

Implementasi Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan Pasien tentang Diet Hipertensi untuk Pencegahan Kekambuhan Hipertensi

Dian Hadinata^{1*}, Resi Siti Aisyah²

^{1,2}AKPER YPIB Majalengka

Email: dian.hd7@gmail.com ^{1*} resisitaisyah@gmail.com²

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang memerlukan manajemen yang baik untuk mencegah kekambuhan dan komplikasi serius. Pendidikan kesehatan memiliki peran penting dalam meningkatkan pengetahuan pasien tentang diet hipertensi sebagai bagian dari upaya pencegahan kekambuhan. Meskipun pentingnya pengetahuan tentang diet hipertensi, masih ada kekurangan informasi yang memadai di kalangan pasien hipertensi. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menilai efektivitas pendidikan kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan pasien tentang diet hipertensi. Adapun jenis penelitian adalah deskriptif kuantitatif, dan metode penelitian ini menggunakan desain penelitian eksperimental tanpa kelompok kontrol. Populasi sebanyak 12 orang di Ruang Bandeng 2 RSUD Sentot Patrol Indramayu dengan sampel sebanyak 4 orang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah lembar kuesioner tentang diet pencegahan hipertensi. Analisis data menggunakan statistik deskriptif yang disajikan dalam bentuk persentase untuk mengevaluasi perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Hasil dari penelitian ini adalah terdapat peningkatan pengetahuan pasien tentang diet hipertensi setelah diberikan pendidikan kesehatan. Penelitian ini dapat memberikan dasar untuk mengembangkan strategi pendidikan kesehatan yang lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan pasien tentang diet hipertensi sebagai langkah pencegahan kekambuhan. Implikasi praktis dari penelitian ini dapat membantu meningkatkan manajemen hipertensi dan kualitas hidup pasien yang terkena dampak penyakit ini.

Kata Kunci: Pendidikan kesehatan; pengetahuan; diet hipertensi; hipertensi

ABSTRACT

Hypertension is a chronic disease that requires proper management to prevent relapse and serious complications. Health education plays a crucial role in enhancing patients' knowledge of hypertension diets as part of relapse prevention efforts. Despite the importance of knowledge about hypertension diets, there is still a lack of adequate information among hypertensive patients. Therefore, this research aims to assess the effectiveness of health education in improving patients' knowledge of hypertension diets. The research design is quantitative descriptive, and the research method uses an experimental design without a control group. The population consists of 12 individuals in Room Bandeng 2 at RSUD Sentot Patrol Indramayu, with a sample of 4 individuals meeting inclusion and exclusion criteria. The data collection instrument used is a questionnaire sheet on hypertension prevention diets. Data analysis employs descriptive statistics presented in percentage form to evaluate the difference in

Corresponding author:

Dian Hadinata
AKPER YPIB Majalengka
Kasokandel Majalengka
dian.hd7@gmail.com

knowledge before and after the intervention. The results of this research show an improvement in patients' knowledge of hypertension diets after receiving health education. This study can provide a foundation for developing more effective health education strategies to enhance patients' knowledge of hypertension diets as a preventive measure against relapse. Practical implications of this research can assist in improving hypertension management and the quality of life for patients affected by this disease.

Keywords: *Health education; knowledge; diet hypertension; hypertension*

PENDAHULUAN

Hipertensi sebagai salah satu penyakit tidak menular sampai saat ini masih merupakan sebagai *The Silent Killer* karena gejalanya sulit dikenali bahkan sering tidak menunjukkan gejala tanpa keluhan. Hipertensi banyak dialami oleh negara-negara dengan pendapatan rendah. Selain pendapatan yang rendah, tingkat pendidikan, pengetahuan serta sedikitnya akses terhadap program pendidikan kesehatan menyebabkan penduduk di negara-negara yang berpendapatan rendah memiliki pengetahuan yang rendah pula terhadap hipertensi. Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana peningkatan darah sistolik berada diatas batas normal yaitu lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolic lebih dari 90 mmHg. Kondisi ini menyebabkan pembuluh darah terus meningkatkan tekanan. Tekanan darah normal sendiri berada pada nilai 120 mmHg sistolik yaitu pada saat jantung berdetak dan 80 mmHg diastolic yaitu pada saat jantung berelaksasi. Jika nilai tekanan melewati batas itu, maka bisa dikatakan bahwa tekanan darah seseorang tinggi (Kemenkes, 2019).

