sistemik, aktivitas simpatik, aktivitas renin plasma, homeostasis, dan lipid darah (Pujiati & W, 2022).

Peneliti juga menemukan bahwa sebagian besar masyarakat tidak mengerti penyakit hipertensi yang dideritanya sehingga berpengaruh kepada kepatuhan minum obat. Pengertian akan penyakit hipertensi merupakan hal yang penting sebab hipertensi disebut juga “*the silent*

killer” karena hipertensi terjadi tanpa tanda dan gejala, sehingga penting bagi penderita hipertensi untuk mengetahui menjaga pola hidup sehat dan pentingnya mengkonsumsi obat hipertensi secara rutin (Marbun & Hutapea, 2022). Menurut Nova & Hasni (2022), pemberian obat antihipertensi menjadi pilihan terapi pada pasien dengan hipertensi. Obat antihipertensi diberikan dengan tujuan untuk memberikan proteksi terhadap jantung dan ginjal, juga mempertimbangkan kebutuhan pasien serta efek samping yang mungkin timbul. Dalam hal ini peneliti melakukan implementasi kesehatan dengan mengajarkan teknik relaksasi nafas dalam dan hipnosis 5 jari untuk mengatasi masalah ansietas dan melaksanakan edukasi kesehatan tentang hipertensi. Penulis juga menyebarkan kuesioner *SRQ*, pengetahuan, dan kepatuhan minum obat hipertensi.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam studi kasus. Penulis melakukan intervensi keperawatan terhadap 5 klien yang memiliki hipertensi pada penyintas Gunung Semeru pada November 2023. Intervensi yang dilakukan yaitu mengkaji tingkat kecemasan klien, mengajarkan teknik relaksasi nafas dalam, hipnosis 5 jari, dan penyuluhan kesehatan mengenai hipertensi yang dilakukan selama 14 hari dengan total 4 kali pertemuan. Studi kasus ini menggunakan 3 kuesioner yaitu *SRQ*, tingkat pengetahuan terkait hipertensi, kepatuhan minum obat untuk klien dengan hipertensi.

Kuesioner *SRQ* (*Self-Reporting Questionnaire*) berjumlah 29 item. Kuesioner pengetahuan terkait hipertensi menggunakan 10 pertanyaan dari penelitian Septianingsih (2018). Kuesioner ini telah diuji cobakan pada 79 responden didapatkan korelasi item-total yaitu 0,560 hingga 0,846 dan nilai *alpha Cronbach* sebesar 0,938. Sistem penilaian yang digunakan adalah pengetahuan baik ≥ 50 dan pengetahuan kurang baik < 50 . Kuesioner *MMAS-8* yang terdiri dari 8 pertanyaan dan digunakan untuk mengukur kepatuhan pengobatan terutama pada klien yang menjalani pengobatan jangka panjang. Kuesioner *MMAS-8* diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia. *MMAS-8* versi bahasa Indonesia telah teruji validitas dan reliabilitasnya (nilai *alpha Cronbach*: 0,82). Sistem penilaian yang digunakan adalah patuh minum obat dengan nilai ≥ 4 dan tidak patuh minum obat dengan nilai < 4 . Data tekanan darah, pengetahuan, ansietas dan kepatuhan minum obat dilakukan pengujian dengan membandingkan *pre test* dan *post test*.

Pertemuan	Intervensi	Durasi
1	Pengkajian - Mengkaji tingkat kecemasan pada klien - Mengkaji pengetahuan klien terkait penyakit hipertensi - Kaji alasan klien terhadap kepatuhan minum obat	45 menit
2	Intervensi Kecemasan PTSD : - Mengajarkan teknik relaksaksi nafas dalam - Mengajarkan hipnosis lima jari - Evaluasi perasaan klien setelah dilakukan intervensi - Memotivasi klien untuk melakukan secara mandiri	45 menit
3	Edukasi Kesehatan : - Melakukan edukasi tentang hipertensi meliputi : pengertian, tanda dan gejala, komplikasi hipertensi, cara penatalaksanaan hipertensi secara mandiri (pola hidup sehat) - Melakukan edukasi terkait kepatuhan minum obat	45 menit
4	Evaluasi : - Meminta klien untuk melakukan secara mandiri teknik relaksaksi nafas dalam dan hipnosis 5 jari - Meminta klien untuk menyebutkan cara menjaga hipertensi dengan pola hidup sehat - Klien mampu menjelaskan pentingnya mengkonsumsi obat antihipertensi secara	60 menit

