

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI DI DAERAH SEKITAR PESISIR KECAMATAN CEPILING

Lailina Wahdah¹, Rosalina²

Program Studi S1 Keperawatan, Universitas Ngudi Waluyo Ungaran

Email : lailinawahdah452@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Hipertensi adalah suatu kondisi atau keadaan dimana tekanan darah mengalami peningkatan $>140/90$ mmHg. Hipertensi dapat disebabkan oleh pola makan yang buruk dan tanda gejala yang tidak disadari

Tujuan : Untuk Mengetahui Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Didaerah Sekitar Pesisir Kecamatan Cepiling

Metode : Desain penelitian ini menggunakan *Survey Analitik* dengan pendekatan *Case Control*. Populasi berjumlah 235 responden. Teknik sampel menggunakan *Purposive Sampling*. Sampel 142 kasus dan kontrol dengan 1:1. Menggunakan alat ukur kuesioner *food frequency questionnarie* dan sudah baku. Analisis data menggunakan *Chi Square*.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan pola makan responden kelompok kasus dari 71 terdapat 56 responden (78,9%) memiliki pola makan buruk dan pola makan baik sebanyak 15 responden (21,1%). Ada hubungan antara pola makan dengan kejadian hipertensi di daerah sekitar pesisir kecamatan cepiling dengan $p\text{-value}=0,0001 < \alpha=0,05$.

Saran : Hasil penelitian ini di harapkan masyarakat sekitar pesisir lebih menjaga pola makan yang sehat (sayuran, buah serta makanan yang rendah lemak dan garam) untuk mengontrol tekanan darah dan melakukan cek tekanan darah secara rutin dalam program posbindu yang ada di desa.

Kata kunci : Pola makan, Hipertensi, Pesisir

ABSTRACT

Background : Hypertension is a condition in which blood pressure increases $>140/90\text{mmHg}$. Hypertension can be caused by a poor diet. The research objective was to determine the relationship between diet and the incidence of hypertension in the coastal areas of Cepiring district.

Method : The design of this study used an analytical survey with a case control approach. The population is 235 respondents. The sampel technique uses purposive sampling. Sampel of 142 cases and controls with 1:1. Using a questionnaire measuring tool. Data analysis using Chi Square.

Result : The results showed that there were 56 respondents (78,9%) who had a bad diet and a good diet as many as 15 respondents (21,1%). There is a relationship between diet and the incidence of hypertension in the area around the coast of Cepiring district with $p\text{-value}=0,0001<\alpha=0,05$).

Suggestion : The results of this research are expected that people around the coast will maintain a more healthy diet such as eating healthy foods (vegetables, fruit, and foods that are low in fat and salt) to control blood pressure and can check blood pressure regularly in the Posbindu program in the village.

Keywords : Dietary habit, hypertension, the coast

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang dapat mengakibatkan morbiditas serta mortalitas yang tinggi pada seseorang. Hipertensi atau penyakit darah tinggi adalah gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkannya (Sutanto, 2010). Secara umum hipertensi merupakan suatu keadaan tanpa gejala. Jika tidak terdeteksi secara dini dan mendapatkan pengobatan dapat menimbulkan kerusakan pada tubuh yaitu dapat terjadi pada ginjal yang dapat menyebabkan gagal ginjal, jantung menyebabkan penyakit penyakit jantung koroner dan otak yang dapat menyebabkan terjadinya stroke. (Mardalena, 2019).

Hingga saat ini hipertensi masih menjadi masalah kesehatan yang cukup besar untuk tetap diatasi. Menurut WHO (World Health Organization) menyebutkan bahwa hipertensi menyerang 22% penduduk di dunia, serta mencapai 36% angka kejadian di Asia Tenggara. Hipertensi juga menjadi penyebab kematian dengan angka 23,7% dari total 1,7 juta kematian di Indonesia tahun 2016. Pada Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) yang dilakukan kementerian kesehatan tahun 2018 menghasilkan peningkatan kejadian hipertensi dibandingkan hasil pada tahun 2013. Prevalensi kejadian hipertensi berdasarkan hasil riskesdas 2018 adalah 34,1%. Angka tersebut lebih tinggi dibandingkan tahun 2013 yang hanya berada di angka prevalensi 25,8%.

