

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG  
HIPERTENSI TERHADAP PERUBAHAN PERILAKU GAYA  
HIDUP KLIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS DAU  
KABUPATEN MALANG**

---

Rendi<sup>1)</sup>, Tavip Dwi Wahyuni<sup>2)</sup>, Warsono<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup> Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang

<sup>2)</sup> Dosen Program Studi Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang

<sup>3)</sup> Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang

Email: [jurnalpsik.unitri@gmail.com](mailto:jurnalpsik.unitri@gmail.com)

**ABSTRAK**

Hipertensi merupakan penyebab umum terjadinya stroke dan serangan jantung. Penyakit ini sering disebut sebagai “*silent killer*” karena kebanyakan hipertensi yang terjadi hanya terdeteksi saat dilakukan pemeriksaan fisik karena alasan penyakit tertentu Hipertensi dapat dicegah salah satunya dengan melakukan perubahan gaya hidup. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang hipertensi terhadap perubahan perilaku gaya hidup klien hipertensi. Desain penelitian yang digunakan adalah *Quasi Exsperiment* dengan pendekatan *Nonequivalent Pretest And Posttest With Control Group Design*. Populasi penelitian ini adalah semua klien hipertensi yang ada di Puskesmas Dau Malang pada bulan Maret 2016 sebanyak 102 orang. Sampel penelitian adalah klien Hipertensi yang berkunjung ke Puskesmas Dau Malang berjumlah 20 responden. Sampel dibagi menjadi 10 kelompok eksperimen dan 10 kelompok kontrol yang diambil dengan menggunakan teknik *accidental sampling* dengan kriteria klien yang mengalami hipertensi primer. Instrumen yang digunakan yaitu kuisisioner. Metode analisa data dengan *paired t test*. Hasil penelitian menunjukkan sebelum pendidikan kesehatan pada kelompok eksperimen adalah 9 orang (90%) berperilaku cukup, 1 orang (10%) berperilaku kurang, dan setelah pendidikan kesehatan 6 orang (60%) berperilaku baik dan 4 orang (40%) berperilaku cukup. Hasil uji statistik menunjukkan ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang hipertensi dengan  $p Value = 0.001 < \alpha 0.050$ . Pendidikan kesehatan akan mampu meningkatkan perilaku gaya hidup yang lebih baik bagi klien hipertensi dalam proses penyembuhan penyakit hipertensi di Puskesmas Dau Kabupaten Malang.

**Kata kunci:** Hipertensi, Pendidikan Kesehatan, Perilaku Gaya Hidup.

**EFFECT OF HEALTH EDUCATION ABOUT HYPERTENSION TOWARD  
BEHAVIOR CHANGE LIFESTYLE CLIENTS HYPERTENSION  
IN PUSKESMAS DAU MALANG**

**ABSTRACT**

*Hypertension is a common cause of stroke and heart attack. This disease is often referred to as the "silent killer" because most hypertension that occurs only detected during physical examination for reasons of certain diseases. Hypertension can be prevented one of them by making lifestyle changes. The purpose of this study to determine the effect of health education on hypertension to changes in lifestyle behavior of hypertensive clients. The research design used is Quasi Exsperiment with Nonequivalent Pretest And Posttest With Control Group Design approach. The population of this study is all the hypertension clients in Puskesmas Dau Malang in March 2016 as many as 102 people. The sample of this research is hypertension client who visited Puskesmas Dau Malang amounted to 20 respondents. Samples were divided into 10 experimental groups and 10 control groups were taken using accidental sampling technique with criteria of clients who experienced primary hypertension. The instrument used is questionnaire. Method of data analysis with paired t test. The results showed that before the health education in experiment group were 9 people (90%) had enough behavior, 1 person (10%) behaved less, and after health education 6 people (60%) behaved well and 4 people (40%) behaved adequately. The result of statistical test shows there is influence of health education about hypertension with  $p$  Value =  $0.001 < \alpha 0.050$ . Health education will be able to improve better lifestyle behavior for hypertension client in healing process of hypertension disease at Puskesmas Dau Malang Regency.*