	rutin	
--	-------	--

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Klien

Tabel 2 menunjukkan seluruh klien yaitu perempuan (100%). Usia <60 tahun sebanyak 2 orang (40%) dan sebanyak 3 orang (60%) memiliki usia ≥ 60 tahun. Seluruh responden memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga (100%).

Tabel. 2 Karakteristik Klien

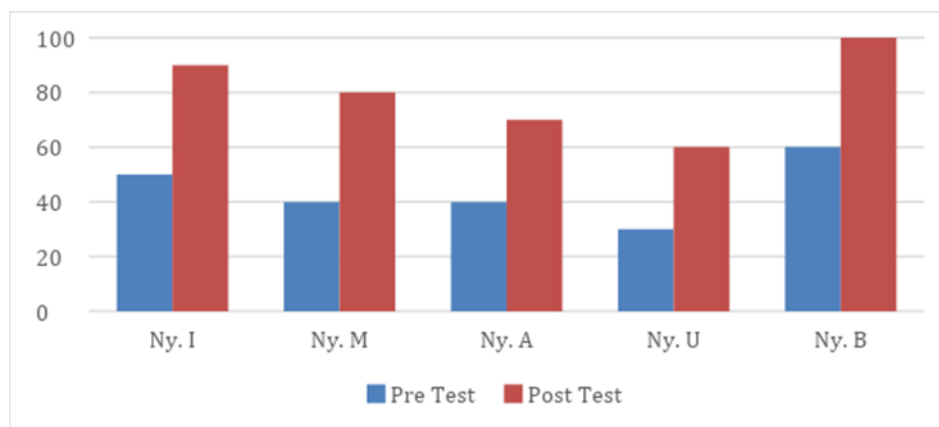
Karakteristik Klien	Total	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Perempuan	5	100
Laki – laki	0	0
Usia		
<60 tahun	2	40
≥ 60 tahun	3	60
Pekerjaan		
Ibu rumah tangga	5	100
Lainnya	0	0

Hasil studi kasus ini menunjukkan seluruh klien merupakan perempuan (100%). Seluruh klien memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga (100%). Sejalan dengan penelitian Falah (2019) tentang hubungan jenis kelamin dengan angka kejadian hipertensi dengan total responden 120 orang menyebutkan bahwa perempuan merupakan mayoritas responden dengan penderita hipertensi yaitu 27 orang (45%) dan laki – laki yaitu 15 orang (25%). Hal ini disebabkan bahwa perempuan yang sudah menopause mengalami kadar esterogen yang rendah yang dapat menimbulkan hipertensi. Seluruh klien merupakan ibu rumah tangga karena merupakan korban gunung meletus sehingga tidak ada pekerjaan yang bisa dilakukan oleh korban bencana.

Usia <60 tahun sebanyak 2 orang (40%) dan sebanyak 3 orang (60%) memiliki usia ≥ 60 tahun. Menurut penelitian Pratama, dkk. (2020) menyebutkan bahwa 68 responden yang mengalami hipertensi memiliki usia 45 tahun keatas. Hal ini disebabkan oleh terjadinya pengurangan kapasitas dan rekoil darah melalui pembuluh darah sehingga arteri menjadi melebar dan kaku yang dapat mengakibatkan hipertensi. Penelitian Inayah & Reza (2021) dengan 40 responden menyebutkan bahwa sebanyak 18 responden (45%) berusia 45-54 tahun, 14 responden (35%) berusia 55-65 tahun dan 8 responden (20%) berusia 66-90 tahun. Usia menjadi pengaruh dalam kejadian hipertensi karena semakin bertambahnya usia maka fungsi organ dalam tubuh menjadi menurun salah satunya yaitu jantung, pembuluh darah dan hormon yang dapat mempengaruhi seseorang mengalami hipertensi (Siwi dkk. 2020).

