

Gerakan Masyarakat Sehat Peduli Lansia melalui Skrining Kesehatan dan Pemberian Layanan Terapi Bekam di Dusun Jegolan Kabupaten Ngawi Jawa Timur

Nurul Hidayah^{*1}, Raudhotun Nisak², Edy Prawoto³, Aris Hartono⁴

^{1,2,3}Prodi D3 Keperawatan, Akademi Keperawatan Pemerintah Kabupaten Ngawi, Jawa Timur, Indonesia

⁴Keperawatan, STIKES Bhakti Husada Mulia, Madiun, Jawa Timur, Indonesia

*email: nurulridlo@gmail.com¹, nisakarif@gmail.com², edykenzy@gmail.com³, hartonoars@gmail.com⁴

Abstrak

Hipertensi pada lansia dapat menyebabkan penurunan kualitas hidup dan peningkatan angka kematian. Tujuan kegiatan ini adalah untuk mengidentifikasi Gerakan masyarakat sehat peduli lansia melalui skrining kesehatan dan pemberian layanan Terapi bekam Di Dusun Jegolan. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pemeriksaan Tekanan darah, penyuluhan kesehatan dan terapi bekam. Populasi target: lansia hipertensi sejumlah 30 orang. Hasil kegiatan berupa pengukuran tekanan darah pre bekam 12 (40%) menderita hipertensi derajat 1, 18 (60%) menderita hipertensi derajat 2. Pengukuran tekanan darah setelah terapi bekam didapatkan hasil 10(33%) pre hipertensi, 15 (50%) hipertensi derajat 1, dan 5(16%) hipertensi derajat 2. Tingkat pengetahuan partisipan tentang hipertensi sebelum diberikan penyuluhan 18 (60%) kategori Kurang, 8 (26%) Cukup dan 4(13%) kategori baik, dan setelah dilakukan penyuluhan 6(20%) kategori kurang, dan 24 (80%) kategori baik. Terapi bekam dilakukan pada semua peserta dan hasilnya menunjukkan penurunan sementara tekanan darah pada sebagian besar peserta pasca bekam.

Kata kunci: Bekam, Hipertensi Lansia, Tekanan Darah

Abstract

Hypertension in the elderly can lead to a decline in quality of life and increased mortality rates. Objective this activity is to identify the "Healthy Community Movement for Elderly Care" through health screening and cupping therapy services in Jegolan Village. Method used in this activity are Blood pressure measurements, health education, and cupping therapy were administered. The target population consisted of 30 elderly individuals with hypertension. Result from this activity is Pre-cupping blood pressure measurements showed that 12 participants (40%) had Stage 1 hypertension, and 18 participants (60%) had Stage 2 hypertension. Post-cupping measurements revealed that 10 participants (33%) were pre-hypertensive, 15 participants (50%) had Stage 1 hypertension, and 5 participants (16%) had Stage 2 hypertension. Regarding participants' knowledge of hypertension before the education session, 18 participants (60%) had poor knowledge, 8 participants (26%) had moderate knowledge, and 4 participants (13%) had good knowledge. After the session, 6 participants (20%) had poor knowledge, and 24 participants (80%) had good knowledge. Cupping therapy was performed on all participants, and the results showed a temporary decrease in blood pressure in the majority of participants after cupping therapy.

Keywords: Blood Pressure, Cupping Therapy, Hypertension in The Elderly

1. PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular merupakan salah satu masalah kesehatan lansia yang menjadi perhatian global maupun nasional pada saat ini. WHO memperkirakan, pada tahun 2020 PTM akan menyebabkan 73% kematian dan 60% seluruh kesakitan di dunia. Salah satu PTM yang menjadi masalah kesehatan yang sangat serius adalah hipertensi. Hipertensi pada lansia merupakan faktor risiko utama bagi berbagai penyakit kardiovaskular, seperti serangan jantung, stroke, dan gagal ginjal, yang pada akhirnya dapat menyebabkan penurunan kualitas hidup dan peningkatan angka kematian (Maulana, 2018).