Data dari dinas Kesehatan Kabupaten Kendal tahun 2013 didapatkan bahwa penyakit hipertensi mempunyai urutan ke-2 yaitu sebanyak 29523 orang dari 10 penyakit terbanyak di Kabupaten Kendal, dan tahun 2014 sebanyak 23229 orang (Dinkes Kab Kendal, 2014).

Peningkatan tekanan darah atau hipertensi ini sama seperti diabetes yang merupakan silent killer, karena masing-masing individu memiliki gejala yang bervariasi dan penyakit ini juga memiliki gejala hampir sama dengan penyakit lainnya sehingga sulit untuk dibedakan. Gejala-gejala yang dapat timbul pada penderita hipertensi ini antara lain yaitu sakit kepala atau rasa berat pada ditengkuk, mengalami vertigo, jantung terasa berdebar-debar, mudah lelah, penglihatan kabur, telinga berdenging dan dapat terjadi mimisan. (Mardalena, 2019)

Penyebab hipertensi hingga saat ini secara pasti belum dapat diketahui, tetapi gaya hidup berpengaruh besar terhadap kasus ini. Terdapat beberapa faktor yang menjadi resiko terjadinya hipertensi, seperti usia, jenis kelamin, merokok, dan gaya hidup kurang aktivitas yang dapat mengarah ke obesitas (Tirtasari & Kodim, 2019). Pada obesitas prevalensi hipertensi dapat meningkat atau lebih tinggi dibandingkan dengan seseorang yang memiliki berat badan normal. Dimana berat badan yang berlebih atau obesitas dapat meningkatkan beban kerja jantung untuk memompa darah keseluruh tubuh, yang mengakibatkan tekanan darah dapat cenderung lebih tinggi. Selain itu tahanan perifer dapat berkurang atau normal pada seseorang dengan obesitas, sedangkan untuk aktivitas saraf simpatis meningkat, dengan aktivitas renin plasma yang rendah. (Hardinsyah dan I, 2017 : 310)

Pola makan merupakan salah satu faktor yang dapat menyebabkan peningkatan pada tekanan darah. Seseorang dapat mengalami hipertensi karena pola makannya, dimana seseorang yang tidak menjaga pola makannya dan seseorang yang suka dengan makan makanan yang asin, makanan mengandung lemak dan makan daging kambing sehingga dapat menyebabkan atau menimbulkan terjadinya hipertensi (Rumayulis, 2010). Makanan-makanan yang dapat menyebabkan atau meningkatkan tekanan darah jika dikonsumsi terus menerus dalam jangka waktu yang lama antara lain yaitu ikan asin, ikan sarden, ikan pindang, ikan teri kering dan makanan lain yang diawetkan dengan garam. Penggunaan garam dapur yang berlebihan, makan daging kambing yang berlebihan, makan daun singkong yang dikonsumsi terus menerus juga dapat meningkatkan tekanan darah. Dari berbagai hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa status gizi pada seseorang sangat berkaitan dengan tekanan darah karena yang menderita hipertensi dan obesitas lebih banyak dibandingkan dengan status gizi normal (Hardinsyah dan I, 2017: 310).

Pada usia 40 tahun ke atas, kemampuan fungsi fisiologis tubuh seseorang semakin menurun. Jika pola makan seseorang tidak seimbang maka memiliki risiko lebih tinggi mengalami berbagai penyakit degeneratif. Penyakit diabetes melitus, gangguan fungsi ginjal, hipertensi dan stroke dapat meningkat karena konsumsi garam dan gula yang berlebihan sehingga dapat menyebabkan atau mempengaruhi keseimbangan metabolisme yang ada dalam tubuh seseorang. (Prasetyaningrum, 2014).

Pola makan yang salah merupakan salah satu faktor risiko yang dapat menyebabkan meningkatnya penyakit hipertensi. Faktor makanan modern merupakan penyumbang utama terjadinya hipertensi, contoh makanan modern adalah seperti makanan dan minuman dalam kemasan (buah-buahan kalengan, ikan-ikan kaleng, soda dan lain sebagainya) (AS, 2010).

