

Efektivitas Perbandingan Air Rebusan Daun Salam (*Syzygium Polyanthum*) Dengan Konsumsi *Amlodipine* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Kebon Cau Kecamatan Teluknaga

*Effectiveness of Bay Leaf (*Syzygium polyanthum*) Decoction Compared with Amlodipine Consumption on Reducing Blood Pressure Among Elderly Patients with Hypertension in Kebon Cau Village, Teluknaga District*

Zulfa Habibatul Ummah¹, Solihati²

^{1,2}. Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Yatsi Madani, Jl. Aria Santika No. 40A, RT.001/RW.003, Margasari, Kec. Karawaci, Kota Tangerang, Banten 15114

zulfabu15@gmail.com

ABSTRAK

Sejarah artikel:

Diterima 10 September 2025

Revisi 30 Oktober 2025

Diterima 15 Desember 2025

Kata kunci:

Hipertensi, Lansia, Daun Salam.

Hipertensi adalah penyakit tidak menular penyebab utama kematian, terutama pada lansia. Daun salam (*Syzygium polyanthum*) mengandung flavonoid, tanin, minyak atsiri, dan saponin yang berpotensi menurunkan tekanan darah Tujuan: Mengetahui perbandingan efektifitas air rebusan daun salam dengan *amlodipine* terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Desa Kebon Cau Kecamatan Teluknaga. Metode: Penelitian kuantitatif dengan desain *quasi experimental*. *Two group pre-test and post-test with control group* Hasil: Kelompok intervensi menunjukkan penurunan signifikan tekanan darah sistolik ($Z = -3,606$; $p = 0,000$) dan diastolik ($Z = -3,464$; $p = 0,000$) setelah pemberian air rebusan daun salam. Pada kelompok kontrol, tekanan darah sistolik mengalami penurunan tetapi tidak sebesar kelompok intervensi, sedangkan diastolik mengalami penurunan signifikan ($Z = -3,742$; $p < 0,05$). Hasil perbandingan menunjukkan bahwa air rebusan daun salam memiliki efektifitas yang sebanding dengan obat antihipertensi dalam menurunkan tekanan darah.

ABSTRACT

Keywords:

Hypertension, Elderly, Bay Leaf (*Syzygium polyanthum*).

Hypertension is a non-communicable disease and a leading cause of death, especially among the elderly. Bay leaves (*Syzygium polyanthum*) contain flavonoids, tannins, essential oils, and saponins that have the potential to lower blood pressure. Objective: To determine the comparative effectiveness of bay leaf decoction and Amlodipine in reducing blood pressure among elderly patients with hypertension. Method: This research used a quantitative approach with a quasi-experimental design, employing a two-group pre-test and post-test with a control group. Results: The intervention group showed a significant decrease in systolic blood pressure ($Z = -3.606$; $p = 0.000$) and diastolic blood pressure ($Z = -3.464$; $p = 0.000$) after consuming bay leaf decoction. In the control group, systolic blood pressure decreased but not as much as in the intervention group, while diastolic blood pressure decreased significantly ($Z = -3.742$; $p < 0.05$). The comparison results indicated that bay leaf decoction has effectiveness comparable to antihypertensive drugs in reducing blood pressure.

PENDAHULUAN

Hipertensi, atau yang sering disebut sebagai tekanan darah tinggi, penyebab utama kematian di seluruh dunia. Di Indonesia, berdasarkan data dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dan studi kohort tentang penyakit tidak menular (PTM) antara 2011 hingga 2021, hipertensi tercatat sebagai faktor risiko tertinggi yang menyumbang pada kematian, berada di urutan keempat di berbagai daerah di Indonesia, seperti di Jawa Tengah, DIY, Bali. dengan persentase mencapai 10,2%. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) Hipertensi saat ini ada sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di dunia yang menderita hipertensi. Dengan dua pertiga di antara mereka tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. kondisi ini sering kali tidak disadari sekitar 46% penderita yang tidak menyadari kondisi mereka, Prevalensi hanya 42% yang mendapatkan diagnosis pengobatan, dan hanya 21% yang berhasil mengendalikan takanan darahnya. WHO menargetkan penurunan prevalensi hipertensi global sebesar 33% pada tahun 2030 dibandingkan 2010. Prevalensi hipertensi cukup tinggi di kawasan ASEAN, dengan Brunei Darussalam berada di urutan tertinggi 46,4%, Malaysia 30,3%, Thailand 25,7%. (World Health Organization, 2024).

