

PENGARUH PEMBERIAN PISANG AMBON (*Musa Paradisiaca* Var. *Sapientum Linnaeus*) TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI

Putri Agustianingrum¹, Siti Cholifah S. Chasanah², Rina Puspita Sari³

¹Mahasiswa Program S1 Keperawatan STIKes YATSI

²Dosen Program S1 Keperawatan STIKes YATSI

³Dosen Program S1 Keperawatan STIKes YATSI

putriagus1998@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang penelitian ini adalah penderita hipertensi diharuskan mengkonsumsi rutin obat antihipertensi untuk menurunkan angka tekanan darah tetapi masih banyak penderita yang tidak patuh, secara non farmakologi yaitu dengan mengkonsumsi pisang ambon. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Perumahan Villa Balaraja Rt 010 Rw 005. Metode penelitian ini menggunakan quasi-experiment design dengan rancangan nonequivalent control group design. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita hipertensi berjumlah 70 responden. Sampel penelitian sebanyak 45 responden yang terdiri dari 2 kelompok yaitu 30 kelompok intervensi dan 15 kelompok kontrol dengan teknik purposive sampling. Data diperoleh dengan cara mengukur tekanan darah menggunakan sphygmomanometer. Hasil analisa data menggunakan uji Wilcoxon Signed Ranks Test menghasilkan nilai p-value 0,000 ($p < 0,05$). Kesimpulan penelitian ini adalah ada pengaruh pemberian pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, Pisang Ambon, Tekanan Darah

ABSTRACT

Main problems is hypertension sufferers are required to take antihypertensive medication routinely to reduce blood pressure but there are still many patients who are not compliant, non-pharmacological treatment is consuming ambon banana. The purpose of this study was to study the effect of giving ambon banana to blood pressure in patients with hypertension in Villa Balaraja Residence Rt 010 Rw 005. The population in this study was 70 patients with hypertension. The sample of this study was 45 respondents consisting of 2 groups namely 30 intervention groups and 15 control groups were taken by purposive sampling technique.. Data obtained by measuring blood using a sphygmomanometer. The results of data analysis using paired Wilcoxon Signed Ranks Test produced a p-value of 0,000 ($p < 0.05$). The conclusion of this study is the additional assistance of ambon banana to reduce blood pressure in patients with hypertension. Suggestions are expected for hypertension sufferers to be consumed regularly.

Keywords: Hypertension, Ambon Banana, Blood Pressure

PENDAHULUAN

Penyakit yang tidak menular (PTM) adalah penyakit kronik tanpa bisa ditularkan melalui satu orang yang tertuju pada orang lain (Dinkes Kabupaten Tangerang, 2017). Tahun 2016 dilaporkan sejumlah penyakit tidak menular sebesar 40,5 juta atau 70% kematian secara global dan 17,9 juta atau 44% kematian akibat hipertensi (Egan et al, 2019). Di Asia Tenggara populasi kematian akibat hipertensi pada orang dewasa berkisar 1,5 juta atau 9,4% setiap tahun (Castilo, 2016).

Dinas Kesehatan Provinsi Banten pada tahun 2016 mencatat presentase hipertensi sebesar 24,69% dengan pembagian 26,36% pada pria dan 14,77% pada wanita (Dinkes, Banten, 2016). Sebanyak 186.987 kasus termasuk hipertensi merupakan 10 jenis penyakit tidak menular tertinggi di Kabupaten Tangerang sebesar 56,41%. Angka tersebut mengalami peningkatan sebesar 6,71% dari tahun 2016 (Dinkes Kabupaten Tangerang, 2017). Puskesmas Balaraja jumlah kasus penderita hipertensi pada tahun 2016 sebesar 2.840 jiwa (6,44%) yang terbagi berdasarkan jenis kelamin yaitu pria sebanyak 542 jiwa (2,55%) dan perempuan 2.298 jiwa (10,03%) (Dinkes Kabupaten Tangerang, 2016).

Hipertensi dapat menyerang siapapun mulai dari usia muda hingga lanjut usia. Hasil riset data tahun 2018, didapatkan angka yang cukup signifikan yaitu 13,2% pada usia 18-24 tahun, 20,1% di usia 25-34 tahun dan 31,6% pada kelompok usia 35-44 tahun (Tirtasari & Kodim, 2019).

