

## Article

### THE EFFECT OF GARLIC STEPPING ON BLOOD PRESSURE IN ELDERLY WOMEN WITH HYPERTENSION IN THE JATI CITY HEALTH CENTER WORK AREA PROBOLINGGO IN 2022

<sup>1</sup> Silvyana Wahyuningtyas, <sup>2</sup> Yessy Nur Endah Sary, <sup>3</sup> Homsiatu Rohmatin

<sup>1</sup> S-1 Kebidanan, STIKES Hafshawaty Zainul Hasan Probolinggo

<sup>2</sup> STIKES Hafshawaty Zainul Hasan Probolinggo

<sup>3</sup> STIKES Hafshawaty Zainul Hasan Probolinggo

#### SUBMISSION TRACK

Received: May 02, 2023

Final Revision: May 19, 2023

Available Online: May 21, 2023

#### KEYWORDS

Garlic, Blood Pressure, Hypertension

#### CORRESPONDENCE

Phone: 085258835299

E-mail: silvyanaw@gmail.com

#### ABSTRACT

*High blood pressure or hypertension (Hypertension) is a condition which a person experiences an increase in blood pressure above normal as indicated by the Systolic (top) and diastolic (bottom number) and blood pressure checks using a blood pressure measuring device in the form of a mercury cuff (sphygmomanometer). The purpose of this study was to analyze the effect of giving steeped garlic on blood pressure in elderly women with hypertension in the Jati City Health Center Work Area Probolinggo In 2022. The design of this study was a pre Experiment with a One Group Pretest Posttest Design approach. The total population in this study were 80 elderly women with hypertension and the number of samples was 15 respondents. The instruments used in this study were blood pressure meter, sphygmomanometer and observation sheet, the results then analyzed using the Wilcoxon test. The results of the study before giving the consumption of steeped garlic most (60%) of respondents experienced a mild blood pressure, and after consuming the steeped garlic half (53.3%) had normal blood pressure. Based on the Wilcoxon statistical tests, it is known that the significance value is 0.001 with  $\alpha$  0.05. Because the significance value  $< \alpha$ , then  $H_0$  is rejected and  $H_1$  is accepted, which means that there is the effect of giving steeped garlic on blood pressure in elderly women with hypertension. It is hoped that the results of this study can be used as input for the elderly with hypertension by using non-pharmacological treatment, namely the provision of steeping garlic in addition to the low price, the materials used are also easily obtained.*

#### I. INTRODUCTION

Hipertensi merupakan tantangan besar dalam sistem pelayanan

kesehatan indonesia. Hipertensi dikenal juga sebagai *silent killer* dimana komplikasi hipertensi menyebabkan

sekitar 9.4 juta kematian di seluruh dunia setiap tahunnya dan hipertensi menyebabkan sekitar 45% kematian dari jantung, 51% dari stroke dan kerusakan pada ginjal sebagai komplikasi jangka Panjang (Kartikasari and Tjokropranolo, 2017). Banyak faktor resiko yang menyebabkan terjadinya hipertensi pada lansia seperti faktor genetik, faktor lingkungan, gaya hidup, obesitas, pola makan dan juga faktor usia. Usia merupakan salah satu faktor resiko hipertensi, dimana resiko terkena hipertensi pada usia 60 tahun keatas lebih besar bila dibandingkan dengan usia kurang dari sama dengan 60 tahun. Menurut *World Health Organization* (WHO), umur lansia 60-64 tahun terjadi peningkatan resiko hipertensi sebanyak 51%, dan pada usia diatas 65 tahun sebanyak 65% (Lumowa, 2020). Berdasarkan riset kesehatan dasar (2018), prevalensi hipertensi di Indonesia mengalami peningkatan pada penduduk umur 55-64 tahun sebanyak 55,2% (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Sedangkan hipertensi di Provinsi Jawa Timur, persentase hipertensi di tahun 2017 mencapai 20.1 % (Dinkes provinsi jawa timur, 2017), dan pada tahun 2018 mencapai 36.1% (Riskesmas, 2018). Sedangkan pada tahun 2019, menurut Dinkes Provinsi Jawa Timur dalam (Lumowa, 2020) penderita hipertensi pada data Dinkes Provinsi Jawa Timur dalam tercatat 37.4% penderita hipertensi pada tahun 2019.

