

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA BOOKLET
TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI PUSKESMAS OEPOI-WILAYAH KERJA KOTA KUPANG**

Ariyance H. Ndapaole¹, Sebastianus K. Tahu², Rosiana Gerontini³

Program Studi Ners Universitas Citra Bangsa

Email: ndapaoleance@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi adalah masalah yang serius dan selalu menyebabkan kecemasan karena ketidaktahuan seseorang tentang penyakit hipertensi seperti faktor penyebab, komplikasi dan cara pengobatan serta pencegahannya. Kondisi ini sangat diharapkan adanya penyuluhan kesehatan tentang hipertensi secara rutin supaya penderita bisa mengontrol dirinya dari penyakit tersebut, sehingga bisa mengurangi tingkat kecemasan yang dirasakan. Pada tahun 2014 ada satu milyar orang di dunia menderita hipertensi dari 2/3 diantaranya berada di negara berkembang yang berpenghasilan rendah sampai sedang, dimana negara Indonesia termasuk dalam negara berkembang. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan dengan media *booklet* terhadap tingkat kecemasan pada penderita hipertensi di Puskesmas Oepoi - Wilayah Kerja Kota Kupang. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif *pra-eksperimental* dengan desain penelitian *One-group pra-post test design*. Teknik sampling yang digunakan yaitu purposive sampling dan jumlah sampel 30 responden. Hasil penelitian didapatkan adanya penurunan tingkat kecemasan pada penderita hipertensi setelah mendapatkan pendidikan kesehatan dengan media *booklet*. Hasil uji hipotesis penelitian menggunakan uji statistik Wilcoxon diperoleh nilai $p = 0,000$ dimana data dikatakan ada pengaruh apabila $p < 0,05$ sehingga H_1 diterima, yang artinya ada pengaruh yang signifikan dengan pemberian pendidikan kesehatan tentang hipertensi dengan media *booklet* terhadap tingkat kecemasan pada penderita hipertensi di Puskesmas Oepoi - Wilayah Kerja Kota Kupang. Diharapkan dengan hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan masukan untuk pelaksanaan pendidikan kesehatan yang selama ini sudah berjalan di Puskesmas Oepoi agar dipertahankan dan ditingkatkan serta dilaksanakan penyuluhan kesehatan secara berkala terkait Penyakit Tidak Menular (PTM) dalam hal ini salah satunya adalah hipertensi.

Kata kunci: *Booklet*, Hipertensi, Kecemasan, Pendidikan Kesehatan.

ABSTRACT

Hypertension is a serious problem and always causes anxiety because of someone's ignorance of hypertension such as causes, complications and methods of prevention or treatment. Due to these conditions, is expected to provide health education about hypertension regularly so that patients can control themselves from the disease, to reduce the level of anxiety they felt. According to the World Health Organization (WHO) in 2014 there were one billion people in the world suffering from hypertension. Two thirds of them found in developing countries with low to moderate income, such as Indonesia. The purpose of this study was to determine the effect of health education by using booklet media towards the level of anxiety in hypertensive patients at Oepoi Community Health Center in the Work Area of Kupang City. This research used pre-experimental method with one-group pre-post test design. The sampling technique used was

purposive sampling with 30 sample respondents. The results showed a decrease in anxiety levels in hypertensive patients after getting health education by using booklet media. The results of the research hypothesis test used Wilcoxon statistical test and obtained a value of $p = 0,000$. The data is said to have an effect if $p < 0.05$ so that H_1 is accepted, which means there was a significant influence on the provision of hypertension with booklet media towards anxiety levels in hypertensive patients at Oepoi Health Center - the Work Area of Kupang City. It is expected that the results of this study can be used as input for the implementation of health education which has been running in Oepoi Health Center so that it is maintained and carried out periodically health education related to Non-Communicable Diseases (NCD) in this case one of which is hypertension.