Berdasarkan data Kementerian Republik Indonesia (Kemenkes), data terkini hingga tahun 2024, prevalensi hipertensi di kalangan lansia di Indonesia menunjukkan angka yang cukup tinggi dan signifikan. Pada kelompok usia 55-64 tahun mencapai 45,9% kemudian meningkat menjadi 57,6% pada kelompok usia 65-74 tahun dan mencapai angka tertinggi sebesar 63,8% pada lansia berusia di atas 75 tahun. (Pramitasari & Cahyati, 2022). Lansia rentan mengalami hipertensi akibat penurunan fungsi tubuh, sehingga perlu penanganan untuk mencegah komplikasi serius. Usia dapat mempengaruhi pembentukan pengetahuan seseorang semakin bertambah usia, semakin konstruktif pemahaman mereka terhadap masalah Kesehatan yang dihadapi. (Rosa & Natalya, 2023).

Hal ini disebabkan oleh perubahan alami pada tubuh, seperti berkurangnya elastisitas pembuluh darah, melambatnya metabolisme, serta menurunnya fungsi beberapa organ. Terapi hipertensi terbagi menjadi dua, terapi farmakologi dan non farmakologi. Pengobatan secara farmakologi melibatkan penggunaan obat anti hipertensi, Diuretik (thiazide-like), ACE Inhibitor, ARB (Angiotensin II Receptor Blockers), Calcium Channel Blockers (CCB), Vasodilator langsung, dan strategi non-farmakologis yang melibatkan modifikasi gaya hidup, seperti menjalani pola hidup sehat. Cara alami misalnya makan makanan sehat, mengelola stres, rutin melakukan aktivitas ringan seperti olahraga, dan mengurangi konsumsi garam (Aminullah & Septiany, 2024).

Salah satu tanaman yang mempunyai manfaat dapat menurunkan tekanan darah adalah daun salam (*Syzygium polyanthum*), Berdasarkan sejarah nenek moyang daun salam dapat dipercaya membantu mengatasi berbagai penyakit, termasuk hipertensi. Kandungan kimia dalam daun salam, seperti minyak asiri (sitral dan eugenol), tannin, dan flavonoid, memiliki kemampuan untuk menurunkan tekanan darah. melancarkan peredaran darah di seluruh tubuh serta bekerja dengan melancarkan peredaran darah di seluruh tubuh serta mencegah penyumbatan pada pembuluh darah (aterosklerosis). (Purwono et al., 2024). Salah satu manfaat daun salam (*Syzygium polyanthum*) adalah kemampuan dalam menurunkan tekanan darah. Selain mengandung terpenoid, seskuiterpen, triterpenoid, saponin, lakton, dan flavonoid, daun salam juga mengandung minyak atsiri, tanin, citral, dan euganol. Dalam dosis terapeutik, senyawa flavonoid yang terdapat pada daun salam terbukti efektif menurunkan tekanan darah, kolestrol, gula darah dan asam urat. (Rinjani et al., 2024).

Berdasarkan studi pendahuluan, bahwa hipertensi paling banyak berasal dari warga Rw 004, dengan jumlah 34 orang dari total 199 lansia. Peneliti melakukan observasi pada tanggal 27 mei 2025 di Desa Keboncau Rw 004 tidak melakukan pemeriksaan rutin di puskesmas dan sebagian tidak aktif mengikuti posbindu yang telah disediakan. Di antara mereka ada yang tidak rutin meminum obat antihipertensi, dan mengkonsumsi garam berlebihan, merokok, pola makan yang tidak sehat, dan tinggi lemak.

