



PENGETAHUAN TENTANG HIPERTENSI PADA ANGGOTA PROLANIS DI PUSKESMAS TUBAN

Siti Munawaroh¹, Binti Yunariyah², Roudlotul Jannah³, Titik Sumiatin⁴

Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Tuban Poltekkes Kemenkes Surabaya

Email Korespondensi : sitmunawa300403@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi memengaruhi 34,1% populasi di Indonesia, menurut Riskesdas 2018 (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2023). Sebanyak 268.107 orang di Kabupaten Tuban menderita hipertensi, seperti yang dilaporkan dalam Profil Kesehatan Kabupaten Tuban 2023. Menurut Profil Kesehatan Kabupaten Tuban (2023), 13.801 orang di kabupaten tersebut menderita hipertensi, menjadikan Puskesmas Tuban sebagai yang paling terdampak di antara 33 puskesmas di kabupaten tersebut. Salah satu penyebabnya adalah karena masyarakat tidak terlalu memahami tentang hipertensi. Tujuan penelitian ini adalah untuk menilai tingkat kesadaran hipertensi di kalangan anggota Prolanis Puskesmas Tuban. Metodologi penelitian ini bersifat deskriptif cross-sectional. Di Puskesmas Tuban, 76 anggota Prolanis yang didiagnosis menderita hipertensi menjadi populasi penelitian. Sebanyak 64 individu termasuk dalam sampel. Pengambilan sampel dilakukan secara purposive sampling. Pengetahuan tentang hipertensi di kalangan lansia menjadi variabel penelitian. Penelitian ini menggunakan kuesioner untuk mengumpulkan data, kemudian menggunakan tabel, distribusi, frekuensi, dan persentase untuk menggambarkan hasil penelitian. Dari seluruh anggota Prolanis di Puskesmas Tuban, 41 orang (64%) menunjukkan pengetahuan yang memadai tentang hipertensi, menurut hasil penelitian. Kebiasaan hidup sehat anggota Prolanis dipengaruhi oleh kurangnya pemahaman tentang hipertensi, yang disebabkan oleh tenaga kesehatan yang tidak memberikan informasi dan pendidikan yang cukup.

Kata kunci : Pengetahuan, Anggota Prolanis, Penyakit Hipertensi

ABSTRACT

Hypertension affects 34.1% of the population in Indonesia, according to the 2018 Basic Health Research (Riskesdas) (Health Development Policy Agency, 2023). A total of 268,107 people in the Tuban District are hypertensive, as reported in the District Health Profile for 2023. According to the Tuban District Health Profile (2023), 13,801 people in the district suffer from hypertension, making Tuban Community Health Center the most affected among the 33 community health centers in the district. One reason for this is because people do not know too much about hypertension. The goal of this research was to assess the level of hypertension awareness among Tuban Community Health Center's Prolanis members. The research methodology for this study was a cross-sectional descriptive design. At the Tuban Community Health Center, 76 Prolanis members who were diagnosed with hypertension were part of the study population. A total of 64 individuals were included in the sample. It was

purposive sampling that was used. Hypertension knowledge among the elderly served as the study variable. We used a questionnaire to gather data, and then we used tables, distributions, frequencies, and percentages to describe the findings. Of the entire number of Prolanis members at the Tuban Community Health Center, 41 (64%), shown adequate knowledge of hypertension, according to the findings. Prolanis members' healthy living habits were affected by a lack of understanding regarding hypertension, which was caused by health personnel not providing enough information and education.