Keywords: Anxiety, Booklet, Health Education, Hypertension

PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular akhir-akhir ini menjadi trend dalam masalah kesehatan di Indonesia. Selama dua dekade terakhir ini, telah terjadi transisi epidemiologis yang nyata yaitu penyakit tidak menular telah menjadi beban utama, meskipun beban penyakit menular masih berat juga. Indonesia sedang mengalami double burden penyakit, yaitu penyakit tidak menular dan penyakit menular sekaligus. Penyakit tidak menular utama meliputi hipertensi, diabetes melitus, kanker, dan penyakit paru obstruktif kronik (PPOK). Salah satu faktor penting sebagai pemicu penyakit tidak menular (PTM) atau *non-communicable diseases* (NCD) seperti penyakit jantung, stroke, dan lain-lain ialah hipertensi. Beberapa faktor seperti kecemasan dan ketakutan dapat mempengaruhi respon pembuluh darah terhadap rangsang vasokonstriktor. Pada saat bersamaan dimana sistem saraf simpatis merangsang pembuluh darah sebagai respon rangsang emosi, kelenjar adrenal juga terangsang, mengakibatkan tambahan aktivitas vasokonstriksi⁽¹⁾. Hingga saat ini hipertensi masih menjadi penyebab kematian nomor satu di dunia dan perlu perhatian khusus.

Data angka kesakitan penduduk yang berasal dari masyarakat (*community based*

data), diperoleh melalui studi morbiditas dan hasil pengumpulan data dari Dinas Kesehatan Kota Kupang serta dari sarana pelayanan kesehatan (*facility based data*) yang diperoleh melalui sistem pencatatan dan pelaporan, hipertensi termasuk dalam 10 penyakit terbanyak di Kota Kupang. Pada tahun 2016 hipertensi menempati urutan ke 3 dengan jumlah 14.535 (8,8%)⁽²⁾. Data Dinas Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Timur tahun 2017 menunjukkan jumlah kunjungan kasus hipertensi menurut jenis kelamin dan umur tingkat Provinsi NTT sebesar 92.551 orang yang terdiri dari laki-laki sebanyak 39.425 orang dan perempuan sebanyak 53.126 orang. Dari kasus yang ditemukan, kebanyakan penderita hipertensi adalah penderita dengan usia 45-54 tahun, pada laki-laki berjumlah 9.937 orang dan perempuan di usia yang sama berjumlah 16.391 orang. Data dari Dinas Kesehatan Kota Kupang untuk tahun 2017 jumlah kunjungan tertinggi untuk kasus hipertensi yaitu di Puskesmas Oebobo sebesar 2.983 kunjungan dan terendah di Puskesmas Bakunase sebesar 999 kunjungan. Sedangkan data dari Puskesmas Oepoi Kupang menunjukkan kasus hipertensi pada tahun 2017 yang melakukan kunjungan berobat adalah sebesar 1.180 orang dan tahun 2018 sejak bulan Januari sampai April

2018 sebesar 574 orang (Rekam Medik Puskesmas Oepoi Kupang, 2018). Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan kepada 5 orang penderita hipertensi yang di berikan kuisioner HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*) terdapat 3 orang dengan cemas sedang dan 2 orang dengan cemas berat.

Hipertensi dapat didefinisikan sebagai tekanan darah persisten dimana tekanan sistolik di atas 140 mmHg dan tekanan diastolik di atas 90mmHg. Pada populasi manula, hipertensi didefinisikan sebagai tekanan sistolik 160 mmHg dan tekanan diastolik 90 mmHg. Hipertensi merupakan penyebab utama gagal jantung, stroke, dan gagal ginjal. Disebut sebagai “pembunuh diam-diam” karena orang dengan hipertensi sering tidak menampakkan gejala. Begitu penyakit ini diderita, tekanan darah pasien harus dipantau dengan interval teratur karena hipertensi merupakan kondisi seumur hidup. Sekitar 20% populasi dewasa mengalami hipertensi, lebih dari 90% diantara mereka menderita hipertensi esensial (Primer), dimana tidak dapat ditentukan penyebab medisnya. Sisanya mengalami kenaikan tekanan darah dengan penyebab tertentu (hipertensi sekunder). Hipertensi esensial biasanya dimulai sebagai proses labil (intermiten) pada individu pada akhir 30-an dan awal 50-an dan secara bertahap “menetap”. Pada suatu saat dapat juga terjadi mendadak dan berat, perjalanannya dipercepat atau “maligna” yang menyebabkan kondisi pasien memburuk dengan cepat (Smeltzer dan Bare, 2001 dalam Novita, 2016).