METODE

Metode dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif, menggunakan metode *quasi experimental* dengan rancangan yang digunakan *two group pre-test* dan *post-test with control group* Penelitian ini melakukan pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian intervensi pemberian air rebusan daun salam pada penderita hipertensi dilakukan selama 7 hari sebanyak 2 kali

sehari, yang bertujuan untuk melihat apakah ada efektivitas perbandingan air rebusan daun salam dengan amlodipine terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia, jenis kelamin

Karakteristik		f	%
Usia	50-64 tahun	26	76.5
	65-80 tahun	8	23.5
	Total	34	100
Jenis kelamin	Laki-laki	3	8.8
	Perempuan	31	91.2
	Total	34	100

Berdasarkan data pada tabel diatas Didapatkan data responden berdasarkan usia 50-64 tahun sebanyak 26 orang (76,5%), dan usia 65-80 tahun sebanyak 8 orang (23,5%). Untuk responden yang berjenis kelamin laki-laki diperoleh data sebanyak 3 orang (8.8%), sedangkan responden Perempuan sebanyak 31 orang (91,2%).

Tabel 2. Hasil Tekanan Darah Sistolik Diastolik Sebelum dan Sesudah Meminum Air Rebusan Daun Salam Pada Kelompok Intervensi

	Sistolik	Kelompok intervensi pre-test		Kelompok intervensi post-test	
		f	%	f	%
Stage I	140-159 mmHg	7	41.2	10	58.8
Stage II	>160mmHg	10	58.8	7	41.2
	Total	17	100.0	17	100.0
Diastolik		f	%	f	%
Stage I	90-99 mmHg	13	76.5	14	82.4
Stage II	>100 mmHg	4	23.5	3	17.6
	Total	17	100.0	17	100.0

Berdasarkan Tabel diatas diketahui bahwa pada kelompok intervensi sebelum diberikan air rebusan daun salam, tekanan darah sistolik responden berada pada kategori hipertensi Stage I sebanyak 7 orang (41,2%) dan Stage II sebanyak 10 orang (58,8%). Setelah diberikan intervensi, terjadi perubahan distribusi, di mana jumlah responden pada kategori Stage I meningkat menjadi 10 orang (58,8%) dan pada kategori Stage II menurun menjadi 7 orang (41,2%). Hal ini menunjukkan adanya perbaikan kondisi tekanan darah sistolik pada sebagian responden.

Untuk tekanan darah diastolik, sebelum intervensi sebagian besar responden berada pada kategori Stage I yaitu 13 orang (76,5%) dan Stage II sebanyak 4 orang (23,5%). Setelah intervensi, jumlah responden dengan kategori Stage I meningkat menjadi 14 orang (82,4%), sedangkan kategori Stage II menurun menjadi 3 orang (17,6%). Perubahan ini mengindikasikan adanya penurunan tingkat keparahan hipertensi setelah pemberian air rebusan daun salam pada kelompok intervensi.

Tabel 3. Hasil Tekanan Darah Sistolik Diastolik Sebelum dan Sesudah Meminum Air Rebusan Daun Salam Pada Kelompok Intervensi

	Sistolik	Kelompok kontrol pre-test		Kelompok kontrol post-test	
		f	%	f	%
Stage I	140-159 mmHg	10	58.8	11	64.7
Stage II	>160mmHg	7	41.2	6	35.3
	Total	17	100.0	17	100.0
Diastolik		f	%	f	%
Stage I	90-99 mmHg	16	94.1	17	100.0
Stage II	>100 mmHg	1	5.9		
	Total	17	100.0	17	100.0

Berdasarkan Tabel diatas dapat diketahui bahwa pada kelompok kontrol sebelum diberikan perlakuan (pre-test), tekanan darah sistolik responden sebagian besar berada pada kategori Stage I yaitu 10 responden (58,8%), sedangkan sisanya 7 responden (41,2%) berada pada kategori Stage II. Setelah dilakukan post-test tanpa intervensi air rebusan daun salam, jumlah responden dengan Stage I meningkat menjadi 11 responden (64,7%), sedangkan kategori Stage II menurun menjadi 6 responden (35,3%).