Keywords : Knowledge, Prolanis Members, Hypertension disease

PENDAHULUAN

Secara global, hipertensi menempati peringkat pertama sebagai penyebab kematian setiap tahun. Sebagian besar populasi menderita hipertensi, suatu kondisi kardiovaskular yang umum (Pujiningsih et al., 2024) Karena hipertensi dapat menyebabkan kematian tanpa menunjukkan banyak gejala yang terlihat, kondisi ini sering disebut sebagai “pembunuh diam-diam”. Jumlah individu yang hidup dengan hipertensi, suatu kondisi kesehatan yang umum, terus meningkat setiap tahun. Risiko kesehatan akibat hipertensi tetap ada terlepas dari adanya gejala atau tidak (Herlambang et al., 2023)

Pasien hipertensi dapat mengambil langkah untuk mengendalikan kondisinya dengan memahami risiko dan manfaat dari pilihan gaya hidup tidak sehat (Seftiana & Kumalasary, 2021). Orang dengan hipertensi kesulitan mengatasi kecambuhan dan menghindari konsekuensi akibat kurangnya pemahaman. Menurut Yuzianti et al. (2023) kesadaran pasien terhadap penyakitnya memainkan peran krusial dalam mencapai kesehatan yang optimal.

Menurut statistik WHO tahun 2019, hampir 1,13 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi; kondisi ini terutama prevalen di negara-negara berpendapatan rendah (Nafi'ah, 2023).

Di antara dewasa berusia 30–79 tahun, prevalensi hipertensi yang disesuaikan usia secara global pada 2019 mencapai 33,1%, sedangkan di kawasan Asia Tenggara sebesar 32,4%. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan (2023) melaporkan bahwa 34,1% penduduk Indonesia menderita hipertensi, berdasarkan data Riskesdas 2018. Pada tahun 2021, 5.803.143 orang, atau 49,7% populasi, tinggal di Jawa Timur dengan hipertensi (Dinkes Jatim, 2021)

Namun, pada tahun 2022, populasi bertambah menjadi 7.088.136 orang, atau 61,1% (Dinas Kesehatan Kabupaten Tuban, 2023). Dan tahun 2023 penderita hipertensi sebesar 74,3% atau 8.678.784 penduduk (Profil Kesehatan Jatim, 2023). Menurut Profil Kesehatan Kabupaten Tuban (2023), didapatkan data penderita hipertensi sebanyak 268.107 penduduk. Dari 33 puskesmas yang ada di kabupaten tuban, puskesmas tuban menduduki peringkat pertama dengan jumlah penderita hipertensi sebanyak 13.801 penduduk (Profil Kesehatan Kabupaten Tuban, 2023).

Selain itu, terdapat variabel yang dapat diubah dan tidak dapat diubah yang berperan dalam perkembangan hipertensi. Jenis kelamin, usia, dan faktor keturunan merupakan contoh variabel yang tidak dapat diubah. Pendidikan, olahraga, dan gizi merupakan elemen yang dapat diubah. Hipertensi hanya dapat berkembang ketika semua faktor risiko ini berinteraksi satu sama lain; dengan kata lain, tidak ada faktor risiko yang dapat menyebabkan hipertensi secara mandiri. Penghentian merokok, pengurangan asupan garam, peningkatan aktivitas fisik, dan manajemen stres merupakan bagian dari Rencana Aksi Global WHO tahun 2014 untuk mengurangi tingkat hipertensi (Suaib et al., 2019)

Sebagai salah satu penyebab utama kematian, hipertensi manifestasi secara fisik melalui berbagai komplikasi, termasuk penyumbatan arteri koroner dan infark, hipertrofi

ventrikel kiri, gagal jantung, penyakit serebrovaskular, dan aterosklerosis koroner. Akibat kelemahan fisik dan perkembangan penyakit kronis mereka, penderita hipertensi sering mengalami dampak psikologis, seperti berkurangnya rasa tujuan dalam hidup. Selain itu, hipertensi pada lansia dapat membuat mereka sulit berkonsentrasi dan merasa cemas, yang pada gilirannya memengaruhi kehidupan sosial mereka, khususnya keinginan untuk berinteraksi dengan orang lain, dan akhirnya kualitas hidup mereka (Fitria & Prameswari, 2021)