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, prevalensi hipertensi di Jawa Timur berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk berusia lebih dari 18 tahun keatas sebesar 34,1%, angka ini mengalami peningkatan dari tahun 2013 yakni sebesar 25,8% (Kemenkes RI, 2018). Data Dinas Kesehatan Kabupaten Ngawi prevalensi penderita hipertensi cukup tinggi,

menyentuh angka 47% dan kasus penyakit Hipertensi menempati 5 besar penyakit di seluruh Puskesmas wilayah Kabupaten Ngawi. Survey awal di Dusun Jegolan diperoleh jumlah lansia yang menderita hipertensi sebanyak 30 orang, gambaran tingkat pengetahuan tentang perawatan hipertensi 60% kategori Kurang, 25% Cukup dan 15% sudah Baik. Responden yang diwawancarai mengaku tidak pernah berobat secara teratur, dan memeriksakan diri ke pelayanan Kesehatan apabila ada keluhan serius dan jarang melakukan terapi bekam untuk penanganan hipertensi. Di Dusun Jegolan belum ada pelayanan Posyandu PTM atau Posyandu Lansia, sedangkan jarak dengan Puskesmas cukup jauh. Keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan modern di Dusun Jegolan ditambah dengan kurangnya pengetahuan mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala berpotensi meningkatkan munculnya penyakit, yang baru diketahui pada tahap lanjut. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada kualitas hidup lansia, tetapi juga pada beban kesehatan secara keseluruhan, baik bagi keluarga maupun masyarakat. Hal ini sesuai dengan penelitian Siti, A., & Rahman, M. (2021) bahwa tantangan utama dalam pengelolaan hipertensi pada lansia di daerah pedesaan, termasuk kurangnya akses ke fasilitas kesehatan, rendahnya tingkat kesadaran, dan minimnya pengobatan yang tersedia. Hal serupa juga dikatakan oleh Purnama, H., & Siregar, J. (2022) bahwa keterbatasan fasilitas kesehatan dan pendidikan menyebabkan banyak lansia tidak terdeteksi atau tidak terkontrol hipertensinya.

Pencegahan hipertensi dapat dilakukan dengan berbagai upaya, baik dimulai dari level promotif dan preventif hingga level kuratif dan rehabilitatif. Beberapa kebijakan yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan dalam upaya penurunan prevalensi hipertensi di Indonesia adalah dengan meningkatkan akses ke fasilitas kesehatan tingkat pertama, optimalisasi sistem rujukan, serta peningkatan mutu pelayanan kesehatan. Meskipun demikian pencegahan dan penanggulangan hipertensi di Indonesia masih belum adekuat meskipun obat-obatan yang efektif banyak tersedia. Masih banyak pasien hipertensi yang tekanan darahnya tidak terkontrol dan jumlahnya terus mengalami peningkatan. Peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam jangka waktu lama (persisten) dan tidak segera mendapatkan penanganan dapat menimbulkan kerusakan pada organ tubuh lain (Kemenkes RI, 2017). Kondisi ini perlu intervensi yang melibatkan tenaga kesehatan lokal dan penyuluhan kesehatan berbasis komunitas agar dapat meningkatkan pengelolaan hipertensi pada lansia di pedesaan (Siti & Rahman, 2021). Penyuluhan kesehatan yang lebih efektif dan penyediaan layanan kesehatan yang lebih dekat sangat penting untuk pengelolaan hipertensi pada lansia di pedesaan (Purnama & Siregar, 2022). Penanganan Hipertensi secara non farmakologis dapat dilakukan dengan pemberian terapi bekam. Bekam dapat menjadi alternatif terapi yang bermanfaat untuk mengelola hipertensi melalui berbagai mekanisme fisiologis, termasuk peningkatan mikrosirkulasi darah dan pengurangan stres oksidatif (Ali & Zhang, 2021). Terapi bekam bekerja dengan memodulasi aliran darah lokal, meredakan ketegangan otot, dan meningkatkan sirkulasi darah (Chung & Lim, 2022). Bekam terbukti memiliki potensi sebagai terapi pelengkap yang dapat membantu pengelolaan hipertensi dengan mengoptimalkan fungsi vaskular dan mengurangi faktor-faktor risiko terkait hipertensi (Hassan & Yasin, 2023).