**Keywords:** Hypertension, Lifestyle Behaviors, Health Education

**PENDAHULUAN**

Penyakit degeneratif yang banyak terjadi di masyarakat salah satunya adalah hipertensi. Hipertensi merupakan salah satu penyakit sistem kardiovaskuler yang paling banyak ditemui

dibandingkan dengan penyakit sistem kardiovaskuler lain. Penyakit ini sering disebut sebagai pembunuh gelap/ silent killer karena kebanyakan kasus hipertensi yang terjadi hanya terdeteksi saat dilakukan pemeriksaan fisik karena alasan penyakit tertentu dan tanpa

disadari oleh penderita mengalami komplikasi pada organ-organ vital (Triyanto, 2014).

Data dari World Health Organization (WHO) mencatat lebih dari satu dari setiap tiga orang dewasa atau satu miliar orang di dunia mengidap hipertensi. Diperkirakan jumlah penderita hipertensi akan meningkat menjadi 1,6 milyar menjelang tahun 2025 (Dewi 2011). Negara Afrika merupakan salah satu negara di dunia dengan proporsi hipertensi tertinggi baik pada laki-laki (38,1%) maupun perempuan (35,5%). Sedangkan negara dengan proporsi hipertensi terendah pada laki-laki terdapat di Asia Tenggara sebesar 25,4% dan pada wanita terdapat di sebagian wilayah Amerika sebesar 19,7% (WHO, 2013). Di Indonesia berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2013 didapatkan bahwa angka kejadian hipertensi pada pasien yang berumur di atas 18 tahun sebesar 25,8%. Dimana dari 33 provinsi prevalensi hipertensi yang telah didata, Jawa Timur menempati posisi ke-12 sebesar 26,2%, sedangkan prevalensi hipertensi tertinggi sendiri terdapat di Bangka Belitung sebesar 30,9% dan diikuti Kalimantan Selatan (30,8%), Kalimantan Timur (29,6%), DKI Jakarta (29,4%), Gorontalo (29,0%).

Gaya hidup merupakan faktor resiko terpenting yang mempengaruhi kejadian hipertensi. Meningkatnya kasus hipertensi ini dipengaruhi oleh gaya hidup yang tidak sehat (Nisa, 2012).

Gaya hidup yang modern cenderung membuat berkurangnya aktivitas fisik (olahraga), konsumsi alkohol tinggi, minum kopi dan merokok serta stress yang berkepanjangan. Semua perilaku tersebut merupakan pemicu tekanan darah tinggi. Upaya untuk menekan kejadian hipertensi ataupun komplikasi yang terjadi akibat hipertensi, maka perlu dilakukan modifikasi gaya hidup seperti mengatur pola makan dengan membatasi asupan garam, lemak, alkohol, berhenti merokok, dan mengontrol berat badan, melakukan aktivitas fisik, istirahat dan tidur. Bagi penderita hipertensi ini berarti mau tidak mau harus meninggalkan gaya hidupnya yang lama dan menyesuaikan diri dengan gaya hidup yang baru menjaga agar tekanan darahnya tetap normal (Hanata, 2011).

Usaha yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pemahaman tentang hipertensi salah satunya yaitu dengan dilakukan pendidikan/ penyuluhan kesehatan. Pendidikan kesehatan merupakan suatu upaya yang direncanakan untuk menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak hanya sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang diharapkan untuk meningkatkan status kesehatan, mencegah timbulnya penyakit, mempertahankan derajat kesehatan, memaksimalkan fungsi dan peran penderita dan keluarga mengatasi masalah kesehatan (Pratiwi, 2010).

Dalam hal penyuluhan kesehatan sangatlah penting bagi masyarakat penderita hipertensi agar lebih memahami tentang penyakit tersebut dan dapat merubah pola hidupnya demi tercapainya hidup sehat. Pendidikan kesehatan tentang gaya hidup sehat merupakan upaya untuk memberikan inspirasi atau dorongan untuk menerapkan diet rendah garam, banyak berolahraga, mengurangi stress, mencegah kegemukan, berhenti merokok.