Ada dua pendekatan utama dalam pengobatan hipertensi: farmakologis dan non-farmakologis. Perubahan gaya hidup, seperti menurunkan berat badan, mengurangi asupan natrium, mengubah pola konsumsi lemak, berolahraga, mengurangi konsumsi alkohol, berhenti merokok, dan mempraktikkan teknik relaksasi, dapat digunakan sebagai manajemen non-farmakologis (Wulandari et al., 2023)

Salah satu dari banyak inisiatif terbaru yang bertujuan untuk memerangi hipertensi ialah meningkatkan kesadaran akan penyakit ini. Hal ini dapat dicapai dengan mengedukasi penderita hipertensi tentang cara-cara menurunkan faktor risiko mereka terhadap kondisi tersebut. Penyedia layanan kesehatan harus memberikan edukasi kesehatan hipertensi dan menjelaskan hipertensi, pengobatannya, serta prognosisnya kepada pasien agar mereka termotivasi untuk lebih peduli terhadap kesehatan (Suprayitno & Huzaimah, 2020).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional* untuk menggambarkan pengetahuan hipertensi pada anggota Prolanis di Puskesmas Tuban. Dari 76 populasi, ditetapkan 64 sampel dengan rumus Slovin melalui teknik *purposive sampling* sesuai kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen penelitian berupa kuesioner mencakup aspek definisi, faktor risiko, pencegahan, penatalaksanaan, dan komplikasi hipertensi. Data diperoleh dengan persetujuan responden, menjaga anonimitas serta kerahasiaan, lalu dianalisis secara deskriptif melalui tahapan *editing, coding, scoring*, dan tabulasi. Hasil penelitian memberikan gambaran tingkat pengetahuan hipertensi yang dikategorikan baik, cukup, atau kurang sebagai dasar peningkatan kesehatan komunitas Prolanis.

HASIL PENELITIAN

Puskesmas Tuban di Desa Sidorejo, Kecamatan Tuban, Kabupaten Tuban, Jawa Timur, berdiri sejak 2010 sebagai UPTD Dinas Kesehatan yang melayani tiga desa dan enam kecamatan. Sebagai pusat layanan kesehatan primer non-rawat inap, puskesmas ini memiliki 13 ruang pelayanan serta didukung polindes, ponykesdes, dan puluhan Posyandu. Selain layanan medis umum, Puskesmas Tuban juga menjalankan program Prolanis bagi penderita penyakit kronis seperti diabetes dan hipertensi melalui pemeriksaan kesehatan, olahraga, promosi kesehatan, dan penyuluhan rutin tiap Sabtu pertama.

Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Anggota Prolanis berdasarkan Umur, Jenis Kelamin, Pendidikan, dan Pekerjaan di Puskesmas Tuban Bulan Mei 2025.

Karakteristik	Frekuensi (f) N = 180	Presentase (%) N =100
Usia		
45-54 Tahun	23	36%
55-65 Tahun	28	44%

66->90 Tahun	13	20%
Total	64	100%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	31	48%
Perempuan	33	52%
Total	64	100%
Pendidikan		
SD	22	34%
SMP	21	33%
SMA	14	22%
PT	7	11%
Total	64	100%
Pekerjaan		
Bekerja	41	64%
Tidak Bekerja	23	36%
Total	64	100%

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa dari 64 pasien hipertensi yang dirawat di Prolanis Puskesmas Tuban, 28 (atau 44% dari total) merupakan anggota kelompok usia Prolanis, yaitu 56 hingga 65 tahun. Dari pasien hipertensi yang dirawat di Prolanis Puskesmas Tuban, 33 (atau 52% dari total) adalah perempuan. Di Prolanis Puskesmas Tuban, 34 persen pasien hipertensi (22 orang) hanya menyelesaikan pendidikan sekolah dasar. Dari pasien hipertensi yang dirawat di Prolanis Puskesmas Tuban, 41 orang (64%) bekerja.

Tabel 4.2 Distribusi Pengetahuan Anggota Prolanis Tentang Penyakit Hipertensi di Puskesmas Tuban bulan Mei 2025.