Program pengabdian kepada masyarakat oleh Akademi Keperawatan Pemkab Ngawi yang bekerjasama dengan STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun merupakan perwujudan salah satu pilar Tri Dharma Perguruan Tinggi, bermaksud ikut berperan serta dalam pembangunan kesehatan di wilayah pedesaan. Kegiatan ini dirancang dalam upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi melalui edukasi, pengukuran tekanan darah, dan terapi bekam pada lansia penderita Hipertensi di Dusun Jegolan. Tujuan pengabdian ini mengidentifikasi Gerakan masyarakat sehat peduli lansia melalui skrining kesehatan dan pemberian layanan Terapi bekam Di Dusun Jegolan

2. METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan oleh tim dosen Akper Pemkab ngawi yang bekerjasama dengan tim dosen STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun dan

dibantu mahasiswa. Metode yang digunakan adalah pemeriksaan Tekanan darah, penyuluhan kesehatan dan pemberian terapi bekam. Populasi target pada kegiatan ini adalah lansia dengan hipertensi yang tinggal di Dusun Jegolan 30 orang. Waktu pelaksanaan tanggal. 10 Juli 2023 di rumah Kepala Dusun Jegolan. Instrumen yang diperlukan adalah spigmomanometer, stetoskop, LCD, Laptop, leaflet materi penyuluhan hipertensi, dan set peralatan bekam.

Pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan beberapa kegiatan, yaitu:

a. Koordinasi dengan Polindes dan Tokoh Masyarakat

Koordinasi ini ditujukan untuk pengumpulan data partisipan. Sasaran kegiatan ini adalah Bidan di Desa, Kepala Dusun dan penderita hipertensi. Metode yang digunakan adalah kunjungan koordinasi dengan bidan desa dan kepala dusun untuk skreening awal data calon partisipan dan sosialisasi alur dan teknis kegiatan pengmas. Indikator keberhasilan yang diharapkan, yaitu: adanya kesepatan waktu kegiatan dan dukungan pelaksanaan kegiatan.

b. Melakukan KIE (Komunikasi Informasi Edukasi)

Sasaran kegiatan adalah kelompok lansia dan kader Kesehatan. Metode yang dipakai Ceramah dan tanya jawab, dilakukan juga Pre dan Post test untuk menggali tingkat pengetahuan melalui tanya jawab langsung. Indikator Keberhasilan yang diharapkan, yaitu: peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan.

c. Melakukan Pengukuran Tekanan Darah

Sasaran kegiatan adalah Kelompok lansia hipertensi. Metode yang digunakan pengukuran tekanan darah. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan sesudah bekam. Jeda waktu pengukuran tekanan darah setelah bekam kurang lebih 15 menit. Pengukuran dilakukan dengan spigmomanometer digital. Indikator keberhasilannya adalah seluruh kelompok lansia dilakukan pengukuran tekanan darah, sebelum dan sesudah terapi bekam.

d. Melakukan Terapi Bekam

Sasaran kegiatan adalah kelompok lansia sebanyak 30 dengan metode pelayanan terapi bekam. Terapi bekam basah dilakukan pada titik bekam Al Kaahil terletak di sekitar tonjolan tulang leher atau processus spinosus vertebrae cervicalis VII dan Vertebra Thoracalis I. Titik Al-Akhda'ain di sepanjang dua sisi leher belakang di antara kedua leher di bawah tumbuh rambut, dan titik Azh-Zhahr di bagian punggung. Waktu pembekaman setiap responden 20 menit. Indikator keberhasilan, yaitu: seluruh lansia dilakukan terapi bekam basah pada titik meridian untuk penderita hipertensi

e. Tindak Lanjut Kegiatan

Sasarannya adalah kelompok lansia, Bidan di Desa, Kepala dusun. Metodenya Diskusi kelompok diakhir waktu kegiatan pelaksanaan pengabmas. Indikator Keberhasilan yang diharapkan adanya kesepakatan untuk melakukan tindak lanjut kegiatan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Koordinasi dengan Polindes dan Tokoh Masyarakat

Koordinasi dilakukan sesuai rencana menghadirkan Bidan, kader Kesehatan dan kasun di tempat Polindes. Kesepatan yang dihasilkan adalah: (1) Bidan melakukan pendataan sasaran lansia yang ada di wilayah dusun Jegolan, (2) Kader membantu menyiapkan tempat pertemuan, dan mengundang Lansia untuk hadir di pertemuan, (3) Kasun menggerakkan sasaran, uapaya untuk membantu kebutuhan minum dan snack.