Perubahan Tingkat Pengetahuan

Grafik 1 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan 5 klien mengalami peningkatan setelah dilakukan penyuluhan kesehatan terkait hipertensi



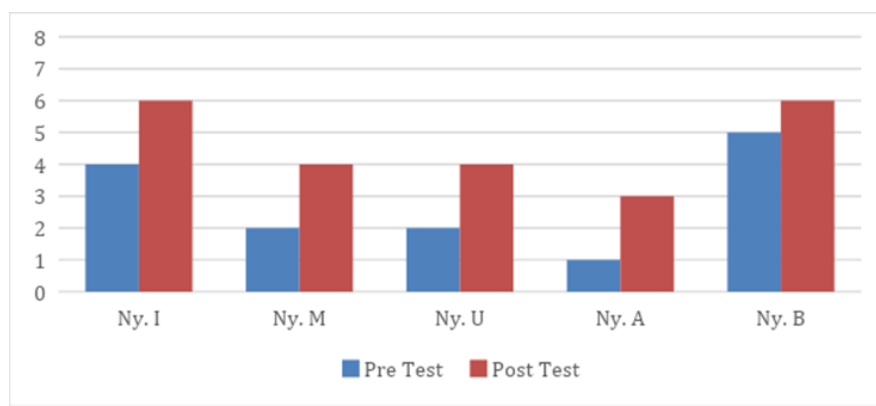
Grafik 1. Perubahan Tingkat Pengetahuan

Studi kasus ini menunjukkan hasil dari *pre - test* tentang pengetahuan hipertensi di Desa Sumber Mujur didapatkan bahwa 3 dari 5 klien memiliki pengetahuan yang kurang. Peneliti melakukan penyuluhan kesehatan tentang hipertensi. Penyuluhan kesehatan yang diberikan berupa pemberian edukasi mengenai definisi, tanda gejala, cara pencegahan dan penanganan hingga kepatuhan minum obat pada penderita hipertensi. Penyuluhan kesehatan memiliki orientasi terhadap perubahan perilaku sehat ke arah yang lebih positif. Penyuluhan kesehatan mempunyai tujuan utama yaitu adanya peningkatan pengetahuan peserta atau sasaran mengenai kesehatan (Arpina Fajarnita & Herlitawati Herlitawati, 2023). Media yang digunakan sebagai bahan penyuluhan berupa *flyer* yang dibagikan ke seluruh klien.

Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan tentang hipertensi didapatkan hasil dari *post - test* pengetahuan dari 5 klien meningkat, sehingga dikategorikan menjadi pengetahuan baik. Dapat disimpulkan bahwa pemberian pendidikan kesehatan terkait hipertensi pada 5 klien yang mengalami hipertensi di Kabupaten Lumajang berhasil dilakukan. Dilihat dari hasil *pre-test* dan *post-test* mengalami peningkatan pengetahuan pada klien.

Perubahan Kepatuhan Pengobatan

Grafik 2 menunjukkan perubahan kepatuhan pengobatan setelah dilakukan edukasi dan terapi pada 5 klien.