Pengetahuan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Baik	8	12%
Cukup	41	64%
Kurang	15	23%
Total	64	100%

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa dari total 41 responden yang disurvei, mayoritas anggota Prolanis di Puskesmas Tuban Prolanis memiliki pengetahuan yang memadai mengenai hipertensi (64%).

Tabel 4.3 Tabulasi silang pengetahuan anggota Prolanis berdasarkan karakteristik di Puskesmas Tuban Bulan Mei tahun 2025

Karakteristik	Pengetahuan						Jumlah	Persentase
	Baik	%	Cukup	%	Kurang	%		
Umur								
45-54 tahun	2	9%	19	82%	2	9%	23	100%
55-65 tahun	5	18%	13	46%	10	36%	28	100%
66->90 tahun	1	8%	9	69%	3	23%	13	100%
Total	8	12%	41	64%	15	23%	64	100%
Jenis								

Kelamin								
Laki-laki	3	10%	21	68%	7	23%	31	100%
Perempuan	5	15%	20	61%	8	24%	33	100%
Total	8	13%	41	64%	15	23%	64	100%
Pendidikan								
SD	1	5%	13	59%	8	36%	22	100%
SMP	3	14%	12	57%	6	29%	21	100%
SMA	2	14%	11	79%	1	7%	14	100%
PT	2	29%	5	71%	0	0%	7	100%
Total	8	13%	41	64%	15	23%	64	100%
Pekerjaan								
Bekerja	6	15%	27	66%	8	19%	41	100%
Tidak Bekerja	2	9%	14	61%	7	30%	23	100%
Total	8	13%	41	64%	15	23%	64	100%

Berdasarkan Tabel 4.3, diketahui bahwasanya tingkatan pengetahuan anggota Prolanis hampir seluruh (82%) cukup sebanyak 19 orang pada usia 45-54 tahun, sebagian besar (68%) tingkat pengetahuan anggota Prolanis cukup sebanyak 21 orang berjenis kelamin laki-laki, hampir seluruh (79%) tingkat pengetahuan anggota Prolanis cukup sebanyak 11 orang berpendidikan SMA, sebagian besar (66%) tingkat pengetahuan anggota Prolanis cukup sebanyak 27 orang dengan status bekerja.

PEMBAHASAN

Karakteristik Anggota Prolanis Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin, Pendidikan, dan Pekerjaan di Puskesmas Tuban.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anggota Prolanis di Puskesmas Tuban berusia 55–65 tahun, mayoritas perempuan, hampir separuh hanya berpendidikan sekolah dasar, serta sebagian besar masih bekerja. Temuan ini selaras dengan studi sebelumnya yang menyatakan bahwa risiko hipertensi meningkat seiring bertambahnya usia karena perubahan fisiologis seperti penyempitan lumen pembuluh darah, peningkatan resistensi perifer, dan penebalan arteri (Mahfudhoh, 2023) Faktor jenis kelamin juga berperan, meski perbedaan tidak terlalu signifikan. Pria cenderung lebih rentan karena perilaku berisiko seperti merokok dan stres, sementara pada wanita lansia, risiko meningkat akibat menopause yang menurunkan kadar estrogen pelindung pembuluh darah (Irianti et al., 2021)

Pendidikan berpengaruh besar terhadap tingkat pengetahuan kesehatan. Individu dengan pendidikan lebih tinggi lebih mudah memahami informasi dan menerapkan perilaku hidup sehat. Hal ini sejalan dengan pendapat YB Mantra dan studi Darsini et al. (2019) yang menekankan pentingnya pendidikan dalam meningkatkan kedewasaan, disiplin, dan kemampuan menyerap pengetahuan baru. Studi Wahyuni (2021) juga menemukan bahwa responden dengan pendidikan rendah cenderung memiliki pemahaman kesehatan terbatas. Meski demikian, media massa dapat menjadi sarana untuk menjangkau kelompok dengan pendidikan dasar.