Untuk tekanan darah diastolik pada kelompok kontrol, sebelum perlakuan sebagian besar responden berada pada kategori Stage I yaitu 16 responden (94,1%), dan hanya 1 responden (5,9%) yang berada pada kategori Stage II. Setelah post-test, seluruh responden (100%) berada pada kategori Stage I, dan tidak ada lagi responden yang berada pada kategori Stage II. Perubahan ini menunjukkan bahwa pada kelompok kontrol terjadi sedikit pergeseran kategori tekanan darah, namun penurunan tersebut tidak signifikan bila dibandingkan dengan kelompok intervensi yang mendapatkan perlakuan air rebusan daun salam.

Tabel 4. Hasil Uji Mann-Whitney Air Rebusan Daun Salam dengan Amlodipine

	Kelompok	N	Meank Rank	Sum Of Ranks
Tekanan darah sistolik Pre test	Intervensi	17	19.68	334.50
	Kontrol	17	15.32	260.50
	Total	34		
Tekanan darah diatolik post test	Intervensi	17	17.50	297.50
	Kontrol	17	17.50	297.50
	Total	34		
Tekanan darah sistolik Pre test	Intervensi	17	14.85	252.50
	Kontrol	17	20.15	342.50
	Total	34		
Tekanan darah diatolik post test	Intervensi	17	17.68	300.50
	Kontrol	17	17.32	294.50
	Total	34		

Berdasarkan pada tabel diatas hasil analisis pada tabel Ranks, diketahui bahwa pada tekanan darah sistolik pre-test, kelompok intervensi memiliki nilai Mean Rank sebesar 19,68 dengan jumlah peringkat (Sum of Ranks) 334,50. Sementara itu, kelompok kontrol memiliki Mean Rank sebesar 15,32 dengan jumlah peringkat 260,50. Hal ini menunjukkan bahwa nilai tekanan darah sistolik awal pada kelompok intervensi cenderung lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Pada tekanan darah diastolik pre-test, kelompok intervensi dan kelompok kontrol memiliki nilai Mean Rank yang sama yaitu 17,50 dengan jumlah peringkat masing-masing 297,50. Hasil ini menunjukkan bahwa kondisi tekanan darah diastolik awal pada kedua kelompok relatif seimbang.

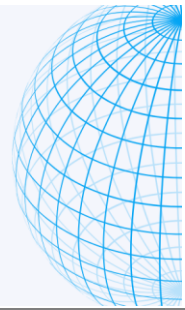
Selanjutnya, pada tekanan darah sistolik post-test, kelompok intervensi memiliki nilai Mean Rank sebesar 14,85 dengan jumlah peringkat 252,50, sedangkan kelompok kontrol memiliki Mean Rank sebesar 20,15 dengan jumlah peringkat 342,50. Hasil ini menunjukkan bahwa setelah intervensi, tekanan darah sistolik kelompok intervensi cenderung lebih rendah dibandingkan kelompok kontrol. Pada tekanan darah diastolik post-test, kelompok intervensi memperoleh Mean Rank sebesar 17,68 dengan jumlah peringkat 300,50, sedangkan kelompok kontrol memperoleh Mean Rank sebesar 17,32 dengan jumlah peringkat 294,50. Perbedaan ini menunjukkan bahwa kondisi tekanan darah diastolik kedua kelompok setelah intervensi relatif sama atau seimbang.