Menteri Kesehatan RI Budi Gunadi Sadikin menyatakan 1 dari 3 orang Indonesia mengidap hipertensi bahkan angka ini terus meningkat setiap tahunnya, sementara itu Ditjen Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Kemenkes dr. Fatcha Nuraliyah menjelaskan prevalensi hipertensi di Indonesia sangat besar yaitu sebesar 34,1% berdasarkan survei nasional di 2018 Sedangkan angka hipertensi di Jawa Barat berdasarkan (Rokom, 2023). Sementara itu, berdasarkan data Riskesdas (2018), prevalensi hipertensi di Jawa Barat adalah 29,6%. Ini berarti hampir 1 dari 3 orang di Jawa Barat menderita hipertensi.

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang memerlukan manajemen yang baik untuk mencegah kekambuhan dan komplikasi serius. Pendidikan kesehatan memiliki peran penting dalam meningkatkan pengetahuan pasien tentang diet hipertensi sebagai bagian dari upaya pencegahan kekambuhan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Indriani, et al. (2021) faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya hipertensi adalah pengetahuan dan upaya pencegahan terjadinya hipertensi adalah dengan meningkatkan pengetahuan terhadap penyakit hipertensi. Menurut Notoatmojo (2012), pengetahuan merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*overt behaviour*). Upaya pencegahan merupakan perilaku yang memerlukan totalitas penghayatan dan aktivitas seseorang, yang juga merupakan

respon seseorang terhadap objek yang berkaitan dengan sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makan dan minum, serta lingkungan (Darsini, et al., 2019). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Zilmawati (2013) pengetahuan mempunyai hubungan yang bermakna terhadap gejala hipertensi, dengan adanya pengetahuan tentang proses terjadinya hipertensi, faktor penyebab, perawatan penyebab, perawatan yang tepat, masalah gejala hipertensi yang dihadapi oleh individu dapat diatasi.

Sejalan dengan penelitian Wijayanti dan Mulyadi (2018) yang mencari pengaruh pendidikan kesehatan melalui pemberian *booklet* tentang penyakit hipertensi terhadap pengetahuan pasien hipertensi di Puskesmas Bogor Tengah. Dari penelitian tersebut menunjukkan terdapat pengaruh pendidikan kesehatan dengan menggunakan *booklet* terhadap pemahaman pasien hipertensi. Adapun penelitian yang dilakukan Susiani dan Magfiroh (2020) mengenai pengaruh kegiatan prolansis dengan kekambuhan penyakit hipertensi. Dalam penelitian tersebut, menitikberatkan senam prolansis, namun perlu digarisbawahi bahwa kegiatan prolansis melakukan edukasi kelompok sebagai salah satu kegiatan untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan dalam upaya memulihkan penyakit dan mencegah timbulnya kembali penyakit serta meningkatkan status kesehatan bagi peserta prolansis (Puskesmas Dialog, 2023).

Dari penelitian terdahulu di atas, menyatakan bahwa pendidikan kesehatan memiliki peran signifikan terhadap pengetahuan pencegahan kekambuhan dari penyandang penyakit kronis termasuk penyakit hipertensi. Sementara itu, pendidikan kesehatan yang berfokus pada diet hipertensi juga memiliki pengaruh terhadap pengetahuan pencegahan kekambuhan pasien hipertensi. Berdasarkan hasil penelitian terdahulu, salah satu faktor penyebab kekambuhan hipertensi adalah konsumsi makanan dan pola makan tertentu yang menyebabkan tekanan darah menjadi tinggi, maka pasien hipertensi yang memiliki pengetahuan yang baik terhadap diet hipertensi dapat menurunkan tingkat resiko kekambuhannya (Oktaria, et al., 2023). Sejalan dengan Putri, et al. (2014) dalam studinya menyatakan bahwa terdapat korelasi antara tingkat pengetahuan tentang diet hipertensi dengan kekambuhan hipertensi pada lansia. Meskipun telah diketahui pentingnya pengetahuan tentang diet hipertensi, masih ada kekurangan informasi yang memadai di kalangan pasien hipertensi. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menilai efektivitas pendidikan kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan pasien tentang diet hipertensi. Serta untuk membuat gambaran sistematis mengenai sifat-sifat dan hubungan dari implementasi pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan pasien mengenai diet hipertensi terhadap pencegahan kekambuhan hipertensi di Ruang Bandeng 2 RSUD Sentot Patrol Indramayu.