Hasil penelitian Munthe (2010), membuktikan adanya perbedaan pengetahuan, sikap, dan tindakan tentang hipertensi sesudah mendapatkan pendidikan kesehatan. Pemberian pendidikan kesehatan sebagai proses awal dalam memperingati dan memberi informasi kepada pasien untuk menjaga kesehatan dan menimbulkan kesadaran pasien dalam mengubah perilaku yang tidak sehat pada klien hipertensi. Pemberian pendidikan yang dilakukan oleh peneliti terdahulu menggunakan model pemberian pendidikan kelompok sedangkan dalam penelitian ini menggunakan pendidikan perorangan/personal, karena pendidikan personal lebih efektif dalam mengetahui permasalahan pasien tanpa ada rasa ragu bagi pasien dalam menceritakan permasalahan atau penyakit pribadinya (Purwanto, 2010).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 14 Januari 2016 di Puskesmas Dau

Kabupaten Malang, didapatkan data bahwa pada tahun 2015 ditemukan penyakit hipertensi ini termasuk dalam 15 penyakit terbesar dan menempati posisi ke 5 setelah ISPA, penyakit gigi, diare, dan faringitis dengan jumlah penderita sebanyak 1624 kasus. Dari golongan umur 15-44 tahun terdapat 407 kasus hipertensi (25,1%), Golongan umur 45-69 tahun terdapat 603 kasus hipertensi (37,1%), dan golongan umur >69 terdapat 614 kasus hipertensi (37,8%). Dari hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan kepada 7 klien hipertensi yang berkunjung di puskesmas Dau Kabupaten Malang, 5 klien mengatakan jarang berolahraga, dan sisanya mengatakan masakan tanpa menggunakan garam ataupun penyedap rasa akan terasa hambar, serta stres memikirkan pekerjaan dan anak.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik ingin melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang hipertensi terhadap perubahan perilaku gaya hidup klien hipertensi di Puskesmas Dau Malang.

## **METODE PENELITIAN**

Desain penelitian yang digunakan adalah *Quasi Exsperiment* dengan pendekatan *Nonequivalent Pretest And Posttest With Control Group Design*. Populasi penelitian ini adalah semua

klien hipertensi yang ada di Puskesmas Dau Malang pada bulan Maret 2016 sebanyak 102 orang. Sampel penelitian adalah klien Hipertensi yang berkunjung ke Puskesmas Dau Malang berjumlah 20 responden. Sampel dibagi menjadi 10 kelompok eksperimen dan 10 kelompok kontrol yang diambil dengan menggunakan teknik *accidental sampling* dengan kriteria klien yang mengalami hipertensi primer.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah pendidikan kesehatan tentang hipertensi, sedangkan variabel dependen adalah perubahan perilaku gaya hidup klien hipertensi. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner.

Penelitian dilaksanakan di Puskesmas Dau Malang pada tanggal 10 Agustus sampai dengan 10 September 2016. Proses pengumpulan data dimulai dari membagi responden menjadi dua kelompok, yaitu 10 orang kelompok perlakuan dan 10 orang kelompok kontrol. Kemudian seluruh responden diberikan kuesioner untuk diisi mengenai perilaku gaya hidup.

Kemudian, kelompok perlakuan diberikan pendidikan kesehatan tentang hipertensi selama 15 menit dan leaflet. Sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan pendidikan kesehatan dan leaflet. Setelah dua minggu, seluruh responden kemudian diminta untuk mengisi kuesioner kembali dengan

mengunjungi masing-masing rumah responden.