Selain faktor usia, jenis kelamin, dan pendidikan, kondisi pekerjaan juga berkontribusi terhadap hipertensi. Sebagian besar anggota Prolanis masih bekerja, yang menuntut fisik dan mental sehingga meningkatkan risiko tekanan darah tinggi. Hal ini diperkuat oleh Hendrawan (2019) yang menjelaskan bahwa beban kerja monoton dan melelahkan dapat memicu stres dan memengaruhi kesehatan. Oleh karena itu, intervensi pencegahan hipertensi di Puskesmas

Tuban perlu memperhatikan faktor usia, gender, pendidikan, serta kondisi pekerjaan agar dapat menurunkan risiko hipertensi pada kelompok Prolanis.

Pengetahuan Anggota Prolanis Tentang Penyakit Hipertensi

Studi ini menunjukkan bahwa sebagian besar anggota Prolanis di Puskesmas Tuban memiliki pemahaman cukup mengenai hipertensi. Pengetahuan, yang berakar dari proses mengenali dan memahami melalui pengalaman, berkembang melalui persepsi yang difasilitasi oleh pancaindra. Menurut taksonomi Bloom, pengetahuan merupakan dasar bagi pembentukan perilaku, di mana tindakan yang dilandasi pengetahuan lebih mungkin bertahan (Darsini dkk., 2019). Faktor-faktor seperti usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, pengalaman, sumber informasi, serta lingkungan sosial budaya turut memengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Namun, keterbatasan akses terhadap informasi dan pendidikan kesehatan dari tenaga medis masih menjadi kendala, sehingga memengaruhi kesadaran lansia dalam menerapkan gaya hidup sehat, termasuk dalam pencegahan hipertensi.

Pengetahuan Anggota Prolanis Tentang Penyakit Hipertensi berdasarkan karakteristik umur di Puskesmas Tuban.

Penelitian menunjukkan bahwa mayoritas anggota Prolanis berusia 45–54 tahun memiliki pemahaman cukup tentang hipertensi. Seiring bertambahnya usia, kemampuan kognitif dan perspektif seseorang berkembang sehingga memudahkan penerimaan informasi kesehatan (Irianti dkk., 2021). Hurlock menjelaskan bahwa usia kronologis mencerminkan pertumbuhan fisik maupun kematangan pikiran dan tindakan. Namun, penelitian Nuraeni (2019) menemukan bahwa risiko hipertensi meningkat 8,4 kali pada usia ≥ 45 tahun dibandingkan usia lebih muda, sehingga pengetahuan yang baik di kelompok usia ini menjadi penting. Temuan ini menunjukkan adanya hubungan antara usia, pengetahuan, dan kesadaran akan hipertensi, meski kemampuan otak dalam memahami informasi kesehatan mulai menurun setelah usia 45 tahun.

Pengetahuan Anggota Prolanis Tentang Penyakit Hipertensi berdasarkan karakteristik jenis kelamin di Puskesmas Tuban.

Studi ini menemukan bahwa sebagian besar anggota Prolanis pria memiliki informasi cukup tentang hipertensi. Hal ini sejalan dengan pandangan Moekijat (dikutip dalam Yuliani, 2018) bahwa jenis kelamin dapat memengaruhi tingkat pengetahuan, di mana pria cenderung lebih terpapar informasi melalui aktivitas sosial dan pengalaman yang lebih luas. Meskipun Zaidi (2010) menunjukkan tidak ada perbedaan IQ antara pria dan wanita, penelitian lain (Anwar dkk., 2019) menemukan adanya perbedaan cara otak bekerja dalam memproses emosi, ingatan, dan pengambilan keputusan. Perbedaan gender membentuk persepsi, sikap, dan pengetahuan, namun tidak berarti salah satu lebih unggul secara intelektual (Putra & Podo, 2017)

Dengan demikian, meskipun pria tampak lebih berpengetahuan karena akses informasi yang lebih luas, faktor lingkungan, peran sosial, dan kesempatan belajar turut menentukan. Peneliti menyimpulkan bahwa dengan dukungan dan sumber daya yang setara, baik pria maupun wanita dapat memperoleh pengetahuan dengan kecepatan yang sama.