Kekhawatiran seseorang akan timbulnya suatu masalah-masalah baru yang ada pada hipertensi akan menyebabkan gangguan mental emosional atau perasaan yang sering kita jumpai salah satunya adalah kecemasan. Perasaan itu muncul akibat ketakutan dan ketidaktahuan seseorang tentang apa yang di

alaminya dan apa yang akan terjadi selanjutnya (Istirokah, 2013). Seseorang menganggap bahwa hipertensi adalah masalah yang serius dan selalu menyebabkan kecemasan karena ketidaktahuan seseorang tentang penyakit hipertensi seperti faktor penyebab, komplikasi dan cara pengobatan serta pencegahannya. Kondisi ini sangat diharapkan adanya penyuluhan kesehatan tentang hipertensi secara rutin supaya penderita bisa mengontrol dirinya dari penyakit tersebut, sehingga bisa mengurangi tingkat kecemasan yang dirasakan.

Pendidikan kesehatan adalah perubahan perilaku yang bukan hanya dipengaruhi oleh sebuah proses transfer teori dari seseorang ke orang lain, akan tetapi perubahan tersebut dapat ditimbulkan karena adanya kesadaran individu, kelompok ataupun masyarakat sehingga masyarakat memperoleh informasi yang digunakan untuk membuat sebuah keputusan kesehatan yang optimal dan berkualitas (Iqbal dan Chayatin, 2009). Media dalam pendidikan kesehatan sangatlah penting untuk penyampaian materi yang akan disampaikan. Namun media hanyalah sebagai alat bantu dalam proses pembelajaran dan bukan satu-satunya sebagai penentu keberhasilan dalam penyampaian pendidikan kesehatan kepada masyarakat. Media *booklet* merupakan suatu media yang digunakan untuk menyampaikan pesan kesehatan yang berbentuk buku yang berisikan tulisan dan gambar. Putu dan Dewa (2012) mengatakan bahwa kelebihan dari *booklet* adalah dapat disajikan lebih lengkap, dapat disimpan lama, mudah dibawa dan dapat memberikan isi informasi yang lebih detail yang mungkin belum didapatkan saat disampaikan secara lisan. Dalam penelitian Artini, dkk didapatkan hasil bahwa pendidikan kesehatan menggunakan media *booklet* lebih efektif dalam peningkatan pengetahuan tentang

chikungunya dibandingkan pendidikan kesehatan menggunakan media leaflet (Artini, 2014).

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat dirumuskan permasalahan “Apakah ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan media *booklet* terhadap tingkat kecemasan pada penderita hipertensi di Puskesmas Oepoi-Wilayah Kerja Kota Kupang ?

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian adalah sesuatu yang sangat penting dalam penelitian, memungkinkan pengontrolan maksimal beberapa faktor yang dapat mempengaruhi akurasi suatu hasil (Nursalam, 2013).

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Pra-eksperimental dengan menggunakan rancangan pra-pascatest dalam suatu kelompok (*One-group pra-post test design*) ciri tipe penelitian ini adalah mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan suatu kelompok subjek. Kelompok subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian diobservasi lagi setelah intervensi (Nursalam, 2013).

Pada penelitian ini peneliti memberikan pendidikan kesehatan pada responden dengan menggunakan *booklet*, sebelum memberikan pendidikan kesehatan peneliti melakukan pengukuran tingkat pengetahuan responden terlebih dahulu selanjutnya setelah pendidikan kesehatan peneliti melakukan pengukuran tingkat pengetahuan responden kembali.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Tingkat kecemasan pada penderita hipertensi sebelum diberikan pendidikan kesehatan di Puskesmas Oepoi - Wilayah Kerja Kota Kupang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan pendidikan kesehatan pada umumnya responden mengalami kecemasan ringan dengan jumlah 20 orang (66,67%) dan cemas sedang 10 orang (33,33%).

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan umur responden paling banyak berusia 45-59 tahun 90%. Semakin matang usia seseorang akan memiliki kematangan kepribadian sehingga lebih sukar dalam mengalami gangguan akibat stres, sebab individu yang matang mempunyai daya adaptasi yang besar terhadap stressor yang timbul. Hal ini sejalan dengan penelitian dimana usia responden sebagian besar matang dan kecemasan responden ringan. Sebaliknya individu yang berkepribadian tidak matang akan bergantung dan peka terhadap rangsangan sehingga sangat mudah mengalami gangguan akibat adanya stres (Suliswati, 2005). Seseorang mempersepsikan bahwa hipertensi adalah masalah paling serius di masyarakat yang sering terjadi dan menyebabkan stroke, serangan jantung bahkan kematian. Saat masalah itu muncul pada diri individu dan mereka mengetahuinya, maka akan memicu perasaan cemas muncul karena dalam lingkungannya masih kurang terpapar dengan informasi-informasi tentang masalah kesehatan seperti hipertensi.