Penelitian ini dilakukan berdasarkan etika penelitian yaitu: *respect for human dignity, respect for privacy and confidentiality, respect for justice and inclusiveness, dan balancing harms and benefits*. Data-data yang telah dikumpulkan dianalisis dengan menggunakan Uji statistik *paired t-test* dengan derajat kemaknaan 5%.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Perilaku gaya hidup penderita hipertensi sebelum diberikan pendidikan kesehatan

Perilaku Gaya Hidup	Eksperimen		Kontrol		$\Sigma$
	f	%	f	%	
Kurang	1	10	1	10	2
Cukup	9	90	9	90	18
Total	10	100	10	100	20

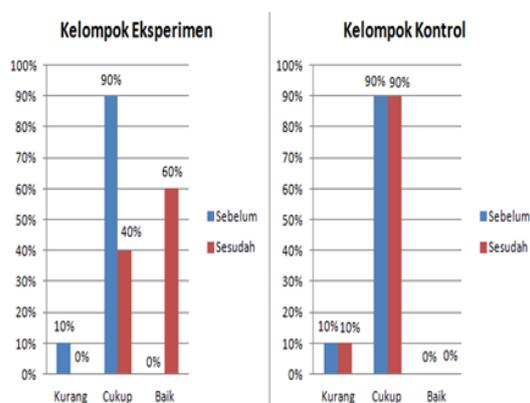
Berdasarkan Tabel 1. diketahui sebelum diberikan pendidikan tentang hipertensi sebagian besar (90%) perilaku gaya hidup cukup pada responden kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol.

Berdasarkan Tabel 2. diketahui sesudah diberikan pendidikan tentang hipertensi lebih dari separuh (60%) responden memiliki perilaku gaya hidup baik pada kelompok eksperimen dan sebagian besar (90%) responden pada kelompok kontrol masih mengalami perilaku gaya hidup cukup.

Tabel 2. Perilaku gaya hidup penderita hipertensi sesudah diberikan pendidikan kesehatan

Perilaku Gaya Hidup	Eksperimen		Kontrol		Σ
	f	%	f	%	
Kurang	0	0	1	10	1
Cukup	4	40	9	90	13
Baik	6	60	0	0	6
Total	10	100	10	100	20

Berdasarkan Gambar 1, dapat dipahami bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang hipertensi didapatkan sebanyak 90% responden memiliki perilaku gaya hidup cukup sedangkan sesudah pendidikan kesehatan terdapat peningkatan perilaku gaya hidup baik pada 60% responden. Adapun pada kelompok kontrol didapatkan tidak ada perbedaan perilaku gaya hidup untuk sebelum dengan sesudah pengambilan data didapatkan sebanyak 90% responden memiliki perilaku gaya hidup cukup.



Gambar 1. Perilaku gaya hidup sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang hipertensi.

Berdasarkan uji statistik *paired t-test* dengan derajat kemaknaan 5%, didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,001 atau *p value* < 0,050 yang artinya  $H_1$  diterima yang berarti bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang hipertensi terhadap perubahan perilaku gaya hidup pada klien hipertensi di Puskesmas Dau Kabupaten Malang. Selain itu, didapatkan *r value*=(0,608) yang artinya terdapat kekuatan pengaruh yang sedang antara pemberian pendidikan kesehatan tentang hipertensi terhadap perubahan perilaku gaya hidup yang lebih baik pada responden.

### Perilaku Gaya Hidup Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang Hipertensi

Hasil penelitian pada Tabel 1 menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan tentang hipertensi sebagian besar (90%) responden berperilaku gaya hidup cukup di Puskesmas Dau Kabupaten Malang. Didukung oleh sebagian besar (90%) responden jenis kelamin perempuan yang menyebabkan tidak merokok dan mampu menjaga pola makan yang teratur.

Gaya hidup responden yang cukup berhubungan dengan faktor predisposisi seperti status ekonomi yang cukup, jenis kelamin dan susunan keluarga yang masih lengkap sehingga mendukung responden melakukan hidup sehat, walaupun di penelitian ini masih belum dikaji terkait status ekonomi dan susunan

keluarga. Menurut Munthe (2010), faktor pemungkin seseorang melakukan gaya hidup cukup seperti ketersediaan fasilitas pendukung yang terjangkau untuk mendapatkan informasi kesehatan melalui televisi, internet maupun media masa lainnya dan faktor pendukung seperti adanya sosialisasi dari pihak kesehatan baik dari pihak yang melakukan penelitian maupun langsung dari rumah sakit.