METODE

Jenis penelitian yang dilakukan adalah deskriptif kuantitatif. Deskriptif kuantitatif adalah jenis penelitian yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya (Sugiyono, 2012). Populasi dalam penelitian ini yaitu pasien dengan tekanan darah di atas 140/90 mmHg di Ruang Bandeng 2 RSUD Sentot Patrol Indramayu sebanyak 12 orang. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sesuai dengan dengan kriteria inklusi dan eksklusi sehingga terdapat sejumlah 4 orang.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuasi eksperimen dengan memanipulasi variabel yakni memberikan pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan pasien mengenai diet hipertensi (variabel bebas) terhadap pengetahuan pencegahan kekambuhan hipertensi (variabel terikat). Pelaksanaan pendidikan kesehatan berupa metode ceramah, yakni penerangan dan pemaparan secara lisan oleh penyaji materi kepada responden dimana responden mendengarkan dengan teliti pokok-pokok bahasan yang disampaikan, dengan menggunakan alat bantu mengajar atau media pembelajaran (Anggini, 2017). Pendidikan kesehatan menggunakan SAP (Satuan Acara Penyuluhan) yakni program pengajaran yang meliputi satu atau beberapa pokok bahasan, sub pokok bahasan untuk satu kali pertemuan serta menggunakan alat bantu media *leaflet*.

Instrumen penelitian berupa lembar kuisioner yang diberikan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan. Penyebaran lembar kuisioner adalah teknik pengumpulan data melalui formulir-formulir yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang diajukan secara tertulis pada seseorang atau sekumpulan orang untuk mendapatkan jawaban (Nursalam, 2012). Adapun kriteria hasil dalam penelitian ini adalah nilai <56 termasuk dalam kategori pengetahuan kurang, nilai 56-57 termasuk dalam kategori pengetahuan sedang, dan nilai 76-100 termasuk dalam pengetahuan baik. Dari data tersebut kemudian didapatkan data numerik berupa skor tes. Teknik pengolahan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skoring. Skoring yaitu memberikan skor pada data-data sekunder dan primer yang telah diberi kode, dan selanjutnya memberikan nilai dan bobot pada data tersebut. Dimana pada penelitian ini, penulis menghitung jumlah jawaban benar yang telah diisi oleh responden dengan kriteria hasil yang telah disediakan. Analisis data menggunakan statistik deskriptif yang disajikan dalam bentuk persentase. Kemudian, hasil disajikan dalam bentuk tabel yang dinarasikan untuk memberikan gambaran dan analisis yang jelas tentang situasi yang diteliti.

HASIL

Hasil pengumpulan data sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 1
Sebelum Dilakukan Pendidikan Kesehatan

No	Responden	Skor	Keterangan
1.	Tn. S	50	Kurang
2.	Tn. S	70	Sedang
3.	Ny. R	50	Kurang
4.	Ny. D	55	Kurang

Berdasarkan tabel 1 di atas dapat digambarkan bahwa sebelum dilakukan implementasi pendidikan kesehatan tentang diet hipertensi, dari total 4 (100%) responden didapatkan hasil yakni 3 (75%) responden dengan kategori pengetahuan kurang dan 1 (25%) responden berada pada kategori pengetahuan sedang.

Tabel 2
Setelah Dilakukan Pendidikan Kesehatan

No	Responden	Skor	Keterangan
1.	Tn. S	70	Sedang
2.	Tn. S	90	Baik
3.	Ny. R	80	Baik
4.	Ny. D	85	Baik

Berdasarkan tabel 2 di atas dapat digambarkan bahwa setelah dilakukan implementasi pendidikan kesehatan tentang diet hipertensi untuk pencegahan kekambuhan hipertensi, dari total 4 (100%) responden didapatkan hasil yakni 3 (75%) responden dengan kategori pengetahuan baik dan 1 (25%) responden berada pada kategori pengetahuan sedang.

Tabel 3
Perbandingan Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pendidikan Kesehatan

No	Responden	Sebelum	Sesudah	Keterangan
1.	Tn. S	50	70	Meningkat
2.	Tn. S	70	90	Meningkat
3.	Ny. R	50	80	Meningkat
4.	Ny. D	55	85	Meningkat

Berdasarkan tabel 3 di atas, dapat digambarkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan pada 4 (100%) responden dari sebelum dan sesudah dilakukannya implementasi pendidikan kesehatan tentang diet hipertensi. Peningkatan yang signifikan terjadi pada responden ke-3 dan ke-4 sebesar 30 poin. Sedangkan peningkatan yang paling kurang terjadi pada responden ke-1 dan ke-2 dengan peningkatan sebesar 20 poin.