Hal ini didukung juga oleh jenis kelamin responden didapatkan paling banyak responden perempuan 66.67%. Umumnya wanita lebih mudah mengalami stres, tetapi usia harapan hidup wanita lebih tinggi dari pada pria

(Suliswati, 2005). Berdasarkan pekerjaan didapatkan terbesar responden bekerja sebagai swasta 33.33% (10 responden) dan terkecil sebagai petani 6.67% (2 Responden). Pekerjaan merupakan salah satu cara beradaptasi, ketika seseorang memiliki pekerjaan respon yang muncul ketika mengatasi permasalahan lebih rasional. Penurunan produktivitas kerja akan dapat menyebabkan kehilangan minat dan motivasi, yang akhirnya mengarahkan individu pada periode stres disertai dengan kecemasan. Hal ini didukung dengan umur responden dalam penelitian ini pada kategori usia 45-60 tahun yang menunjukkan usia pertengahan bahkan memasuki usia pensiun sehingga menyebabkan produktivitas kerja berkurang dan setelah seseorang mengetahui bahwa dirinya menderita hipertensi maka pada saat itu juga mengalami kecemasan dan berfikir yang lebih buruk terhadap penyakitnya karena menjadi beban yang sangat penting dalam masalah kesehatannya.

2. Tingkat kecemasan pada penderita hipertensi setelah diberikan pendidikan kesehatan di Puskesmas Oepoi - Wilayah Kerja Kota Kupang.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan rata-rata responden setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang hipertensi mengalami penurunan tingkat kecemasan, yang sudah tidak mengalami cemas berjumlah 15 orang (50%), cemas ringan 10 orang (33,33%) dan cemas sedang 5 orang (16,67%).

Kecemasan yang dialami seseorang salah satunya dikarenakan kurangnya wawasan yang luas dan pengetahuan yang cukup. Seseorang cenderung lebih berfikir yang buruk terhadap sesuatu hal yang mengancam dirinya karena rasa takut dan khawatir yang muncul. Akan tetapi setelah mereka mengetahui cara

mengontrol terhadap sesuatu hal yang mengancam dirinya, maka perasaan yang lebih rileks dan tenang memberikan cara berfikir yang lebih baik dalam mengatasi segala permasalahan tentang penyakit yang dialaminya (Lestari, 2015).

Menurut Kemm dan Close dalam Aini (2010) *booklet* memiliki beberapa kelebihan yaitu dapat dipelajari setiap saat, karena desain berbentuk buku, memuat informasi relatif lebih banyak dibandingkan dengan leaflet maupun poster. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan (2013) yang menjelaskan tentang cara mengatasi kecemasan pada seseorang dengan memberikan pendidikan kesehatan guna memenuhi serta meningkatkan kebutuhan dan pengetahuan tentang kesehatan maupun penyakit kepada masyarakat.

Berdasarkan hasil penelitian tingkat pendidikan didapatkan terbanyak berpendidikan SMA 50%, pendidikan responden pada tingkat sekolah menengah atas (SMA) diharapkan sudah dapat menerima informasi melalui pendidikan kesehatan dengan media *booklet* tentang hipertensi. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan saat kunjungan rumah setelah pelaksanaan pendidikan kesehatan dengan media *booklet* responden sudah memahami akan penyakit yang dideritanya ditandai dengan tidak ada lagi pertanyaan dari responden terkait hipertensi. Setelah seseorang mendapatkan pendidikan kesehatan berkaitan dengan penyakitnya, kecemasan yang dialaminya akan menurun sebab tidak perlu lagi ada yang ditakutkan dan dipikirkan dalam merasakan penyakitnya karena sudah tahu cara mengontrol dan menjaganya agar tidak terjadi komplikasi lebih lanjut dan bisa mengurangi tingkat penyakitnya.

3. Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media *booklet* terhadap tingkat kecemasan pada penderita hipertensi di Puskesmas Oepoi - Wilayah Kerja Kota Kupang.