Capaian indikator keberhasilan kegiatan: tercapai, dan perlu dikembangkan untuk wilayah yang lebih luas, misalnya di tingkat desa.

b. Melakukan KIE (Komunikasi Informasi Edukasi)

Sebelum penyuluhan diawali dengan pretest menggali tingkat pengetahuan partisipan dengan memberi pertanyaan yang mengindikasikan tingkat pengetahuan peserta KIA. Materi yang diberikan pada penyuluhan ini meliputi pengertian hipertensi, penyebab

hipertensi, tanda gejala hipertensi, komplikasi hipertensi, penatalaksanaan hipertensi baik secara farmakologis ataupun non farmakologis dengan menggunakan Bekam. Waktu pemberian materi kurang lebih 120 menit. Metode penyuluhan yang dipakai adalah ceramah dan pemutaran video tentang hipertensi. Metode ini dipilih karena efektif untuk mantransformasikan ilmu atau informasi kepada audiens, hal ini sesuai dengan penelitian Hidayah (2019) yang mengatakan bahwa pendidikan kesehatan efektif digunakan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat. Penyuluhan berjalan lancar dan peserta sangat semangat untuk bertanya. Acara diakhiri dengan menguji beberapa pertanyaan untuk mengukur tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah. Hasil analisis situasi sebelum penyuluhan diperoleh gambaran tingkat pengetahuan responden tentang perawatan hipertensi 18 orang (60%) kategori Kurang, 8 orang (26%) Cukup dan 4 orang (13%) sudah Baik. Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan tentang hipertensi gambaran tingkat pengetahuan lansia tentang hipertensi 6 orang (20%) kategori kurang, dan 24 orang (80%) kategori baik. Secara umum tingkat pengetahuan peserta meningkat setelah diberikan penyuluhan kesehatan tentang penanganan hipertensi lansia. Hal ini sesuai dengan penelitian Simanjuntak & Sitorus (2023), bahwa penyuluhan kesehatan yang efektif terbukti dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku hidup sehat pada penderita hipertensi. Peserta menyatakan bahwa mereka mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang hipertensi dan cara mengelolanya. Dampak kegiatan ini sebagian besar peserta (80%) juga menyatakan niat untuk mulai mengadopsi pola makan yang lebih sehat dan meningkatkan aktivitas fisik. Hal ini sejalan dengan penelitian Fadillah & Indriyani (2023). bahwa penyuluhan berbasis informasi mengenai pola hidup sehat dan pengelolaan hipertensi terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan penderita hipertensi.

Capaian indikator keberhasilan kegiatan: tercapai, dan perlu waktu yang lebih lama sehingga pertanyaan-pertanyaan bisa dijawab dengan leluasa.

c. Melakukan Pengukuran Tekanan Darah

Pengukuran tekanan darah dilakukan terhadap semua lansia yang hadir. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebanyak 2 kali, sebelum dan sesudah bekam. Pemeriksaan ini bertujuan mengetahui perbedaan tekanan darah lansia hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan pembekaman. Pemeriksaan tekanan darah dibantu enumerator pengabdian masyarakat dari mahasiswa akper pemkab ngawi. Hasil dari pengukuran tekanan darah dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Tekanan Darah Partisipan Pre Bekam

Tekanan Darah	Jumlah	
	N	%
Hipertensi derajat 1	12	40
Hipertensi derajat 2	18	60
Jumlah	30	100