Grafik 2. Perubahan Kepatuhan Pengobatan

Berdasarkan hasil *pre test* klien memiliki kepatuhan minum obat yang kurang baik, setelah dilakukan penyuluhan terkait kepatuhan minum obat hasil *post test* meningkat menjadi baik. Peneliti juga melakukan pengkajian dengan klien mengenai kepatuhan minum obat, lima klien mengatakan bahwa obat hipertensi sulit didapatkan karena jarak dari hunian tetap ke fasilitas kesehatan, sehingga klien sulit untuk memperoleh obat hipertensi. Menurut penelitian (Astuti et al., 2019) dekatnya jarak pembelian obat dengan tempat tinggal memberikan manfaat bagi pasien untuk ketersediaan pengobatan, selain itu juga menghemat biaya dan waktu.

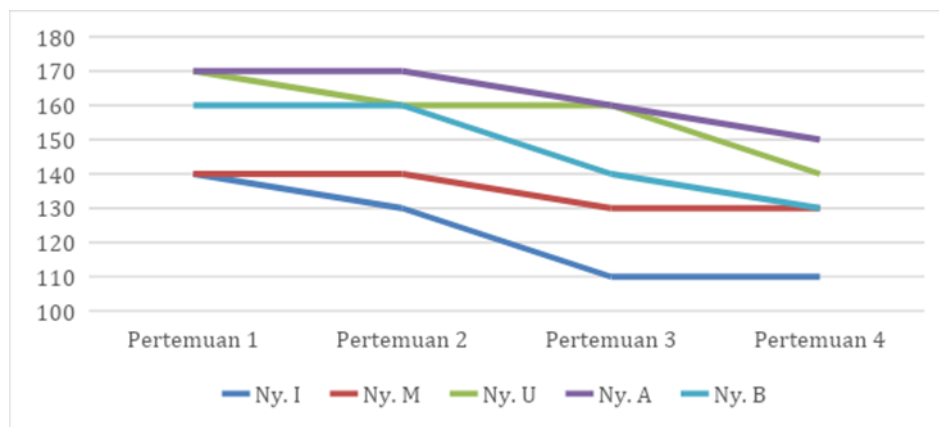
Perubahan Tekanan Darah

Grafik 3 menunjukkan bahwa tekanan darah sistolik dan diastolik klien mengalami penurunan setelah dilakukan intervensi teknik relaksasi napas dalam dan hipnosis lima jari. Berdasarkan hasil *pre test* klien memiliki kepatuhan minum obat yang kurang baik, setelah dilakukan penyuluhan terkait kepatuhan minum obat hasil *post test* meningkat menjadi baik. Peneliti juga melakukan pengkajian dengan klien mengenai kepatuhan minum obat, lima klien mengatakan bahwa obat hipertensi sulit didapatkan karena jarak dari hunian tetap ke fasilitas

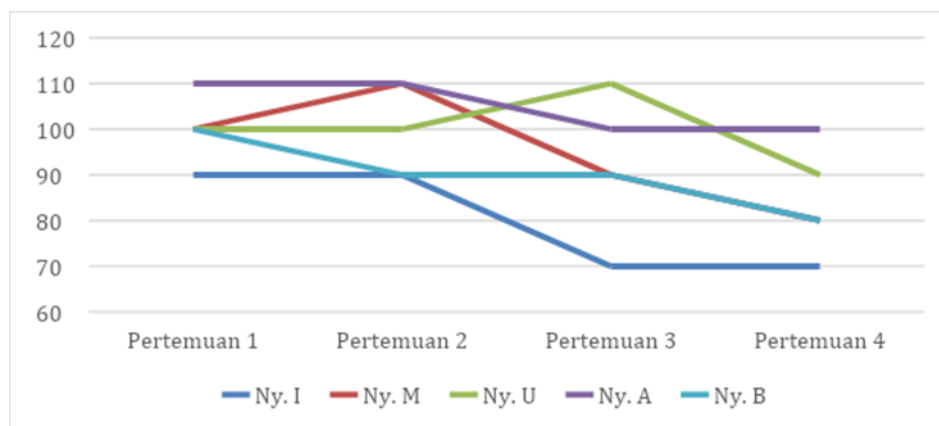
kesehatan, sehingga klien sulit untuk memperoleh obat hipertensi. Menurut penelitian (Astuti et al., 2019) dekatnya jarak pembelian obat dengan tempat tinggal memberikan manfaat bagi pasien untuk ketersediaan pengobatan, selain itu juga menghemat biaya dan waktu.