Dari hasil uji hipotesis penelitian menggunakan uji statistik Wilcoxon diperoleh nilai $p = 0,000$ dimana data dikatakan ada pengaruh apabila $p < 0,05$ sehingga H_1 diterima, yang artinya ada pengaruh yang signifikan dengan pemberian pendidikan kesehatan tentang hipertensi dengan media *booklet* terhadap tingkat kecemasan pada penderita hipertensi di Puskesmas Oepoi - Wilayah Kerja Kota Kupang.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Istirokah (2013) didapatkan bahwa kekhawatiran seseorang akan timbulnya suatu masalah-masalah baru yang ada pada penyakit hipertensi akan menyebabkan gangguan mental emosional atau perasaan tidak menyenangkan pada penderitanya maupun orang yang baru saja terdiagnosa.

Penelitian dari Putu dan Dewa (2012) didapatkan bahwa kelebihan dari *booklet* adalah disajikan lebih lengkap, dapat disimpan lama, mudah dibawa dan dapat memberikan isi informasi yang lebih detail yang mungkin belum didapatkan saat disampaikan secara lisan. Sedangkan leaflet memiliki kelebihan efektif untuk pesan singkat dan padat dan mudah dibawa. Sehingga dapat dilihat dari kelebihan masing-masing media, media *booklet* lebih efektif karena memiliki kelebihan yang dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat walaupun tidak harus disampaikan secara keseluruhan.

Kecemasan merupakan keadaan perasaan efektif yang tidak menyenangkan disertai dengan sensasi fisik yang memperingatkan orang terhadap bahaya

yang akan datang. Keadaan yang tidak menyenangkan itu sering kabur dan sulit menunjuk dengan tepat, tetapi kecemasan itu sendiri selalu dirasakan (Lestari, 2015). Sejalan dengan penelitian dari Sari (2012) menjelaskan tentang hasil dari pemberian pendidikan kesehatan mampu mengurangi tingkat kecemasan dengan cukup baik. Dikarenakan hal itu mampu merubah pola pikir seseorang menjadi lebih paham dan mengerti tentang apa yang akan dilakukan selanjutnya serta mengontrol keadaan yang sesuai dengan apa yang dialaminya seperti masalah kesehatan dalam melawan penyakit.

Penelitian dari Setyaningsih (2013) yaitu melakukan penelitian terhadap tingkat kecemasan yang dipengaruhi oleh beberapa faktor dari masing-masing individu itu sendiri tergantung pada coping yang dilakukan. Akan tetapi, tingkat pengetahuan juga menjadi masalah utama yang dapat menyebabkan kecemasan ringan bahkan berat. Pengetahuan yang rendah memicu seseorang untuk berfikir yang buruk tanpa mengetahui secara pasti apa yang terjadi pada dirinya tidak sesuai dengan apa yang ada dalam pikirannya.

Salah satu cara mengatasi kecemasan dengan melakukan pendidikan kesehatan terhadap penderita, pihak keluarga maupun masyarakat sekitar dengan cara mendengar, menyarankan, menjelaskan, mendiskusikan dan membantu memutuskan permasalahan yang ada tentang kesehatan agar coping berjalan dengan baik untuk mengurangi kecemasan dan mengatasi penyakitnya. Pendidikan kesehatan mempengaruhi tingkat kecemasan seseorang yang menderita hipertensi karena sebelum dilakukan pendidikan kesehatan, perasaan cemas muncul akibat dari penyakit yang dialaminya disebabkan karena kurangnya pengetahuan seseorang tentang hipertensi sehingga mereka khawatir dan berpikiran

buruk tentang apa yang akan terjadi selanjutnya tanpa mengetahui cara mencegah, mengontrol dan menanganinya. Akan tetapi, setelah mendapatkan pendidikan kesehatan dengan media *booklet* dimana media *booklet* itu sendiri membantu sasaran pendidikan untuk belajar lebih banyak dan cepat serta merangsang sasaran pendidikan untuk meneruskan pesan-pesan yang diterima kepada orang lain sehingga para penderita hipertensi menjadi lebih mengerti akan penyakitnya bagaimana mencegahnya dan mengobatinya supaya tidak terjadi komplikasi yang lebih lanjut dan hal-hal yang tidak diinginkan. Sehingga kecemasan yang dialaminya bisa menurun ke tingkat yang lebih rendah bahkan merasa tidak cemas lagi. Hal ini didukung juga oleh hasil observasi dan wawancara yang dilakukan saat kunjungan ke rumah, responden mengatakan selalu mendapat dukungan dari anggota keluarga dimana keluarga selalu mengingatkan untuk rutin minum obat, menjaga pola makan dengan melakukan diet yang sesuai untuk hipertensi dan keluarga juga mendampingi saat responden melakukan kontrol di puskesmas maupun di rumah sakit.