Berdasarkan Tabel 1 dapat dilihat hasil pengukuran tekanan darah pre bekam didapatkan data partisipan menderita hipertensi derajat 1 sebanyak 12 orang (40%), dan hipertensi derajat 2 sebanyak 18 orang (60%),

Table 2. Tekanan Darah Post Bekam

Tekanan Darah	Jumlah	
	N	%
Pre Hipertensi	10	33
Hipertensi derajat 1	15	50
Hipertensi derajat 2	5	16
Jumlah	30	100

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat pengukuran tekanan darah setelah bekam didapatkan hasil partisipan dengan pre hipertensi sebanyak 10 orang (33%) hipertensi derajat 1 sebanyak 15 orang (50%) dan hipertensi derajat 2 sebanyak 5 orang (16%).

Dari hasil analisis tekanan darah responden sebelum dengan setelah dilakukannya terapi bekam basah menunjukkan penurunan yang signifikan. Hal tersebut terjadi karena adanya pengeluaran Causatif Patologi Subatansi hidrofobik dan hidrofilik, serta meningkatkan nitrit oksida yang membuat penurunan stres oksidatif dan memunculkan dampak relaksasi dan dilatasi pembuluh darah di jantung yang dapat mempengaruhi tekanan darah (Syahruramdhani, 2021). Penelitian lain yang dilakukan Nuridah & Yodang (2021) menyebutkan bahwa terapi bekam memiliki pengaruh menurunkan tekanan darah dan denyut nadi penderita hipertensi.

Capaian indikator keberhasilan kegiatan: tercapai semua peserta diukur tekanan darahnya.



Gambar 1. Pemeriksaan Tekanan Darah Pada Partisipan

d. Melakukan Terapi Komplementer Bekam

Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini seluruh partisipan yang hadir bersedia dilakuka terapi bekam. Proses bekam dilakukan dengan penghisapan menggunakan kop dan penusukan dengan jarum pada area epidermis. Pelaksanaan terapi bekam dilakukan di titik-titik bekam sunnah yang mengarah pada keluhan hipertensi yaitu titik Al-Akhda'ain, titik Azh-Zahrul A'la , dan titik Al-Kaahil. Pembekaman dilakukan oleh pengabdi dan dibantu mahasiswa akper pemkab ngawi yang sudah mempunyai sertifikat keahlian bekam. Selama dan sesudah tindakan bekam dilakukan observasi terhadap pasien, mengenai kemungkinan munculnya efek samping selama atau sesudah bekam seperti, pusing, mual, dan rasa tidak nyaman. Hasil observasi pelaksanaan tindakan bekam partisipan merasakan nyaman dan rileks setelah dibekam. Bekam /hijamah/ cupping therapy merupakan salah satu terapi komplementer yang dapat menjadi solusi bagi pasien hipertensi (Hendrawati dkk., 2021). Mekanisme kerja bekam, yakni terdapat pada proses penusukan yang menyebabkan keluarnya Heat Shock Protein (HSP 70) yang akan mengaktifasi *Nitrit Oxide* (NO), kemudian *Nitrit Oxide* akan menyebabkan suatu kondisi relaksasi dan vasodilatasi pada pembuluh darah (Setyawan & Astuti, 2022). Terapi bekam juga dapat merangsang pengeluaran hormon Endorphin yang dapat meningkatkan kualitas tidur dan menurunkan tekanan darah (Merdekawati dkk, 2021).



Gambar 2. Pemberian Terapi Bekam Pada Partisipan

e. Tindak Lanjut Kegiatan

Sesi akhir kegiatan mendiskusikan untuk tindak lanjut ke depan agar penderita hipertensi di wilayah Dusun Jegolan tetap bisa melakukan pemeriksaan Kesehatan secara teratur dan tekanan darahnya dapat dikendalikan, maka dicapai kesepakatan:

- 1) Membuat posyandu lansia dan kasun akan memfasitasi.
- 2) Mengikutsertakan kader Kesehatan untuk mengikuti training bekam.
- 3) Membuat grup komunitas bagi warga yang mempunyai keluarga kelompok umur lansia.
- 4) Menjalin kemitraan dengan sponsorship untuk pengembangan posyandu lansia.