TUJUAN

Mengetahui adanya hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi di daerah sekitar pesisir kecamatan cepiring.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *survey analitik* dimana peneliti mencoba menggali fenomena kesehatan yang terjadi di tempat penelitian tersebut yang berada di daerah sekitar pesisir pantai di daerah cepiring. Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan *case control* untuk mengetahui perbedaan faktor kebiasaan responden yang dapat menyebabkan hipertensi yang berhubungan dengan pola makannya selama ini.

Populasi dari penelitian yang dilakukan ini adalah penderita hipertensi yang ada di tempat penelitian yaitu pesisir Kecamatan Cepiring. Besar populasi yang didapatkan yaitu 235 orang. Untuk teknik sampelnya menggunakan *purposive samplin*. sampel penelitian yang akan dilakukan sebanyak 71 sampel dengan perbandingan kasus dan kontrol 1:1. Sehingga seluruh sampel yang akan diteliti berjumlah 142.

HASIL PENELITIAN

a. Analisis univariat

1) Gambaran umum jenis kelamin responden

Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin di Daerah Sekitar Pesisir (Desa Korowelang Anyar dan Margorejo)

		Kejadian Hipertensi			
		Kontrol		Kasus	
		F	%	f	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	37	52,1	36	50,7
	Perempuan	34	47,9	35	49,3
Total		71	100	71	100

Dari Tabel 4.1. dapat dilihat dari jenis kelamin responden bahwa dari 142 responden yang digunakan sebagai penelitian yang terbagi menjadi kelompok kontrol dan kelompok kasus. Pada kelompok kontrol terdapat 37 responden dengan presentase 52,1% berjenis kelamin laki-laki dan 34 responden dengan presentase 47,9% berjenis kelamin perempuan. Sedangkan pada kelompok kasus terdapat 36 responden dengan presentase 50,7% berjenis kelamin laki-laki dan 35 responden dengan presentase 49,3% berjenis kelamin perempuan.

2) Pola makan responden

Tabel. 4.2. Distribusi Frekuensi Pola Makan Responden di Daerah Sekitar Pesisir (Desa Krowelang Anyar Dan Margorejo)

		Kejadian Hipertensi			
		Kontrol		Kasus	
		F	%	F	%
Pola Makan	Baik	55	77,5	15	21,1
	Buruk	16	22,5	56	78,9
Total		71	100	71	100

Dari tabel 4.2. dapat dilihat bahwa terdapat 55 responden (77,5%) pada kelompok kontrol memiliki pola makan baik, sedangkan terdapat 56 responden (78,9%) pada kelompok kasus memiliki pola makan buruk.

3) Kejadian hipertensi responden

Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Kejadian Hipertensi Responden di Daerah Pesisir (Desa Korowelang Anyar dan Margorejo)

		Frequency	Percent
Kejadian Hipertensi	Kasus	71	50.0%
	Kontrol	71	50.0%
	Total	142	100.0%

Dari Tabel 4.3. dapat dilihat bahwa dari 142 responden terdapat 71 responden dengan presentase 50,0% mengalami kejadian hipertensi,

sedangkan terdapat 71 terseponden dengan presentase 50,0% tidak mengalami kejadian hipertensi.

b. Analisis bivariat

Tabel 4.4. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi di Daerah Sekitar Pesisir (Desa Korowelang Anyar dan Margorejo)

		Kejadian Hipertensi						P- Valu e	OR
		Kontrol		Kasus		Total			
		F	%	F	%	F	%		
Pola	Baik	55	77,5	15	21,1	70	49,3	.000	12,8
Makan	Buruk	16	22,5	56	78,9	72	50,7		
Total		71	100	71	100	142	100		

Dari Tabel 4.4. dapat dilihat bahwa dari 142 responden yang digunakan sebagai penelitian yang terbagi menjadi kelompok kontrol dan kelompok kasus. Pada kelompok kontrol dengan presentase 77,5% mempunyai pola makan yang baik dan 22,5% mempunyai pola makan buruk. Sedangkan pada

kelompok kasus dengan presentase 78,9% mempunyai pola makan buruk dan 21,1% mempunyai pola makan baik.