PEMBAHASAN

Pengetahuan merupakan hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang mengadakan pengindraan terhadap objek tertentu. Pengindraan terhadap objek terjadi melalui panca indra manusia, yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa, dan peraba dengan sendiri. Pada waktu pengindraan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2012). Pendidikan kesehatan adalah istilah yang diterapkan pada penggunaan proses pendidikan secara terencana untuk mencapai tujuan kesehatan yang meliputi beberapa kombinasi dan kesepakatan belajar aplikasi pendidikan didalam bidang kesehatan (Notoatmodjo, 2012).

Berdasarkan hasil penelitian implementasi pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan pada pasien hipertensi tentang diet hipertensi untuk pencegahan kekambuhan sebelum dilakukan pendidikan kesehatan pada tabel 1 di atas dapat digambarkan bahwa sebelum dilakukan implementasi pendidikan kesehatan tentang diet hipertensi dari total 4 (100%) responden didapatkan hasil yakni 3 (75%) responden dengan kategori pengetahuan kurang dan 1 (25%) responden berada pada kategori pengetahuan sedang. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebelum dilakukannya pendidikan kesehatan, seluruh responden belum memahami cara pencegahan kekambuhan hipertensi. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Subhan (2018) dalam jurnal STIKes Surya Mitra Husada Kediri tahun 2018 mengatakan sebelum dilakukan penyuluhan, tingkat pengetahuan responden mengenai penyakit hipertensi pada level baik dan masih ada yang pada level kurang.

Berdasarkan hasil penelitian sesudah dilakukannya pendidikan kesehatan pada tabel 2 di atas, dari total 4 (100%) responden diketahui sebanyak 3 (75%) responden memahami diet hipertensi untuk pencegahan kekambuhan hipertensi dan 1 (25%) responden cukup memahami tentang diet hipertensi untuk pencegahan kekambuhan hipertensi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang diet hipertensi, 3 (75%) responden memahami dan 1 (25%) responden cukup paham tentang diet hipertensi. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Anggini, dalam jurnalnya di Universitas Muhammadiyah Surakarta 2018, terkait pengetahuan pendidikan kesehatan pasien tentang diet hipertensi didapatkan nilai rata-rata pengetahuan kelompok perlakuan nampak bahwa nilai *post-test* pengetahuan lebih tinggi dibandingkan nilai *pre-test* pengetahuan. Berdasarkan hasil uji *paired sample t-test* dan nilai rata-rata pengetahuan *pre-test* dan *post-test*, maka disimpulkan pemberian pendidikan kesehatan terbukti berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan.

Hasil perbandingan dalam tabel 3 yang dilakukan oleh peneliti bahwa sesudah dilakukannya implementasi pendidikan kesehatan tentang diet hipertensi, seluruh (100%) responden mengalami peningkatan pengetahuan terhadap diet hipertensi. Hasil ini sesuai

dengan penelitian sebelumnya oleh Sunarmi (2019) dalam jurnal keperawatan STIKes Aisyiyah Palembang dengan judul pengaruh pendidikan kesehatan diet hipertensi terhadap pengetahuan dan sikap. Hasil studi tersebut menyatakan terdapat pengaruh pendidikan kesehatan tentang diet hipertensi terhadap pengetahuan dan sikap. Sejalan dengan penelitian Wijayanti dan Mulyadi (2018) yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan melalui pemberian *booklet* tentang penyakit hipertensi berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan pasien hipertensi di Puskesmas Bogor Tengah. Hasil penelitian tersebut menunjukkan terdapat pengaruh pendidikan kesehatan dengan menggunakan *booklet* terhadap pemahaman pasien hipertensi. Terakhir, pendidikan kesehatan pada kegiatan prolanis dapat mencegah timbulnya kembali penyakit dan meningkatkan status kesehatan peserta prolanis (Puskesmas Dialog, 2023).