Tabel 5. Hasil Uji Mann-Whitney Air Rebusan Daun Salam dengan Amlodipine

	Tekanan darah sistolik pre test	Tekanan darah diastolik pre test	Tekanan darah sistolik post test	Tekanan darah diastolik post test



JURNAL VOKASI KESEHATAN



Mann-Whitney U	107.500	144.500	99.500	141.500
Wilcoxon W	260.500	297.500	252.500	294.500
Z	-1.276	.000	-1.552	-.104
Asymp. Sig. (2-Tailed)	.202	1.000	.121	.917
Exact Sig. [2*(1-Tailed Sig.)]	.205 ^b	1.000 ^b	.122 ^b	.919 ^b

Berdasarkan pada tabel di atas, berdasarkan hasil uji Mann-Whitney pada Tabel di atas diperoleh nilai *p-value* (Asymp. Sig. 2-tailed) untuk tekanan darah pre sistolik sebesar 0,202, pre diastolik sebesar 1,000, post sistolik sebesar 0,121, dan post diastolik sebesar 0,917. Seluruh nilai *p-value* > 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi (pemberian air rebusan daun salam) dan kelompok kontrol (obat amlodipine) baik pada tekanan darah sebelum maupun sesudah intervensi. Hal ini menunjukkan bahwa kedua intervensi sama-sama dapat menurunkan tekanan darah, namun tidak terdapat perbedaan efek yang bermakna secara statistik di antara keduanya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai efektivitas perbandingan air rebusan daun salam dengan amlodipine terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Desa Kebon Cau Kecamatan Teluknaga, dapat disimpulkan bahwa: Tekanan darah sistolik pada kelompok intervensi mengalami penurunan signifikan dari mayoritas kategori Hipertensi Stage II menjadi Stage I, dengan hasil uji *Mann-Whitney* menunjukkan $Z = -3,606$ dan $p = 0,001$ (< 0,05) setelah pemberian air rebusan daun salam selama 7 hari.

Tekanan darah diastolik pada kelompok intervensi juga mengalami penurunan signifikan dari mayoritas kategori Hipertensi Stage II menjadi Stage I, dengan hasil uji *Mann-Whitney* menunjukkan $Z = -3,464$ dan $p = 0,001$ (< 0,05) setelah pemberian air rebusan daun salam selama 7 hari. Pada kelompok kontrol yang mengonsumsi obat antihipertensi, tekanan darah sistolik mengalami penurunan tetapi tidak sebesar kelompok intervensi, sedangkan tekanan darah diastolik mengalami penurunan signifikan ($Z = -3,742$; $p < 0,05$). Hasil perbandingan kedua kelompok menunjukkan bahwa pemberian air rebusan daun salam efektif signifikan dalam menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik, serta memiliki efektivitas yang sebanding dengan terapi obat antihipertensi sehingga dapat dipertimbangkan sebagai terapi komplementer pada penderita hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ainsyah, R. W., Farid, M., Lusno, D., Korespondensi, A., Biostatistika, D., Fakultas, K., & Masyarakat, K. (2018). Faktor Protektif Kejadian Diare Pada Balita Di Surabaya The Protective Factor of Diarrhea Incidence in Toddler in Surabaya. 6, 51–59. <https://doi.org/10.20473/jbe.v6i1.2018>
- Alfaini, M. N., Danismaya, I., & Andriani, R. (2023). Pengaruh Air Rebusan Daun Salam Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Desa Cisande. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), 4536–4543. <https://doi.org/10.31004/jkt.v4i4.16966>
- Altifani, J. (2025). Pemberdayaan Kader Pengendalian Hipertensi. 1(3), 240–248. <https://doi.org/10.25008/altifani.v1i3.162>
- Amalia Senja; Tulus Prasetyo. (2019). Perawatan Lansia oleh Keluarga dan Care Giver. Bumi Medika (Bumi Aksara).
- American Heart Association. (2017). *Measurement of blood pressure in humans: a scientific statement from the American Heart Association. Hypertension*, 69(5), e1–e26. <https://doi.org/10.1161>.
- Aminullah, M. F., & Septiany, M. (2024). Studi Kasus : Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Salam pada Klien dengan Hipertensi Media Karya Kesehatan : Volume 7 Issue 2 Nov 2024 Pendahuluan Hipertensi adalah penyakit kronis umum yang menyebabkan morbiditas dan