Gaya hidup merupakan faktor resiko terpenting yang mempengaruhi kejadian hipertensi. Meningkatnya kasus hipertensi ini dipengaruhi oleh gaya hidup yang tidak sehat karena gaya hidup yang modern cenderung membuat berkurangnya aktivitas fisik (olahraga), konsumsi alkohol tinggi, minum kopi dan merokok serta stress yang berkepanjangan. Semua perilaku tersebut merupakan pemicu tekanan darah tinggi (Wawan & Dewi, 2010).

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan juga sebagian kecil responden kurang melakukan perilaku hidup sehat didasarkan oleh pola makan yang kurang sehat sehingga sebagai pemicu penyakit hipertensi. Hal ini juga dilatar belakangi kurangnya pengetahuan dalam pengaturan diet rendah garam, dimana garam dapur merupakan faktor yang sangat dalam pathogenesis hipertensi. Berdasarkan hal tersebut maka salah satu usaha yang dilakukan untuk meningkatkan pemahaman tentang hipertensi yaitu dengan dilakukan

pendidikan/ penyuluhan kesehatan. Pendidikan kesehatan merupakan suatu upaya yang direncanakan untuk menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak hanya sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang diharapkan untuk meningkatkan status kesehatan, mencegah timbulnya penyakit, mempertahankan derajat kesehatan, memaksimalkan fungsi dan peran penderita dan keluarga mengatasi masalah kesehatan (Pratiwi, 2010).

### **Perilaku Gaya Hidup Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang Hipertensi**

Hasil penelitian pada Tabel 2 menunjukkan bahwa sesudah diberikan pendidikan tentang hipertensi lebih dari separuh responden memiliki perilaku gaya hidup baik di Puskesmas Dau Kabupaten Malang. Responden yang memiliki perilaku gaya hidup baik berarti tahu cara melakukan hidup sehat seperti mengurangi konsumsi garam, melakukan olahraga dan tidak merokok, hal ini diketahui dari 70% responden dalam satu minggu terakhir tidak pernah mengkonsumsi makanan yang diawetkan seperti ikan asin, ikan pindang, telur asin, dendeng dan abon. Didapatkan juga sebanyak 80% responden dalam satu minggu terakhir melakukan jalan pagi dan sebanyak 93% responden tidak merokok. Pemberian pendidikan

kesehatan sebagai proses awal dalam memberi informasi kepada responden untuk menjaga kesehatan dan menimbulkan kesadaran agar mampu mengubah perilaku yang tidak sehat terutama agar mengurangi tekanan darah pada responden yang mengalami hipertensi.

Upaya yang dilakukan untuk menekan kejadian hipertensi maupun komplikasi yang terjadi akibat hipertensi salah satunya adalah dengan memberikan penyuluhan atau pendidikan kesehatan kepada klien hipertensi. Dengan penyuluhan/ pendidikan kesehatan diharapkan klien hipertensi dapat memodifikasi perilaku gaya hidupnya seperti membatasi asupan garam, berhenti merokok, mengurangi stres, rajin beraktivitas/ berolahraga, dan mengurangi berat badan agar tekanan darahnya tetap normal. Sesuai penjelasan Susanti (2012), mengemukakan untuk mengurangi tekanan darah pada penderita hipertensi maka perlu melakukan tindakan seperti tidur tepat waktu saat malam hari, membatasi mengkonsumsi makanan yang diawetkan dan menurunkan berat badan dengan berolahraga secara teratur.

Pendidikan personal sebagai proses awal dalam memperingati dan memberi informasi kepada klien hipertensi untuk menjaga kesehatan dan menimbulkan kesadaran dalam berperilaku gaya hidup lebih baik. Upaya ini dilakukan untuk menurunkan angka

penderita hipertensi, selain memandu penderita untuk rutin kontrol tekanan darah dan teratur minum obat.