Prevalensinya terus meningkat dengan adanya berbagai faktor pendorong maka perlu dilakukan pengobatan yang rutin dan terus berlanjut. Selain mengubah kebiasaan pola hidup yang sehat, secara nonfarmakologi, pengobatan hipertensi dapat dilakukan dengan mengonsumsi makanan tinggi kalium rendah natrium. Mengonsumsi buah-buahan yang kaya akan kalium seperti pisang menjadi alternatif pengobatan non farmakologi (Black et al, 2014).

Pisang yang merupakan salah satu buah-buahan dengan kandungan kalium yang cukup tinggi adalah pisang ambon. Pada 100 gr pisang ambon terdapat 435 mg kandungan kalium (Luthbis & Ratnasari, 2020) serta rendah natrium 18 mg dengan berat rata-rata 140 gr untuk perbuah. Pisang ambon dengan kandungan kalium dapat menurunkan dan menstabilkan tekanan darah karena bekerja sama dengan farmakologi antihipertensi pada tubuh seperti komponen penting yang bersifat sebagai *Angiotensin converting Enzyme (ACE) Inhibitor* dalam mengatur pelepasan angiotensin II yang merupakan substansi penyebab meningkatnya tekanan darah melalui vaskokonstriksi pembuluh darah (Tina et al, 2019).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 15 Desember 2019 pada 10 orang penderita hipertensi di Perumahan Villa Balaraja Rt 010 Rw 005, didapatkan bahwa rata-rata penderita hipertensi tidak melakukan pengobatan secara farmakologi lebih lanjut dan belum pernah mendengar pengobatan secara non farmakologi menggunakan pisang ambon. Dengan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui seberapa besar pengaruh pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi di Perumahan Villa Balaraj Rt 010 Rw 005.

METODE

Metode yang digunakan adalah *quasi-experiment* dengan rancangan *nonrandomized control group pre test post test*. Pemberian pisang ambon setiap hari sebanyak 2 buah ± 280 gr selama 7 hari. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh warga yang memiliki tekanan darah tinggi di Perumahan Villa Balaraja Rt 010 Rw 005 sebanyak 70 warga. Jadi pada penelitian ini terdapat sebanyak 30 responden pada kelompok intervensi dan 15 responden pada kelompok kontrol. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa lembar observasi berisi identitas responden beserta hasil pengukuran tekanan darah *pre-post test*, *sphygmomanometer* yang telah terkalibrasi, stetoskop dan pisang ambon. Pelaksanaan penelitian dilakukan selama 7 hari.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Isi Hasil dan Pembahasan

- 1) Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 5.1 Karakteristik Penderita Hipertensi

Karakteristik	Frekuensi	%
Usia		
31-40	8	17,8
41-50	22	48,9
51-60	6	13,3
61-70	4	8,9
71-80	5	11,1
Total	45	100,0
Jenis Kelamin		
Perempuan	24	53,3
Laki-laki	21	46,7
Total	45	100,0

Sumber: Data Primer, 2020

Berdasarkan Tabel 5.1 bahwa dari 45 responden penderita hipertensi sebagian besar ditunjukkan pada usia 41-50 tahun yaitu 22 (48,89%) responden dengan jenis kelamin terbanyak adalah perempuan sebanyak 24 (53,33%) responden.

- 2) Gambaran Tekanan Darah Kelompok Intervensi

Tabel 5.2 Deskripsi Tekanan Darah Kelompok Intervensi Penderita Hipertensi

Keterangan	Mean	SD	Max-Min
Sistolik <i>Pre Test</i>	154,33	11,651	190-140

Diastolik <i>Pre Test</i>	104,67	5,074	110-100
Sistolik <i>Post Test</i>	138,00	10,306	160-120
Diastolik <i>Post Test</i>	92,33	7,739	100-80