Pengetahuan Anggota Prolanis Tentang Penyakit Hipertensi berdasarkan karakteristik Pendidikan di Puskesmas Tuban.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruh anggota Prolanis berijazah SMA atau setara dan memiliki pemahaman cukup tentang hipertensi. Temuan ini sejalan dengan pendapat Notoatmodjo (2003, dikutip dalam Nia dkk., 2018) serta Wawan (2010, dikutip dalam Nia dkk., 2018) yang menegaskan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang,

semakin luas pula pengetahuannya, karena pendidikan membentuk cara berpikir, sikap, dan perspektif dalam memahami informasi. Dengan demikian, tingkat pendidikan berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan, di mana anggota Prolanis yang berpendidikan menengah atas terbukti memiliki pemahaman lebih baik mengenai hipertensi dibandingkan mereka yang berpendidikan lebih rendah.

Pengetahuan Anggota Prolanis Tentang Penyakit Hipertensi berdasarkan karakteristik Pekerjaan di Puskesmas Tuban.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anggota Prolanis yang memiliki pengetahuan cukup tentang hipertensi adalah mereka yang bekerja, sedangkan pada kelompok usia yang lebih tua dengan pengetahuan memadai justru banyak yang tidak bekerja. Temuan ini sejalan dengan penelitian Darsini dkk. (2019) yang menyatakan bahwa lingkungan kerja memberikan peluang bagi individu untuk memperoleh pengalaman dan informasi, baik secara langsung maupun tidak langsung. Penelitian Syarafina (2023) juga menegaskan bahwa pekerjaan dapat memengaruhi tingkat pengetahuan karena pengalaman kerja berkontribusi pada pembentukan wawasan seseorang. Semakin lama seseorang bekerja, semakin banyak pengalaman yang diperoleh, dan hal ini dapat meningkatkan kesadaran serta kebijaksanaan dalam memahami suatu masalah.

Selain itu, Pangesti (2012) menemukan bahwa pekerjaan dapat memengaruhi tingkat pendidikan dan pengalaman yang dimiliki seseorang, khususnya ketika profesi lebih menekankan pada upaya mental dibanding fisik. Putra dan Podo (2017) juga menambahkan bahwa pekerjaan yang menuntut daya pikir tinggi cenderung meningkatkan kemampuan otak dalam menyimpan pengetahuan, sedangkan pekerjaan monoton atau menguras waktu justru dapat membatasi paparan terhadap informasi baru. Dengan demikian, hasil penelitian ini sejalan dengan temuan sebelumnya bahwa jenis dan sifat pekerjaan berperan penting dalam memperluas atau membatasi pengetahuan individu, termasuk pemahaman tentang hipertensi pada anggota Prolanis.

KESIMPULAN

1. Hampir setengah dari anggota Prolanis di Puskesmas Tuban berusia 55-65 tahun, sebagian besar anggota Prolanis berjenis kelamin perempuan, hampir setengah anggota Prolanis berpendidikan SD, dan sebagian besar anggota Prolanis bekerja.
2. Sebagian besar anggota Prolanis di Puskesmas Tuban memiliki pengetahuan cukup tentang penyakit hipertensi.
3. Hampir seluruh dari anggota Prolanis yang berusia 45-54 tahun berpengetahuan cukup tentang penyakit hipertensi, sebagian besar dari anggota Prolanis yang berjenis kelamin laki-laki berpengetahuan cukup tentang penyakit hipertensi, hampir seluruh dari anggota Prolanis yang berpendidikan SD berpengetahuan cukup tentang penyakit hipertensi, dan sebagian besar dari anggota Prolanis dengan pengetahuan cukup tentang penyakit hipertensi memiliki status bekerja.