Hasil uji *Chi Square* didapatkan nilai $p=0.000 < \alpha 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian hipertensi di daerah sekitar pesisir daerah cepiring. Didapatkan pula nilai OR sebesar 12,833 yang artinya pola makan buruk beresiko menyebabkan kejadian hipertensi sebanyak 12,833 kali.

PEMBAHASAN

a. Analisis univariat

1) Pola makan responden

Dari tabel 4.1. dapat dilihat bahwa dari 142 responden, terdapat 72 responden dengan presentase 50,7% memiliki pola makan yang buruk.

Pola makan dalam penelitian ini dikatakan buruk karena responden lebih sering mengonsumsi makanan yang dapat memicu terjadinya hipertensi. Dalam penelitian ini didapatkan responden sering makan makanan seperti daging sapi, garam, smg, daging dan kulit ayam, pindang dan santan. Sedangkan responden jarang makan makanan yang dapat mencegah hipertensi seperti bayam, sawi, labu siam, buncis, anggur dan ikan air tawar.

Hal tersebut dibuktikan dari penelitian yang telah dilakukan oleh Efrida Warganegara pada tahun 2016 yang menyatakan hasil bahwa pola makan yang buruk dapat memicu kejadian obesitas dan peningkatan kolesterol yang akan beresiko menyebabkan hipertensi dan penyakit tidak menular lainnya seperti jantung koroner. (Warganegara, Nur,

Mikrobiologi, Kedokteran, & Lampung, 2007)

2) Kejadian hipertensi responden

Dari tabel 4.2. dapat dilihat bahwa dari 142 responden terdapat 71 responden dengan presentase 50% mengalami kejadian hipertensi, sedangkan 71 responden dengan presentase 50% tidak mengalami hipertensi.

Hipertensi adalah suatu kondisi meningkatnya tekanan darah pada dinding pembuluh darah arteri, keadaan tersebut mengakibatkan jantung bekerja lebih keras untuk mengedarkan darah keseluruh tubuh melalui pembuluh darah. Sehingga dapat mengganggu aliran darah bahkan dapat menyebabkan penyakit degeneratif hingga kematian.

Seserang dapat dikatakan mengalami hipertensi jika pemeriksaan tekanan darah menunjukkan hasil diatas 140/90mmHg. Nilai 140 atau nilai atas menunjukkan tekanan sistolik, sedangkan 90 atau nilai bawah menunjukkan tekanan diastolik.

Dalam penelitian ini terdapat 142 responden yang dibedakan menjadi 2 kelompok yaitu 71 kelompok kasus yang mengalami hipertensi dan 71 kelompok kontrol yang tidak mengalami hipertensi.

b. Analisis bivariat

Dari tabel 4.3. dapat dilihat bahwa dari 142 responden yang digunakan sebagai penelitian yang terbagi menjadi kelompok kontrol dan kelompok kasus. Pada kelompok kasus atau kelompok yang mengalami hipertensi terdapat 56 responden dengan presentase 78,9% mempunyai pola makan buruk.

Pola makan buruk pada penelitian ini yaitu responden lebih banyak dan sering makan makanan seperti mengandung garam yang memiliki kandungan natrium yang cukup tinggi yang dapat meningkatkan tekanan darah, daging dan kulit ayam yang mengandung lemak jenuh dapat menyebabkan tekanan darah tinggi. Makanan tersebut dapat meningkatkan kinerja jantung dan dapat menyebabkan hipertensi. Sedangkan responden jarang memakan makanan yang dapat mencegah hipertensi seperti bayam, sawi, tomat, wortel, pisang, jeruk, semangka, ikan air tawar, tempe dan tahu dimana makanan tersebut mengandung kalium, potasium dan magnesium yang dapat mencegah penebalan dinding arteri sehingga dapat mencegah atau mengontrol hipertensi.