Perubahan Tekanan Darah

Grafik 3 menunjukkan bahwa tekanan darah sistolik dan diastolik klien mengalami penurunan setelah dilakukan intervensi teknik relaksasi napas dalam dan hipnosis lima jari



Grafik 3. Tekanan Darah Sistol Klien



Grafik 4. Perubahan Tekanan Darah

Studi kasus ini menunjukkan bahwa 5 klien mengalami hipertensi saat dilakukan pengukuran pertama kali sebelum dilakukan intervensi teknik relaksasi napas dalam dan hipnosis lima jari. Setelah dilakukan teknik relaksasi napas dalam dan hipnosis lima jari pada 5 klien, didapatkan hasil bahwa seluruh klien mengalami penurunan tekanan darah.

Menurut Parinduri (2020) teknik relaksasi yang efektif dapat menurunkan denyut jantung dan tekanan darah. Terapi relaksasi nafas dalam untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi dipilih karena terapi relaksasi nafas dalam dapat dilakukan secara mandiri,

relatif mudah dilakukan daripada terapi non-farmakologis lainnya, tidak membutuhkan waktu lama.

Teknik hipnotis lima jari merupakan suatu bentuk pengalihan situasi *self hypnotic* yang dapat menimbulkan efek relaksasi, sehingga akan mengurangi kecemasan, ketegangan, dan stres dari pikiran seseorang yang dapat berpengaruh pada pernafasan, denyut jantung, denyut nadi, tekanan darah, mengurangi ketegangan otot, memperkuat ingatan pengeluaran hormon yang dapat memicu timbulnya kecemasan, dan mengatur hormon yang berkaitan dengan stres (Pratama et al., 2020)

Perubahan Nilai SRQ

Tabel. 3 *Pre Test SRQ*

Tabel 3 menunjukkan bahwa klien kemungkinan mengalami gangguan psikiatri dilihat dari *pre-test SRQ*

N o.	Item SRQ	Ny. I	Ny. M	Ny. U	Ny. A	Ny. B
1	Neurosis	4	3	1	2	1
2	Psikoakti f	0	0	0	0	0
3	Psikotik	0	0	0	0	0
4	PTSD	3	2	2	4	2

Tabel. 4 *Post Test SRQ*

Tabel 4 menunjukkan bahwa adanya perubahan nilai SRQ sebelum dan sesudah intervensi dilakukan

No .	Item SRQ	Ny. I	Ny. M	Ny. U	Ny. A	Ny. B
1	Neurosis	0	0	0	0	0
2	Psikoaktif	0	0	0	0	0
3	Psikotik	0	0	0	0	0
4	PTSD	0	0	1	1	0

Peneliti melakukan intervensi keperawatan berupa terapi teknik relaksasi napas dalam dan hipnosis lima jari. Sebelum melakukan intervensi, peneliti harus membina hubungan saling

percaya terhadap klien yang mengalami ansietas. Membina hubungan saling percaya dilakukan selama dua kali pertemuan. Hal yang terpenting dilakukan saat memberikan perawatan pada klien dengan masalah kesehatan jiwa yaitu membina hubungan saling percaya untuk memberikan kepercayaan pada klien bahwa intervensi yang dilakukan akan membantu klien (Alfriyani & Mustikasari, 2024). Setelah membina hubungan saling percaya, klien menerima peneliti untuk melakukan intervensi keperawatan terkait dengan ansietas dalam menurunkan kecemasan dan ketakutan klien.