SARAN

Diharapkan program Prolanis di Puskesmas Tuban dapat berjalan lebih efektif dengan menyesuaikan pada karakteristik anggota, sehingga kualitas kesehatan dan kesejahteraan mereka meningkat. Anggota yang menderita hipertensi dianjurkan rutin mengikuti kegiatan untuk menambah pengetahuan, sementara pihak Puskesmas juga diharapkan melibatkan keluarga dalam edukasi agar dapat mendampingi serta mengingatkan peserta dalam menerapkan perilaku hidup sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2023). *Prevalensi, Dampak, serta Upaya Pengendalian Hipertensi & Diabetes di Indonesia* (pp. 1–2). <https://drive.google.com/file/d/1RGiLjySxNy4gvJLWG1gPTXs7QQRnks--/view>
- Darsini, D., Fahrurrozi, F., & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan: Artikel Review. *Jurnal Keperawatan*, 12, 13.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Tuban. (2023). *Profil Puskesmas Tuban Kabupaten Tuban Tahun 2023*.
- Dinkes Jatim. (2021). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2021*.
- Fitria, S. N., & Prameswari, G. N. (2021). Faktor Risiko Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 1(1), 472–478. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/IJPHN>
- Herlambang, Y., Nugraheni, W. T., & Ningsih, W. T. (2023). Pola Makan Penderita Hipertensi di Puskesmas Tuban Kabupaten Tuban. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(2), 11–20. <https://doi.org/10.5455/mnj.v1i1.555>
- Irianti, C. H., Antara, A. N., & Jati, M. A. S. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi dengan Tindakan Pencegahan Hipertensi di BPSTW Budi Luhur Bantul. *Jurnal Riset Daerah*, 21(3), 4015–4032. <https://ojs.bantulkab.go.id/index.php/jrd/article/view/56>
- Mahfudhoh, F. (2023). Faktor Risiko Tidak Terkontrol Pada Penderita Hipertensi Di Dusun Jabung Kecamatan Jenu Kabupaten Tuban. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 2(9), 2425–2434. <https://doi.org/10.58344/jmi.v2i9.462>
- Nuraeni, E. (2019). Hubungan usia dan jenis kelamin beresiko dengan kejadian hipertensi di Klinik X Kota Tangerang. *Jurnal Jkft*, 4(1), 1–6.
- Pujiningsih, E., Aisyah, S., & Supiana, N. (2024). Gambaran Tingkat Pengetahuan Lansia Tentang Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Gunungsari Tahun 2022. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(1), 729–734.
- Putra, A. W. S., & Podo, Y. (2017). Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan masyarakat dalam mitigasi bencana alam tanah longsor. *Urecol 6th*, 305–314. <http://journal.unimma.ac.id/index.php/urecol/article/view/1549>
- Seftiana, T., & Kumalasary, D. (2021). Tingkat Pengetahuan Lansia Tentang Hipertensi Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 7(4), 865–868. <https://doi.org/10.33024/jkm.v7i4.5251>
- Suaib, M., Cheristina, & Dewiyanti. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Fenomena Kesehatan*, 2(1), 269–276.
- Suprayitno, E., & Huzaimah, N. (2020). Pendampingan Lansia Dalam Pencegahan Komplikasi Hipertensi. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(1), 518. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v4i1.3001>
- Wahyuni, K. I. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Anwar Medika. *Jurnal Ilmiah Farmasi Farmasyifa*, 4(1), 87–97. <https://doi.org/10.29313/jiff.v4i1.6794>
- Wulandari, A., Sari, S. A., & Ludiana. (2023). Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rsud Jendral Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2022. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(2), 163–171.
- Yuzianti, Sawitri, H., & Nadira, C. (2023). Tingkat Pengetahuan Penderita Hipertensi Tentang Terapi Non Farmakologi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 18, 80–85.