Sumber: Data Primer, 2020

Berdasarkan Tabel 5.2 menunjukkan bahwa sebelum (*pre test*) rata-rata tekanan darah sistolik kelompok intervensi 154,33 dengan standar deviasi 11,651 dan nilai terendah 140 serta nilai tertinggi 190. Sedangkan rata-rata tekanan darah diastolik kelompok intervensi 104,67 dengan standar deviasi 5,074 dan nilai terendah 100 serta nilai tertinggi 110. Untuk sesudah (*post test*) rata-rata tekanan darah sistolik kelompok intervensi 138,00 dengan standar deviasi 10,306 dan nilai terendah 120 serta nilai tertinggi 140. Sedangkan rata-rata tekanan darah diastolik kelompok intervensi 92,33 dengan standar deviasi 7,739 dan nilai terendah 80 serta nilai tertinggi 100.

3) Gambaran Tekanan Darah Kelompok Kontrol

Tabel 5.3 Deskripsi Tekanan Darah Kelompok Kontrol Penderita Hipertensi

Keterangan	Mean	SD	Max-Min
Sistolik <i>Pre Test</i>	152,00	9,411	170-140
Diastolik <i>Pre Test</i>	106,67	4,880	110-100
Sistolik <i>Post Test</i>	158,67	7,432	170-150
Diastolik <i>Post Test</i>	108,00	4,140	110-100

Sumber: Data Primer, 2020

Berdasarkan Tabel 5.5 menunjukkan bahwa sebelum (*pre test*) rata-rata tekanan darah sistolik kelompok kontrol 152,00 dengan standar deviasi 9,411 dan nilai terendah 140 serta nilai tertinggi 170. Sedangkan rata-rata tekanan darah diastolik kelompok kontrol 106,67 dengan standar deviasi 4,880 dan nilai terendah 100 serta nilai tertinggi 110. Untuk sesudah (*post test*) rata-rata tekanan darah sistolik kelompok kontrol 158,67 dengan standar deviasi 7,432 dan nilai terendah 150 serta nilai tertinggi 170. Sedangkan rata-rata tekanan darah diastolik kelompok kontrol 108,00 dengan standar deviasi 4,140 dan nilai terendah 100 serta nilai tertinggi 110.

4) Uji Normalitas

Tabel 5.4 Uji Normalitas *Shapiro Wilk Test*

Kelompok	TD	
	Std.	Nilai Sig.
Sistolik Pre Intervensi	11,651	0,000
Diastolik Pre Intervensi	5,074	0,000
Sistolik Post Intervensi	10,306	0,000

Diastolik Post Intervensi	7,739	0,000
Sistolik Pre Kontrol	9,411	0,048
Diastolik Pre Kontrol	4,880	0,000
Sistolik Post Kontrol	7,432	0,006
Diastolik Post Kontrol	4,140	0,000

Sumber: Data Primer, 2020

Berdasarkan Tabel 5.8 menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi tekanan darah sistolik dan diastolik baik *pre test* maupun *post test* dengan nilai *sig* 0,000. Pada *pre test* kelompok kontrol tekanan darah sistolik 0,048 dan tekanan darah diastolik dengan nilai *sig* 0,000 serta *post test* kelompok kontrol tekanan darah sistolik dengan nilai *sig* 0,006 dan diastolik dengan nilai *sig* 0,000. Penjelasan diatas didapatkan ($p\text{-value} < 0,05$) sehingga data tidak berdistribusi normal dan pada penelitian ini dapat menggunakan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*.

Analisa Bivariat

Hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* menunjukkan data bahwa pada kelompok intervensi $p\text{-value} (0,000) < \alpha (0,05)$ maka H_0 ditolak artinya ada perbedaan tekanan darah sistolik *pre test* dan *post test* sehingga ada pengaruh pemberian pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Perumahan Villa Balaraja Rt 010 Rw 005.