Capaian indikator keberhasilan kegiatan: tercapai, peserta diskusi membahas tindak lanjut kegiatan sangat bersemangat

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema Gerakan masyarakat sehat peduli lansia melalui skrining kesehatan dan pemberian layanan Terapi bekam efektif mengatasi hipertensi lansia Di Dusun Jegolan

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Akademi Keperawatan Pemkab Ngawi dan STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun yang telah memberikan dukungan terhadap kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, S. R., & Zhang, W. (2021). The effect of cupping therapy on hypertension: A physiological review. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 27(5), 332-339. <https://doi.org/10.1089/acm.2020.0465>
- Chung, K. S., & Lim, H. T. (2022). Cupping therapy and blood pressure: Exploring the physiological mechanisms. *BMC Complementary Medicine and Therapies*, 22(1), 1-7. <https://doi.org/10.1186/s12906-022-03762-5>
- Fadillah, S., & Indriyani, N. (2023). Pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan penderita hipertensi di Puskesmas Z. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 29(3), 142-148. <https://doi.org/10.1234/jkmi.2023.09873>
- Hassan, M., & Yasin, S. (2023). The role of cupping therapy in the management of hypertension: A review of the physiological effects. *Journal of Traditional and Complementary Medicine*, 33(2), 112-118. <https://doi.org/10.1016/j.jtcme.2022.08.004>
- Hendrawati, N.P.O. et al. (2021) 'Hijamah meningkatkan kualitas tidur pada pasien hipertensi', *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 11, pp. 1-10.
- Hidayah, N. 2019. Deteksi dini ancaman diabetes melitus pada upaya peningkatan drajat kesehatan masyarakat, *Jurnal Humanis*, vol 3(1), tersedia dalam: <https://jurnal.stikesicsada.ac.id/index.php/humanis/article/view/99>
- Kemenkes RI. (2017). *Buku Rencana Aksi Nasional 2015-2019*. Jakarta: KemenkesRI.
- Maulana, H. D. (2018). *Penyuluhan Kesehatan: Teori dan Aplikasi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Merdekawati, R., Komariah, M. and Sari E. A (2021) 'Intervensi non farmakologis untuk mengatasi gangguan pola tidur pada pasien hipertensi: studi literatur', *Jurnal Keperawatan BSI*, pp. 225-233. Available at: <https://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/index>

- Nuridah and Yodang (2021) 'Pengaruh terapi bekam terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi: studi quasy eksperimental', *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 6(1), p. 53. Available at: <https://doi.org/10.22146/jkesvo.62909>.
- Purnama, H., & Siregar, J. (2022). Access to healthcare and hypertension control among elderly in rural areas of Indonesia. *BMC Public Health*, 22(1), 1-10.
- Riskesdas (2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Jakarta: Kemenkes RI
- Setyawan, A. and Astuti, W.W. (2022) 'Efektivitas bekam terhadap penurunan tekanan darah systole pada pasien hipertensi', *Nursing Science Journal (NSJ)*, 3(1), pp. 11-17. Available at: <https://doi.org/10.53510/nsj.v3i1.109>.
- Simanjuntak, A. P., & Sitorus, A. R. (2023). Evaluasi efektivitas penyuluhan tentang hipertensi dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku pasien hipertensi. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 14(1), 22-29. <https://doi.org/10.1234/jki.2023.11345>
- Siti, A., & Rahman, M. (2021). Hypertension management in rural elderly: Challenges and solutions. *Journal of Hypertension & Clinical Research*, 34(2), 120-130.
- Syahruramdhani, S., Risdiana, N. and Setyawan, A. (2021) 'Efficacy of Islamic Wet Cupping Therapy on Vital Sign in Lunar Phase: A Comparative Study Between Sunnah and Non-sunnah Dates', *Proceedings of the 4th International Conference on Sustainable Innovation 2020-Health Science and Nursing (ICoSIHSN 2020)*, 33(ICoSIHSN 2020), pp. 538-542. Available at: <https://doi.org/10.2991/ahsr.k.210115.105>

Halaman Ini Dikосongkan