Hasil penelitian di atas menyatakan bahwa pendidikan kesehatan memiliki peran signifikan terhadap peningkatan pengetahuan pasien mengenai diet hipertensi dalam upaya pencegahan kekambuhan hipertensi. Salah satu faktor penyebab kekambuhan hipertensi adalah konsumsi makanan dan pola makan tertentu yang menyebabkan tekanan darah menjadi tinggi, maka pasien hipertensi yang memiliki pengetahuan yang baik terhadap diet hipertensi dapat menurunkan tingkat resiko kekambuhannya (Oktaria, et al., 2023). Hal ini sejalan dengan konsep teoritis dari perubahan perilaku, yakni perubahan perilaku yang dilandasi pengetahuan bersifat langgeng karena didasari oleh kesadaran mereka sendiri bukan paksaan. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*overt behaviour*) (Darsini, et al., 2019). Upaya pencegahan merupakan perilaku yang memerlukan totalitas penghayatan dan aktivitas seseorang, yang juga merupakan respon seseorang terhadap objek yang berkaitan dengan sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, lingkungan dan tentu saja pola makan dan minum (Notoatmodjo, 2012). Sehingga dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan yang berfokus pada diet hipertensi memiliki pengaruh terhadap pengetahuan pasien mengenai diet hipertensi terhadap pencegahan kekambuhan hipertensi di Ruang Bandeng 2 RSUD Sentot Patrol Indramayu.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat diambil kesimpulan mengenai implementasi pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan pasien tentang diet hipertensi untuk pencegahan kekambuhan hipertensi yaitu sebelum dilakukannya pendidikan kesehatan 3 (75%) responden memiliki kategori pengetahuan kurang dan 1 (25%) responden memiliki kategori pengetahuan sedang. Setelah dilakukan pendidikan kesehatan, 3 (75%) responden memiliki kategori pengetahuan baik dan 1 (25%) responden memiliki pengetahuan sedang. Dari hasil

implementasi pendidikan kesehatan, 100% responden mengalami peningkatan pengetahuan antara sebelum dan sesudah dilakukannya pendidikan kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggini, R. (2017). *Pengaruh pendidikan kesehatan hipertensi terhadap pengetahuan dan persepsi masyarakat tentang penyakit hipertensi di Desa Malangjiwang Kecamatan Colomadu*. (Jurnal Publikasi, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Darsini, Fahrurrozi, Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan: Artikel review. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 95-107
- Indriani, S., Fitri, A. D., Septiani, D., Mardiana, D., Didan, R., Amalia, R., ... & Permitasari, K. (2021). Pengetahuan, sikap, dan perilaku lansia dengan riwayat hipertensi mengenai faktor yang mempengaruhi hipertensi. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat (Pengmaskemas)*, 1(2).
- Kemenkes. (18 Mei 2019). *Hari Hipertensi Dunia 2019: Know Your Number, Kendalikan Tekanan Darahmu dengan CERDIK*. <https://p2ptm.kemkes.go.id/tag/hari-hipertensi-dunia-2019-know-your-number-kendalikan-tekanan-darahmu-dengan-cerdik>
- Notoatmojo, (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nursalam, (2012). *Pendidikan dalam Keperawatan*. Surabaya: Salemba Medika
- Oktaria, M., Hardono, Wijayanto, W. P. & Amiruddin, I. (2023). Hubungan pengetahuan dengan sikap diet hipertensi pada lansia. *Jurnal Ilmu Medis Indonesia (JIMI)*, 2(2), 69-75. <https://doi.org/10.35912/jimi.v2i2.1512>
- Puskesmas Dialog. (21 Juni, 2023). *Mengenal apa itu prolansis, beserta tujuannya - Puskesmas Dimong* (madiunkab.go.id)
- Putri, R. A., Muhlisin, A., & Rosyid, F. N. (2014). *Hubungan antara tingkat pengetahuan tentang diet hipertensi dengan kejadian kekambuhan hipertensi lansia di Desa Mancasan Wilayah Kerja Puskesmas I Baki Sukoharjo*. Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Riskesdas (3 November 2018): *Laporan Provinsi Jawa Barat Riskesdas 2018: Hipertensi*. <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan%20Riskesdas%202018%20Nasional.pdf>
- Rokom. (07, Juni 2023). *Hipertensi Disebut sebagai Silent Killer, Menkes Budi Imbau Rutin Cek Tekanan Darah – Sehat Negeriku*. (kemkes.go.id)
- Subhan, A. (2018). *Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan lansia di Posyandu Lansia Manisrenggo*. (Jurnal Publikasi, STIKes Surya Mitra Husada Kediri)
- Susiani, A., & Magfiroh, R. (2020). Pengaruh pelaksanaan kegiatan prolansis terhadap kekambuhan hipertensi. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 1-9.
- Wijayanti, W., & Mulyadi, B. (2018). Pendidikan kesehatan menggunakan *booklet* terhadap pemahaman pasien hipertensi di Puskesmas. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 8(01), 372-739. <https://doi.org/10.33221/jiiki.v8i01.324>
- Zilmawati (2013). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Gejala Hipertensi pada Mahasiswa tingkat IV Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Baiturrahman Padang*. (Jurnal Publikasi, Universitas Baiturrahman)