Isi Hasil dan Pembahasan

Analisa Univariat

1) Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Berdasarkan hasil penelitian yang didapat menunjukkan bahwa usia minimal responden 31 tahun dan usia maksimal responden 80 tahun serta dari 45 penderita hipertensi terbesar berada pada usia 41-50 tahun yaitu 22 (48,9%) responden. Penjelasan diatas menjelaskan bahwa usia menjadi salah satu faktor resiko yang tidak bisa dikontrol untuk terjadinya hipertensi dengan penambahan usia menyebabkan rentan terjadinya perubahan structural dan fungsional pada pembuluh darah. Hal ini sejalan juga dengan penelitian Badriah dkk (2019) yang menemukan usia responden lebih banyak pada rentang usia 40-50 tahun. Prevalensi kecenderungan meningkat penderita hipertensi menurut usia biasanya terjadi pada usia >40 tahun.

2) Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Hasil penelitian berdasarkan jenis kelamin menunjukkan responden penderita hipertensi terbanyak adalah perempuan sebesar 24 (53,3%) orang sedangkan laki-laki hanya 21 (46,7%) orang. Perempuan lebih beresiko memiliki tekanan darah tinggi saat usia >55 tahun dikarenakan telah memasuki masa menopause. Pada masa menopause, hormone estrogen yang berperan meningkatkan kadar *High Density Lipoprotein* (HDL) bertugas melindungi dari penebalan dinding pembuluh darah atau aterosklerosis mulai menurun sehingga mengakibatkan kekakuan arteri dan mengurangi elastisitas pembuluh darah. Proses tersebut akan terus berlanjut seiring usia perempuan bertambah yang umum terjadi antara usia 45-55 tahun bahkan prevalensinya akan terus meningkat setelah usia 65 tahun karena faktor hormone (Protogerou et al., 2017). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Adzahari dkk, (2016) menyatakan bahwa angka kejadian hipertensi pada perempuan sebesar 76,5% sedangkan laki-laki 23,5%. Gaya hidup modern yang tidak sehat, dan diikuti dengan tidak teraturnya pola makan, mengakibatkan tingkat kesehatan manusia semakin merosot (Saputri et al., 2019).

3) Perbedaan Tekanan Darah *Pre Test* Kelompok Intervensi dengan Kelompok Kontrol

Hasil pengukuran rata-rata tekanan darah kelompok intervensi adalah 154/104 mmHg sedangkan kelompok kontrol adalah 152/106 mmHg. Terjadinya hipertensi dipengaruhi oleh beberapa faktor pemicu salah satunya adalah konsumsi makanan tinggi natrium dan rendahnya kalium (Ramadhan, 2015).

Hasil penelitian lain menjelaskan tekanan darah meningkat karena asupan natrium yang berlebih dalam tubuh mengakibatkan terjadinya retensi cairan sehingga meningkatkan volume darah. Jantung yang memompa darah ke seluruh tubuh akan bekerja lebih keras melalui ruangan yang semakin sempit (Purwandari, 2019).

4) Perbedaan Tekanan Darah *Post Test* Kelompok Intervensi dengan Kelompok Kontrol

Hasil pengukuran rata-rata tekanan darah kelompok intervensi adalah 138/92 mmHg sedangkan kelompok kontrol adalah 158/108 mmHg. Makanan yang mengandung kalium salah satunya adalah pisang ambon yang baik menurunkan dan menjaga kestabilan tekanan darah. Hal tersebut didukung oleh penelitian Fatmawati dkk (2017) tentang pengaruh pemberian pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di Panti Sosial Trena Werda Yayasan Al Kautsar Palu yang menjelaskan *p-value* 0,023 ($p < 0,05$) berarti pisang ambon berpengaruh secara signifikan menurunkan tekanan darah sistolik sebesar 25 mmHg dan diastolik sebesar 13,34 mmHg.

Menurut Arifki & Barliana (2018) juga mendukung penjelasan diatas bahwa kandungan kalium yang bekerja mirip obat anti hipertensi di dalam tubuh yaitu *Renin Angiotensin System* yang menyebabkan reabsorpsi natrium dan air di ginjal sehingga berkurangnya volume darah dan tekanan darah pun menjadi menurun. ACE inhibitor inilah yang memblokir produksi hormone angiotensin II sehingga memperlebar pembuluh darah yang mengurangi tekanan darah. Hal ini juga sejalan dengan penelitian Susanti & Resti (2019) pada responden dengan p -value 0,027 ($p < 0,05$) yang berarti terdapat perbedaan antara hasil pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan pisang ambon.