### **Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Hipertensi Terhadap Perubahan Perilaku Gaya Hidup Pada Penderita Hipertensi**

Hasil analisa data menggunakan uji *paired sample t test* membuktikan bahwa  $p\text{ value} = (0,001) < (0,050)$  yang artinya menerima  $H_1$ , sehingga “pendidikan kesehatan tentang hipertensi berpengaruh terhadap perubahan perilaku gaya hidup pada penderita hipertensi di Puskesmas Dau Kabupaten Malang”. Sedangkan didapatkan  $r\text{ value} = (0,608)$  yang artinya terdapat kekuatan pengaruh yang sedang antara pemberian pendidikan kesehatan tentang hipertensi terhadap perubahan perilaku gaya hidup yang lebih baik pada responden. Tabulasi silang menjelaskan dampak diberikan pendidikan kesehatan tentang hipertensi memberi perubahan perilaku gaya hidup yang baik pada (60%) responden di Puskesmas Dau Kabupaten Malang.

Pendidikan kesehatan sangatlah penting bagi responden terutama yang menderita hipertensi agar lebih memahami tentang bahaya dari dampak penyakit tersebut dan dapat merubah pola hidupnya demi tercapainya hidup sehat. Pendidikan kesehatan tentang gaya hidup sehat merupakan upaya untuk memberikan dorongan agar responden mampu menerapkan diet rendah garam,

melakukan berolahraga secara teratur dengan melakukan jalan pagi atau menggunakan sepeda dan melakukan aktivitas dirumah, mengurangi stress dengan melakukan tidur tepat waktu dan menghindari perselisihan pemikiran dengan orang lain, mencegah kegemukan dengan mengurangi porsi makan dan berhenti merokok.

Hasil penelitian ini sepaham dengan penelitian yang dilakukan Tirtana (2014) membuktikan terdapat pengaruh pendidikan kesehatan hipertensi terhadap perubahan pengetahuan responden tentang perilaku hidup sehat seperti mengatur pola makan dengan membatasi asupan garam, lemak, alkohol, berhenti merokok, dan mengontrol berat badan, melakukan aktivitas fisik, istirahat dan tidur.

## **KESIMPULAN**

- 1) Perilaku gaya hidup sebelum diberikan pendidikan kesehatan pada klien hipertensi di Puskesmas Dau Kabupaten Malang didapatkan sebagian besar memiliki perilaku gaya hidup cukup.
- 2) Perilaku gaya hidup sesudah diberikan pendidikan kesehatan pada klien hipertensi di Puskesmas Dau Kabupaten Malang didapatkan lebih dari separuh memiliki perilaku gaya hidup baik.
- 3) Pendidikan kesehatan tentang hipertensi berpengaruh terhadap perubahan perilaku gaya hidup pada klien hipertensi di Puskesmas Dau Kabupaten Malang.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. 2013. Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2013. Jakarta.
- Dewi, R. 2011. *Penyakit Pemicu Stroke*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Hanata dkk, 2011. *Pola Hidup Sehat untuk Lansia*. Jakarta: Toga Putra.
- Munthe, T. 2010. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Hipertensi Terhadap Perilaku Penderita Hipertensi Di Puskesmas Sioban Kecamatan Sipora Selatan Kabupaten Mentawai. *Skripsi*. Universitas Andalas. Padang.
- Nisa, I. 2012. *Ajaibnya Terapi Herbal Tuntas Penyakit Darah Tinggi*. Jakarta: Dunia Sehat.
- Purwanto. 2010. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Susanti, M.T. 2012. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Hipertensi

Terhadap Pengetahuan Dan Sikap  
Mengelola Hipertensi Di  
Puskesmas Pandaan Semarang.  
*Skripsi.* Stikes Elisabeth.  
Semarang

Tirtana, A. 2014. Pengaruh Pendidikan  
Kesehatan Terhadap Pengetahuan  
Hipertensi Pada Lansia Hipertensi  
Di Rw 04 Tegal Rejo Kelurahan  
Tegal Rejo. *Skripsi.* STIKES  
Aisyiyah. Yogyakarta.

Triyanto, E. 2014. *Pelayanan  
keperawatan bagi penderita  
hipertensi secara terpadu.*  
Yogyakarta: Graha Ilmu.

Wawan, A dan Dewi, M. 2010. *Teori dan  
Pengukuran Pengetahuan, Sikap  
dan Perilaku Manusia.*  
Yogyakarta: Nuha Medika.