KESIMPULAN

1. Sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media *booklet* terhadap tingkat kecemasan pada penderita hipertensi di Puskesmas Oepoi - Wilayah Kerja Kota Kupang didapatkan responden mengalami kecemasan.
2. Setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan media *booklet* terhadap tingkat kecemasan pada penderita hipertensi di Puskesmas Oepoi - Wilayah Kerja Kota Kupang didapatkan sebagian besar responden mengalami penurunan kecemasan.
3. Hasil analisis penelitian ini menunjukkan ada pengaruh terhadap tingkat kecemasan pada penderita hipertensi sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan media *booklet* di Puskesmas Oepoi - Wilayah Kerja Kota Kupang.

DAFTAR PUSTAKA

1. Novita, W.I. dkk. (2016). Buku Ajar Promosi Kesehatan Untuk Mahasiswa Kebidanan. Jakarta: TIM
2. Putra, I.W.A.W.S. (2016). Profil Kesehatan Kota Kupang. https://dinkes-kotakupang.web.id/bank-data/category/1-profil-kesehatan.html?download=23:profil-kesehatan-kota-kupang-tahun-2016/diaksestanggal_05/08/2018_Jam_20.05_WITA
3. Aini. (2010). Pendidikan Kesehatan. https://penyakitku.wordpress.com/2017/02/06/pendidikan-kesehatan/diaksestanggal_05/08/2018_Jam_20.25_WITA
4. Artini, F.R. dkk (2014). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Leaflet Dengan Booklet Terhadap Tingkat Pengetahuan Masyarakat Di Desa Trangsan Gatak Sukoharjo. http://eprints.ums.ac.id/31096/15/02._NASKAH_PUBLIKASI.pdf. Diakses tanggal 17/08/2018 Jam 12.00 WITA
5. Bustan, N. M. (2015). Manajemen Pengendalian Penyakit Tidak Menular. Jakarta: Rineka Cipta
6. DepKes RI. (2006). Strategi Pemilihan Media Promosi Kesehatan Dalam Penanggulangan HIV/AIDS Di Kabupaten Garut. <http://komunikasi.unsoed.ac.id/sites/default/files/STRATEGIPEMILIHANMEDIA/PROMOSIKESEHATANDALAM>