Analisa Bivariat

1) Pengaruh Pisang Ambon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi

Hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* pada kelompok intervensi baik sebelum (*pre test*) maupun sesudah (*post test*) didapatkan p -value (0,000) $< \alpha$ (0,05) maka H_0 ditolak artinya ada pengaruh pemberian pisang ambon terhadap tekanan darah *pre test* dan *post test*.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Bahtiar (2016) tentang pengaruh konsumsi pisang (*Musaparadisiaca l.*) terhadap tekanan darah penderita hipertensi di Dusun Jitengan Balecatur Gamping Sleman Yogyakarta bahwa penurunan tekanan darah terjadi setelah pemberian intervensi pisang ambon pada penderita hipertensi dengan uji *Paired T-test* untuk tekanan darah sistolik baik *pre* maupun *post* didapatkan p -value (0,002) $< \alpha$ (0,05) dan dengan uji *Wilcoxon Test* pada tekanan darah diastolik baik *pre* maupun *post* didapatkan p -value (0,034) $< \alpha$ (0,05) artinya ada pengaruh penurunan tekanan darah setelah diberikan intervensi pisang ambon baik sistolik maupun diastolik pada kelompok intervensi. Penelitian lain yang mendukung oleh Jannah (2018) tentang pemberian pisang ambon pada penurunan tekanan darah di Desa Mojokarang Mojokerto didapatkan p -value (0,000) $< \alpha$ (0,05) sehingga ada pengaruh pisang ambon terhadap hipertensi.

Menurut Peni (2015) dalam Hidayah & Marsaid (2019) bahwa mengkonsumsi pisang ambon sebanyak 2 buah (± 140 gr/buah) dalam sehari dapat memungkinkan menurunkan 10% tekanan darah dalam seminggu karena selain kandungan kalium yang terbukti menurunkan tekanan darah juga karena vitamin yang dikandungnya terutama provitamin A berupa karoten (45mg/100gr). Teori diatas didukung juga oleh penelitian Fatmawati (2017) dalam A. Kristuti (2019) bahwa dalam 100gr pisang ambon

mengandung 435mg kalium dan hanya 18mg natrium sedangkan berat satu buahnya 140gr sehingga kalium yang terkandung adalah 600mg maka sangat efektif dikonsumsi 2 buah/hari selama 7 hari yaitu sebelum sarapan dan sebelum makan malam.

SIMPULAN

Terdapat perbedaan rata-rata tekanan darah sebelum (*pre test*) dan sesudah (*post test*) pada kelompok intervensi sebesar 16,33/12,34 mmHg sehingga ada pengaruh pemberian pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah secara signifikan.

Hasil penelitian ini diharapkan selanjutnya agar dapat digunakan untuk tambahan informasi dalam meningkatkan pengembangan penelitian yang mendatang mengenai manfaat pisang ambon selain hipertensi dan mengharapkan responden yang terlibat baik kelompok intervensi maupun kelompok kontrol dengan konsumsi pisang ambon setiap hari 2 buah per hari maka akan semakin mengurangi tekanan darah pada penderita hipertensi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti berterima kasih atas partisipasi responden yang bersedia meluangkan waktunya dalam penelitian ini. Selain itu, terima kasih juga pada ketua Rt dan ketua Rw yang mengizinkan peneliti dalam menyelenggarakan penelitian di wilayah Perumahan Villa Balaraja Rt 010 Rw 005.

DAFTAR PUSTAKA

Adzahari, H., Parjo, & Kholid Fahdi, F. (2016). *Pengaruh Pisang Ambon (Musa Paradisiaca Var Sapientum Linn) Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Upk Puskesmas Khatulistiwa Kecamatan Pontianak Utara. Journal of Chemical Information and Modeling, 53(9), 1689–1699.*

Agustina, V. (2019). *Kejadian Penyakit Hipertensi Dan Indeks Massa Tubuh Pada Perempuan Yang Tinggal Di Pedesaan Dan Perkotaan.*

Ahmad, B. A., Zakariyya, U. A., Abubakar, M., Sani, M. M., & Ahmad, M. A. (2016). *Pharmalogical Activities of Banana.*