Namun, juga didapatkan hasil penelitian terdapat 15 responden dengan presentase 21,1% pada kelompok kasus atau kelompok yang mengalami hipertensi memiliki pola makan baik. Hal tersebut dilihat dari kuesioner FFQ yang telah diisi responden menyatakan bahwa responden lebih banyak dan sering mengonsumsi makan makanan yang dapat mencegah terjadinya hipertensi seperti bayam, sawi, tomat, wortel, kentang, brokoli, pisang, jeruk, semangka, ikan air tawar, tempe dan tahu. Hipertensi dengan pola makan responden yang baik dapat disebabkan oleh faktor lain seperti keturunan, aktivitas fisik, stres, merokok dan minum alkohol.

Didapatkan pula hasil dari uji bivariate bahwa terdapat 16 responden 22,5% dari kelompok kontrol atau kelompok yang tidak mengalami hipertensi memiliki pola makan buruk yang dapat dilihat dari hasil kuesioner yang diisi oleh responden lebih sering makan makanan yang dapat memicu terjadinya hipertensi seperti daging sapi, daging dan kulit ayam, udang, roti, pindang. Sedangkan responden jarang makan-makanan yang dapat mencegah hipertensi seperti bayam, sawi, tomat, wortel, pisang, jeruk, semangka, tempe dan tahu. Hal tersebut dapat terjadi karena hipertensi juga disebabkan oleh faktor-faktor pemicu yang lainnya selain pola makan.

Dari penjelasan yang diberikan oleh Andra dan Yessie (2013) dapat dilihat bahwa hipertensi tidak hanya disebabkan oleh pola makan saja namun terdapat faktor-faktor lain yaitu adanya genetik atau keturunan, penyakit hipertensi dapat diturunkan dari orang tua yang memiliki riwayat hipertensi kepada anaknya, ada pula faktor keseimbangan hormone yang setiap saat dapat berubah sesuai dengan sistem dalam tubuh.

Dari penelitian ini didapatkan hasil uji Chi Square nilai p value sebesar $p < 0,000 < \alpha = 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian hipertensi di daerah sekitar pesisir di daerah kecamatan cepiring di desa korowelang anyar dan margorejo.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ogis Mega Pratiwi pada tahun 2014 dengan judul “Hubungan

Pola Makan Dengan Kejadian Penyakit Hipertensi Pada Lansia di Dusun Blokseger Kecamatan Tegalsari Kabupaten Banyuwangi” yang didapatkan hasil p-value sebesar 0,0001 yang memiliki kesimpulan bahwa ada hubungan bermakna antara pola makan dengan kejadian penyakit hipertensi pada lansia (Dusun, Kecamatan, & Kabupaten, 2014). Pada penelitian lain yang dilakukan oleh Mahmasani Subkhi pada tahun 2016 dengan judul “Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Posyandu Mawar Desa Sangubayu Kabupaten Puworejo” didapatkan hasil p-value sebesar 0,0001 yang diartikan terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia. (Subkhi, Studi, Keperawatan, & Kesehatan, 2016)

Didapatkan pula nilai OR pada penelitian ini yaitu sebesar 12,833 yang artinya pola makan buruk dengan cara lebih banyak makan makanan yang dapat memicu hipertensi seperti daging sapi, daging kambing, daging dan kulit ayam, keju, sayuran dan buah-buahan kaleng, udang, hati, otak, mie, biskuit, sarden, roti, dendeng, abon, soft drink, pindang, telur asin, kuning telur, santan dan yogurt. Sedangkan responden jarang makan-makanan yang dapat mencegah hipertensi seperti bayam, sawi, tomat, labu siam, wortel, kentang, brokoli, buncis, pisang, jeruk, anggur, mangga, semangka, nanas, tongkol, ikan air tawar, kacang hijau, kacang kedelai, tempe dan tahu setiap harinya akan beresiko menyebabkan kejadian hipertensi sebanyak 12,833 kali pada usia 45-60 tahun.

KESIMPULAN

1. Pola makan responden kelompok kasus pada penelitian ini terdapat 56 responden (78,9%) memiliki pola makan buruk. Sedangkan pada responden dengan kelompok kontrol terdapat 55 responden (77,5%) memiliki pola makan baik.
2. Ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian hipertensi di daerah sekitar pesisir kecamatan cepiring dengan nilai p-value $p=0,0001$ ($<\alpha=0,05$) dengan nilai OR 12,833.
3. Pola makan buruk beresiko menyebabkan kejadian hipertensi sebanyak 12,833 kali pada usia 45-60 tahun dapat dilihat dari nilai OR sebesar 12,833.