- PENANGGULANGAN HIV/AIDS DI KABUPATEN PATEN GARUT Lukito Komala Evi Noviantidan Priyo Subekti.pdf/diaksestanggal 05/08/2018 Jam 20.20 WITA
7. Dinkes Prov. Jateng. (2013). Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2012. Semarang: Dinkes Jateng.
 8. Istirokah. (2013). Kecemasan Pada Penderita Hipertensi. [https://www.google.co.id/url?q=http://repository.unimus.ac.id/1696/3/BAB1.pdf/diaksestanggal 06/08/2018 Jam 20.40 WITA](https://www.google.co.id/url?q=http://repository.unimus.ac.id/1696/3/BAB1.pdf/diaksestanggal%2006/08/2018%20Jam%2020.40%20WITA)
 9. Iqbal, W dan Chayatin, N. (2009). Ilmu Kesehatan Masyarakat: Teori dan Aplikasi. [https://www.google.co.id/url?q=http://eprints.ums.ac.id/31096/15/02._NASKAH_PUBLIKASI.pdf/diaksestanggal 06/08/2018 Jam 20.45 WITA](https://www.google.co.id/url?q=http://eprints.ums.ac.id/31096/15/02._NASKAH_PUBLIKASI.pdf/diaksestanggal%2006/08/2018%20Jam%2020.45%20WITA)
 10. Kozier, B. dkk. (2010). Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses Dan Praktik. Jakarta: EGC
 11. _____. (2011). Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses Dan Praktik. Jakarta: EGC
 12. Kurniawan, A., Armiyati, Y., & Astuti, R. (2013). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Pre Operasi terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi Hernia di RSUD Kudus, 6(2), 2.
 13. Lestari, T. (2015). Kumpulan Teori Untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika
 14. Muttaqin, Arif. (2009). Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular dan hematologi. Jakarta: Salemba Medika.
 15. Notoatmodjo, S. (2005). Promosi Kesehatan Teori Dan Aplikasinya. Jakarta: Rineka Cipta
 16. Notoatmodjo, S. (2012). Pendidikan Kesehatan. [http://digilib.unila.ac.id/2443/10/BABII.pdf/diaksestanggal 05/08/2018 Jam 20.15 WITA](http://digilib.unila.ac.id/2443/10/BABII.pdf/diaksestanggal%2005/08/2018%20Jam%2020.15%20WITA)
 17. Nugroho, Jefri. (2016). Mari Mengenal Tekanan Darah Tinggi (Hipertensi) Dan Diet Sehat Untuk Hipertensi. [http://id.scribd.com/document/329755112/Booklet-Hipertensidoc/diaksestanggal 10/08/2018 Jam 12.00 WITA](http://id.scribd.com/document/329755112/Booklet-Hipertensidoc/diaksestanggal%2010/08/2018%20Jam%2012.00%20WITA)
 18. Nursalam. (2008). Pendidikan Dalam Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika
 19. _____. (2013). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis. Ed. 3. Jakarta: Salemba Medika
 20. Pender, N.J. et al. (2002). Health Promotion In Nursing Practice (4th ed). Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
 21. Profil Puskesmas Oepoi. (2016). [https://www.puskoep.dinkeskotakupang.web.id/tentangkami/profilpuskesmas.html/diaksestanggal 07/12/2018 Jam 08.20 WITA](https://www.puskoep.dinkeskotakupang.web.id/tentangkami/profilpuskesmas.html/diaksestanggal%2007/12/2018%20Jam%2008.20%20WITA)
 22. Putu dan Dewa. (2012). Media Booklet. [http://erepo.unud.ac.id/19251/3/1420015022-3-BAB2.pdf/diaksestanggal 05/08/2018 Jam 20.10 WITA](http://erepo.unud.ac.id/19251/3/1420015022-3-BAB2.pdf/diaksestanggal%2005/08/2018%20Jam%2020.10%20WITA)
 23. Rekam Medik PKM Oepoi Kupang. (2018). Buku Pencatatan Dan Pelaporan Registrasi Poli Umum. Oepoi: Kupang
 24. Sari, N., dan Istichomah. (2012). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Resiko Perilaku Kekerasan (RPK) terhadap Pengetahuan Keluarga Dalam Merawat Pasien di Poli Jiwa RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Klaten Jawa Tengah, 6(1), 26.
 25. Setyaningsih, T., Meirina S. (2013). Perbedaan Tingkat Kecemasan Pre dan Post Operasi di Bangsal Bedah Kenanga RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Periode 1-5 Oktober 2012, 6(1), 415.
 26. Smeltzer, S.C., Bare, B.G. (2001). Buku Ajar Keperawatan Medikal-Bedah Brunner & Suddarth. Vol. 2. Jakarta: EGC

27. _____. (2009). Buku Ajar Keperawatan Medikal-Bedah Brunner & Suddarth. Jakarta: EGC
28. Stuart, G. W. 2007. Buku Saku Keperawatan Jiwa. Edisi 5. Jakarta: EGC
29. Suliswati, dkk. (2005). Konsep Dasar Keperawatan Jiwa. Edisi 1. Jakarta: EGC
30. Trihono. (2013). Riset Kesehatan Dasar. 1. <http://www.depkes.go.id/resources/download/general/HasilRiskedas2013.pdf> / diakses tanggal 05/08/2018 Jam 20.00 WITA
31. _____. (2018). Rekam Medik Puskesmas Oepoi Kupang. Diambil tanggal 22 Mei 2018
32. Ulya, Z. dkk. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Poster Terhadap Pengetahuan Manajemen Hipertensi Pada Penderita Hipertensi. <http://jks.fikes.unsoed.ac.id/index.php/jks/article/view/687/> diakses tanggal 03/07/2018 Jam 23.35 WITA
33. World Health Organization. (2015). A Global Brief On Hypertension: Pembunuh Diam-Diam (Silent Killer), Krisis Kesehatan Global. Geneva: WHO.
34. Yuwono, G.A. dkk. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Hipertensi Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Penderita Hipertensi Di Kabupaten Magelang. <http://jks.fikes.unsoed.ac.id/index.php/jks/article/view/687/> diakses tanggal 03/07/2018 Jam 23.30 WITA