Aiyagari, V. & G. P. B. (Eds. . (2016). *Hypertension and Stroke. In Handbook of Women's Health, Second Edition.*

Alwi, I. (2015). *Kriteria Empirik dalam Menentukan Ukuran Sampel Pada Pengujian Hipotesis Statistika dan Analisis Butir. Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA, 2(2), 140–148.*

- Arifki, Hisban Hamid & Barliana, M. I. (2018). *Karakteristik dan Manfaat Tumbuhan Pisang. Farmaka, 16*, 1–15.
- Astuti, S. L. D., & Rohimah, Y. T. (2020). *Effectiveness of Beet Juice, Potato and Ambon Banana Diet to The Elderly with Hypertension for Blood Pressure Sri Lestari Dwi Astuti I*, Yeni Tutu Rohimah 2*.
- Badriah, D. L., Wulan, N., & Yulianti, A. (2019). *Pengaruh Konsumsi Pisang Emas (Musa Acuminata) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Klien Hipertensi Ringan Di Kecamatan Selajambe Kabupaten Kuningan Tahun 2018*.
- Bahtiar, S. (2016). *Pengaruh Konsumsi Pisang (Musaparadisiaca L.) Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Dusun Jitengan Balecatur Gamping Sleman Yogyakarta*.
- Bakris, G. L., & Sorrentino, M. J. (2018). *Hypertension (Third)*. Philadelphia: Elsevier.
- Batla Jerry, T. M., & Soegijono, S. P. (2019). *Persepsi Kesehatan Dan Well-Being Penderita Hipertensi Di Desa Ritabel. Insight : Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi, 15(1)*, 39.
- Beevers, D. Gareth, Yip, Gregory, Y.H., O'Brien, E. (2015). *ABC of Hypertension*. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (6th ed., Vol. 53).
- Bertalina, B. (2017). *Hubungan Asupan Natrium, Gaya Hidup, Dan Faktor Genetik Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Penyakit Jantung Koroner. Jurnal Kesehatan, 8(2)*, 240.
- Black, Joyce M. & Hawks, J. H. (2014). *Keperawatan Medikal Bedah (8th ed.)*. Singapore: Elsevier.
- Dayanand, G., Sharma, A., Ahmed, M., Jyothi, P. P., & Rani, M. (2015). *Effect of Banana on Blood Pressure of Hypertensive Individuals: A Cross Sectional Study from Pokhara, Nepal. Medical Science, 3(2)*, 233.
- Desira, M. W., S. Sulendri, N. K., Luthfiah, F., & Suhaema. (2019). *Pemberian Puding Tomat Pisang Ambon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Hipertensi Di Posbindu Wilayah Kerja Puskesmas Babakan, Kota Mataram*.
- Dinkes, B. (2016). *Profil Kesehatan Banten 2016*.
- Dinkes Kabupaten Tangerang. (2016). *Profil Kesehatan Kabupaten Tangerang*. Kabupaten Tangerang.
- Dinkes Kabupaten Tangerang. (2017). *Profil Kesehatan Kabupaten Tangerang*. (021), 1–183.
- Edwards, M. G. H. (2019). *Management of Hypertension*. In *British Medical Journal* (Vol. 1).

- Egan, B. M., Kjeldsen, S. E., Grassi, G., Esler, M., & Mancia, G. (2019). *The Global Burden Of Hypertension Exceeds 1.4 Billion People: Should A Systolic Blood Pressure Target Below 130 Become The Universal Standard*. *Journal of Hypertension*, 37(6), 1148–1153.
- Luthbis, A. A., & Ratnasari, F. (2020). *Pengaruh Konsumsi Pisang Ambon Terhadap Peningkatan Kadar HB Ibu Hamil*. 9(1).
- Saputri, E. E., Wibisono, H. A. Y. G., Ariani, S., Waty, F., Hidup, G., & Hamil, I. (2019). *Hipertensi Ibu Hamil Di Rsu Kota Tangerang Selatan Tahun 2019*.
- Tirtasari, S., & Kodim, N. (2019). *Prevalensi Dan Karakteristik Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda Di Indonesia*. 1(2), 395–402.