Hasil dari studi kasus ini yaitu 3 dari 5 (60%) klien sudah tidak mengalami ansietas, namun masih ada 2 klien (40%) masih mengalami ansietas namun sudah menurun dilihat dari hasil kuesioner SRQ yang dilakukan. Penulis memberikan teknik relaksasi napas dalam pada 5 klien dengan tujuan menenangkan klien agar tidak terfokus pada kejadian – kejadian yang terjadi saat mengalami bencana. Saat mengalami dan setelah bencana gunung meletus klien merasa ketakutan dan cemas dengan kejadian hingga takut dan cemas akan mengalami bencana kembali.

Teknik relaksasi napas dalam diberikan pada klien dengan masalah kesehatan jiwa khususnya pada klien ansietas sangat efektif untuk menurunkan depresi, kecemasan, kegelisahan dan ketakutan pasca mengalami bencana (Tasijawa et al., 2020). Maka dari itu, pemberian teknik relaksasi napas dalam yang diberikan oleh peneliti pada klien efektif menurunkan nilai ansietas yang dirasakan sesuai dengan nilai *pre-test* dan *post-test*. Pada penelitian Hafid, dkk. (2023) yang dilakukan pada penyintas yang berjumlah 59 responden menyebutkan bahwa latihan hipnosis lima jari mampu menurunkan nilai ansietas. Klien mengaku bahwa setelah dilakukan hipnosis lima jari, klien merasa lebih tenang, rileks dan dapat mengontrol diri dan tidak terfokus pada trauma yang dialami pasca bencana. Hipnosis lima jari mampu menurunkan tingkat kecemasan pada klien dengan ansietas karena memberikan efek relaksasi pada seseorang yang melakukan hipnosis lima jari dengan tepat.

KESIMPULAN

Hasil studi menunjukkan bahwa klien dengan ansietas penderita hipertensi di kabupaten menurunkan minat untuk memelihara kesehatan sehingga peneliti memberikan intervensi Lumajang, Jawa Timur mengalami peningkatan tekanan darah saat merasakan ketakutan dan kecemasan. Gangguan psikologis yang terjadi mampu mempengaruhi tekanan darah dan berupa pendidikan kesehatan terkait hipertensi dan kepatuhan minum obat, pemberian terapi relaksasi napas dalam dan hipnosis lima jari pada lima klien. Dengan diberikan pendidikan

kesehatan, seluruh klien mengalami peningkatan pengetahuan dan kepatuhan minum obat yang baik. Teknik relaksasi dan hipnosis lima jari yang diberikan oleh peneliti mampu menurunkan tekanan darah dan nilai ansietas klien yang dilakukan sebanyak 4 kali pertemuan dalam jangka waktu 14 hari. Selain dari tekanan darah dan nilai ansietas menurun, klien mengatakan lebih tenang, rileks dan dapat mengontrol diri dan tidak terfokus pada trauma yang dialami pasca bencana.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfriyani, M., & Mustikasari. (2024). *Cognitive Behavior Therapy (CBT) Terhadap Kecemasan, Stres, dan Peningkatan Resiliensi pada Korban Pasca Bencana Banjir*. 4(02), 7823–7830.
- Arpina Fajarnita, & Herlitawati Herlitawati. (2023). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Melalui Media Digital Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Pencegahan Stunting. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 2(1), 187–197. <https://doi.org/10.55606/jurrikes.v2i1.1008>
- Astuti, F., Apriyani, H. D., Capritasari, R., Azzahra, F., Yusuf, L., Majapahit, J., Lanud, B. R., Yogyakarta, A., Magelang, U. M., Magelang, K., Tengah, J., Farmasi, A., Yogyakarta, I., Yogyakarta, K., Tinggi, S., Ciamis, M., Ciamis, K., & Barat, J. (2019). *Hubungan Pengetahuan Swamedikasi terhadap Pola Penggunaan Obat Masyarakat di Dusun Sanan Pleret Bantul*. 19, 66–75.
- Falah, M. (2019). Hubungan Jenis Kelamin Dengan Angka Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Di Kelurahan Tamansari Kota Tasikmalaya. *Jurnal Keperawatan & Kebidanan STIKes Mitra Kencana Tasikmalaya*, 3(1), 88.
- Hafid, M. L., Hastuti, E. A., & Puspitasari, P. (2023). Traumatic Stress Disorder Pada Penyintas Gempa Bumi. *Stikes Dharma Husada Bandung*.
- Inayah, N., & Reza, R. S. (2021). Faktor yang Mempengaruhi Hipertensi pada Lansia. *STIKes Ngudia Husada Madura*, 22, 1–10.
- Marbun, W. S., & Hutapea, L. M. N. (2022). Penyuluhan Kesehatan pada Penderita Hipertensi Dewasa terhadap Tingkat Pengetahuan Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(1), 89–99. <https://doi.org/10.31539/jks.v6i1.4170>
- Nova, R., & Hasni, D. (2022). Edukasi Komplikasi Terjadinya Hipertensi Dan Peranan Konsumsi Obat Hipertensi Pada Penderita Diabetes Melitus Usia Lansia Di Puskesmas