- mortalitas pembuluh darah dan jantung. 7(2), 168–179.
- Ardiansyah, L. O., & Nawawi. (2023). Pengaruh Rebusan Daun Salam (*Syzygiumpolyanthum*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Pajala Kabupaten Muna Barat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Mandala Waluya*, 3(2), 83–93. <https://doi.org/10.54883/jikmw.v3i2.651>
- Astuti, A. D., & Basuk, H. S. P. (2024). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. PT Nuansa Fajar Cemerlang Jakarta. <https://repository.nuansafajarcemerlang.com/media/publications/585446-buku-ajar-keperawatan-gerontik-0c7dd04a.pdf>
- Dinas Kesehatan Provinsi Banten. (2023). *Profil Kesehatan Provinsi Banten Tahun 2023*. <https://banten.bps.go.id/id/publication/2024/04/17/43cc3cc44da7ef1babc8e066/profil-kesehatan-provinsi-banten-2023.html>
- Dr. Ratna Wijayanti Daniar Paramita, S.E., M. M., Noviansyah Rizal, S.E., M.M., Ak, CA, Cf., & Riza Bahtiar Sulistyan, S.E., M. M. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif: Buku Ajar Perkuliahan Metodologi Penelitian bagi Mahasiswa Akuntansi & Manajemen* (ketiga). Widya Gama Press. [https://dosen.upi-yai.ac.id/v5/dokumen/materi/050065/110_20250109042704_Materi Pertemuan 15-Seminar Manajemen Keuangan \(1\).pdf](https://dosen.upi-yai.ac.id/v5/dokumen/materi/050065/110_20250109042704_Materi%20Pertemuan%2015-Seminar%20Manajemen%20Keuangan%20(1).pdf)
- Gadingrejo, P., Gadingrejo, P., Gadingrejo, W. P., & Gadingrejo, P. (2025). *Jurnal Wacana Kesehatan Salt Consumption Pattern With Hypertension In Elderly Akademi Keperawatan Dharma wacana Metro Universitas Muhammadiyah Pringsewu Lampung Janu Purwono , Pola Konsumsi Hipertensi adalah isu kesehatan provinsi dengan penderita Hiperten. 5.*
- Hastuti, A., & amanda Lestari, T. (2021). Pemanfaatan 8 Jenis Rempah Dibidang Kosmetik, Bumbu Masak, Makanan Hingga Fragrance Dan Flavour. *Jurnal Ilmiah Pangan Halal*, 3(April), 9–18. <https://ojs.unida.ac.id/JIPH/article/view/6419>
- Imam Ghozali. (2021). Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 26. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (n.d.). Lansia. Retrieved May 11, 2025, from <https://ayosehat.kemkes.go.id/kategori-usia/lansia>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20240518/5245526/bahaya-hipertensi-upaya-pencegahan-dan-pengendalian-hipertensi/>
- Notoatmodjo, S. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Pokhrel, S. (2024). No TitleEΛENH. *Αγαη*, 15(1), 37–48.
- Pramitasari, A., & Cahyati, W. H. (2022). Kejadian Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Banyudono 1 Kabupaten Boyolali. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 6(4), 204–215. <https://doi.org/10.15294/higeia.v6i4.57037>
- Setiati, S., & Alwi, I. (2022). *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam* (Edisi ke-7). Interna Publishing. <https://books.google.co.id/books?id=Bicsdwaaqbaj&lpg=PR1&dq=penatalaksanaan hipertensi&hl=id&pg=PA1#v=onepage&q=penatalaksanaan hipertensi&f=false>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. https://digilib.stekom.ac.id/assets/dokumen/ebook/feb_35efe6a47227d6031a75569c2f3f39d44fe2db43_1652079047.pdf
- UPK kemenkes RI. (2022). *Mengenal Penyakit Hipertensi*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- World Health Organization. (2024). *World Hypertension Day 2024: Measure Your Blood Pressure Accurately, Control It, Live Longer*. <https://www.who.int/srilanka/news/detail/17-05-2024-world-hypertension-day-2024--measure-your-blood-pressure-accurately--control-it--live-longer>