SARAN

1. Bagi responden
Diharapkan responden dapat menjaga pola makannya untuk mengontrol tekanan darah dalam mencegah terjadinya hipertensi. Dan melakukan cek kontrol agar mengetahui keadaan kesehatannya.
2. Bagi masyarakat daerah pesisir
Dengan adanya penelitian ini semoga masyarakat di daerah pesisir dapat menjaga pola makannya dengan baik dan menghindari atau tidak sering makan makanan yang dapat menyebabkan hipertensi dan menambah pengetahuan mengenai pencegahan hipertensi.
3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian selanjutnya bisa melakukan penelitian mengenai pengetahuan pola diet yang dapat mencegah hipertensi.

TERIMA KASIH

Terima kasih kepada kedua orang tua, adik dan teman-teman yang selalu memberikan dukungan. Terima kasih kepada bu Rosalina yang selalu memberikan bimbingan kepada peneliti sehingga mampu menyelesaikan skripsi ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Mardalena, Ida. (2019). *DASAR-DASAR ILMU GIZI DALAM KEPERAWATAN Konsep Dan Penerapan Pada Asuhan Keperawatan*. Yogyakarta: PUSTAKA BARU PRESS
- Tim Bumi Medika. (2017). *Berdamai Dengan Hipertensi*. Jakarta: Bumi Medika
- Pakar Gizi Indonesia. (2017). *Ilmu Gizi:Teori & Aplikasi*. Jakarta: ECG
- Dusun, D. I., Kecamatan, B., & Kabupaten, T. (2014). *No Title*.
- Epidemiologi, B., & Masyarakat, F. K. (2019). *PUSKESMAS MANGKANG KOTA SEMARANG*. 7.
- Kadir, S. (2019). *Pola makan dan kejadian hipertensi*. 1(2), 56–60.
- Kunci, K., & Pustaka, D. (2018). *KORELASI UMUR DAN JENIS KELAMIN DENGAN PENYAKIT HIPERTENSI DI EMERGENCY CENTER UNIT RUMAH SAKIT ISLAM SITI KHADIJAH PALEMBANG 2017*. 3(1), 9–16.
- Naufal, K., Robby, A., Soesetijo, F. X. A., Caesarina, A., & Marchianti, N. (n.d.). *Konsumsi Garam sebagai Faktor Determinan Grade Hipertensi pada Penderita Hipertensi Primer di Wilayah Pesisir (Consumption of Salt as a Determinant Factor of Grade Hypertension in Patients Essential Hypertension on the Coastal Areas)*. 234(1), 6–10.
- Nursing, C., & Journal, S. (2020). *Cross sectional study* ., 4(April).
- Pola, H., Dan, M., Fisik, A., Kejadian, D., Di, H., & Bawang, T. (2017). *Hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi di kabupaten tulang bawang*. XIII(2), 159–167.
- Saputra, O., Anam, K., Kedokteran, B. P., Kedokteran, F., & Lampung, U. (2013). *Gaya Hidup sebagai Faktor Risiko Hipertensi pada Masyarakat Pesisir Pantai Life Style as Risk Factor of Hypertension in Seaboard Community*. 3–8.
- Subkhi, M., Studi, P., Keperawatan, I., & Kesehatan, F. I. (2016). *No Title*.
- Warganegara, E., Nur, N. N., Mikrobiologi, B., Kedokteran, F., & Lampung, U. (2007). *Faktor Risiko Perilaku Penyakit Tidak Menular*.
- Widjaya, N., Anwar, F., Laura, R., Puspawati, R. R., & Wijayanti, E. (2018). *Hubungan Usia Dengan Kejadian Hipertensi di Kecamatan Kresek dan Tegal Angus , Kabupaten Tangerang The Association Between Age and Incidences of Hypertention in Kresek District And Tegal Angus District , Tangerang Regency*. 26(3), 131–138.