- Lubuk Buaya Tahun 2021. *Kumawula: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(3), 545. <https://doi.org/10.24198/kumawula.v5i3.37661>
- Parinduri, J. S. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sidangkal. *Indonesian Trust Health Journal*, 3(2), 374–380. <https://doi.org/10.37104/ithj.v3i2.63>
- Pratama, E. R., Damaiyanti, S., Riani, Y., Puskesmas, K., Guguak, D. K., & Berdasarkan, T. (2020). Pengaruh Hipnotis Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Dangung-Dangung Kecamatan Guguak. *Jurnal Ilmu Kesehatan Afiah*, IX(1), 23–26. <http://www.ejournal.stikesyarsi.ac.id/index.php/JAV1N1/article/view/195>
- Pratama, I. B. A., Fathnin, F. H., & Budiono, I. (2020). Analisis Faktor yang Mempengaruhi Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu. *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana UNNES*, 3(1), 408–413.
- Pujiati, E., & W, H. (2022). Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Penurunan Tingkat Ansietas Dan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Ngemplak Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 11(1), 77. <https://doi.org/10.31596/jcu.v11i1.1044>
- Purnama, E. P., Savitri, D. A., Pebriana, Y. R., & Purwasih, J. H. G. (2022). Edukasi Kesiapsiagaan Bencana Gunung Meletus Melalui Pembelajaran Mosaik. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(3), 2022–2598.
- Rahmawati, P. M., Pebriyanti, D. O., Sulistyono, R. E., & Jember, U. (2024). *Efektivitas Terapi Hipnotik Lima Jari Effectiveness of Five-Finger Hypnotic Therapy With Post-Traumatic Stress Disorder Post-. 6(April)*, 68–73.
- Septianingsih, D. gita. (2018). Hubungan tingkat pengetahuan dan sikap pasien hipertensi dengan upaya pengendalian hipertensi di wilayah kerja puskesmas Samata. *Universitas Islam Negeri Alauddin*, 8, 111.
- Siwi, A. S., Irawan, D., & Susanto, A. (2020). Analisis Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kejadian Hipertensi. *Journal of Bionursing*, 2(3), 164–166. <https://doi.org/10.20884/1.bion.2020.2.3.70>
- Tasijawa, F. A., Dewi, H. A., Hastuti, E. A., Kurniawan, R. A., Aliyudin, N., Siagian, I. M. A., Rajagukguk, S., Marpatmawati, I., Munawwarah, K., Dewi, W. S., & Klau, G. (2020). Efektifitas Cognitive Behavior Therapy (Cbt) Sebagai Penanganan Post Traumatic

Stress Disorder (Ptsd) Pasca Bencana Alam. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 11(Khusus), 0–5. <https://doi.org/10.33846/sf11nk407>

Utami, M. N. (2021). Hubungan antara harga diri dan cyberbullying pada remaja di media sosial. *Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 7(2), 408–420.