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Probolinggo, dalam tiga tahun terakhir cukup tinggi angka penderita hipertensi. Tahun 2017 ada 14.027 penderita, tahun 2018 mencapai 11.307 penderita, dan tahun 2019 ada

18.728 penderita sampai bulan November 2019. Di Kota Probolinggo hipertensi menduduki urutan pertama dari 10 penyakit terbanyak pada lansia. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Jati Kota Probolinggo pada tahun 2021 jumlah sasaran lansia wanita yang mengalami hipertensi sebanyak 1245 orang. Solusi penanggulangan hipertensi pada prinsipnya ada dua macam terapi yang bisa dilakukan untuk mengobati penyakit hipertensi, yaitu terapi farmakologi dengan menggunakan obat, dan terapi non farmakologi yaitu dengan modifikasi pola hidup sehari-hari dan kembali ke produk alami (back to nature). Mengacu pada konsep back to nature yaitu dengan menggunakan bahan lokal yang banyak terdapat di masyarakat. Salah satu pengobatan non farmakologi yang pernah digunakan untuk menurunkan tekanan darah adalah bawang putih. Keunggulan bawang putih sebagai obat diduga karena kombinasi dua senyawa yang ada didalamnya, yakni alisin dan scordinin.

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan di wilayah kerja Puskesmas Jati tanggal 7 Juni 2022 kepada 5 orang lansia didapat informasi tentang penyakit hipertensi yang diderita bahwa 3 orang lansia rutin meminum obat hipertensi, 1 orang lansia tidak meminum obat hipertensi dan 1 orang lansia terkadang meminum rebusan daun seledri saat tekanan darahnya tinggi. Berdasarkan kondisi tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh pemberian seduhan bawang putih terhadap tekanan darah pada lansia wanita dengan hipertensi di

Wilayah Kerja Puskesmas Jati Kota Probolinggo Tahun 2022.

## II. METHODS

Dalam penelitian ini menggunakan desain penelitian quasi eksperimen dengan rancangan one group pre-test post-test. Pada rancangan ini, kelompok kontrol tidak digunakan, tetapi dilakukan observasi pertama (pre-test) dan observasi kedua (post-test) yang memungkinkan menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya perlakuan (intervensi).

Pre-test dan post-test dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya perubahan tingkat kesiapan pada peserta yang diintervensi. Pre-test dilakukan sebelum intervensi sedangkan post test dikonsumsi sebagai efek dari paparan intervensi. . Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia wanita yang mengalami tekanan darah tinggi di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Kota Probolinggo Tahun 2022, Sebanyak 80 orang lansia wanita yang mengalami tekanan darah tinggi dari 140/90 mmHg. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian lansia wanita yang mengalami tekanan darah tinggi di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Kota Probolinggo Tahun 2022. Sebanyak 35 orang lansia wanita yang mengalami tekanan darah tinggi. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan cara penimbangan tertentu dan kriteria tertentu (Anshori and Iswati, 2017).

## III. RESULT

### Data Umum

1. Karakteristik responden berdasarkan umur

Tabel 1 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan umur pada lansia wanita di Wilayah Kerja Jati Kota Probolinggo Tahun 2022

Usia	Frekuensi	Prosentase
< 65 tahun	5	33,3
65-70 tahun	8	53,3
≥ 70 tahun	2	13,3
Jumlah	15	100

Sumber: Data primer penelitian, 2022

Berdasarkan data yang diperoleh pada tabel 1 dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar (53,3%) responden berusia antara 65-70 tahun yaitu 8 orang.

2. Karakteristik responden berdasarkan pendidikan

Tabel 2 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan pendidikan pada lansia wanita di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Kota Probolinggo Tahun 2022.

Pendidikan	Frekuensi	Prosentase
Dasar	8	53,3
Menengah	7	46,7
Perguruan Tinggi	-	-
Jumlah	15	100

Sumber: Data primer penelitian, 2022

Berdasarkan data yang diperoleh pada tabel 2 di atas dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar (53,3%) responden berpendidikan dasar yaitu 8 orang.

3. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan

Tabel 3 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan pekerjaan pada lansia wanita di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Kota Probolinggo Tahun 2022

Pekerjaan	Frekuensi	Prosentase
IRT	9	60
PNS	-	-
WIRASWASTA	6	40
Jumlah	15	100

Sumber: Data primer penelitian, 2022

Berdasarkan data yang diperoleh pada tabel 3 dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar (60%) pekerjaan IRT yaitu sebanyak 9 orang.

4. Karakteristik responden berdasarkan riwayat hipertensi keluarga

Tabel 4 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan riwayat hipertensi pada lansia wanita di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Kota Probolinggo Tahun 2022

Riwayat hipertensi	Frekuensi	Prosentase
Hipertensi	1	6,7
Tidak Hipertensi	14	93,3
Jumlah	15	100

Sumber: Data primer penelitian, 2022

Berdasarkan data yang diperoleh pada tabel 4 di atas dapat diinterpretasikan bahwa hampir seluruhnya (93,3%) responden tidak memiliki riwayat

hipertensi yaitu 14 orang.

### Data Khusus

1. Karakteristik responden tekanan darah sebelum pemberian seduhan bawang putih di wilayah kerja Puskesmas Jati Kota Probolinggo Tahun 2022

Tabel 5 Data Statistik tekanan darah responden sebelum perlakuan konsumsi seduhan bawang putih di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Kota Probolinggo Tahun 2022

Jenis Hipertensi	Frekuensi	Prosentase
Normal	-	-
Ringan	9	60
Sedang	6	40
Jumlah	15	100

Sumber: Data primer penelitian, 2022

Berdasarkan tabel 5 dapat diinterpretasikan bahwa responden sebagian besar (60%) memiliki tekanan darah ringan yaitu sebanyak 9 orang.

2. Karakteristik responden tekanan darah setelah pemberian seduhan bawang putih di wilayah kerja Puskesmas Jati Kota Probolinggo Tahun 2022.

Tabel 6 Data Statistik tekanan darah responden setelah pemberian seduhan bawang putih di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Kota Probolinggo Tahun 2022.

Jenis Hipertensi	Frekuensi	Prosentase
Normal	8	53,3
Ringan	5	33,3
Sedang	2	13,3
Jumlah	15	100

Sumber: Data primer penelitian, 2022

Berdasarkan tabel 6 dapat diinterpretasikan bahwa

responden sebagian besar (53,3%) memiliki tekanan darah normal sebanyak 8 orang.

#### IV. Analisa data

Berdasarkan data dapat diinterpretasikan bahwa dari 15 responden hampir setengahnya memiliki tekanan darah ringan berubah menjadi normal setelah mengkonsumsi seduhan bawang putih yaitu sebanyak 7 orang dengan persentase 46,7%.

Dari 15 responden yang mengalami penurunan tekanan darah (*negative rank*) sebelum dan setelah pemberian seduhan bawang putih sebanyak 11 responden. *Positive rank* sebelum dan sesudah pemberian seduhan bawang putih 0 yang artinya tidak ada hipertensi yang meningkat setelah pemberian seduhan bawang putih. *Ties* pada tabel ada 4 responden artinya yang hipertensi nya tetap atau tidak ada penurunan sebanyak 4 responden, hal tersebut dapat dipengaruhi beberapa faktor yaitu pola makan, pola aktivitas, stress serta fungsi sistem cardiovascular yang menurun.

Berdasarkan hasil uji statistic menggunakan uji statistic *wilcoxon*, diketahui bahwa besarnya nilai signifikansi 0,001 dengan  $\alpha$  0,05. Karena nilai signifikansi  $< \alpha$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang berarti bahwa ada pengaruh pemberian seduhan bawang putih terhadap tekanan darah pada lansia wanita dengan hipertensi di wilayah kerja puskesmas Jati Kota Probolinggo Tahun 2022.

#### V. DISCUSSION

1. Identifikasi Tekanan Darah Sebelum Pemberian Seduhan Bawang Putih Di Wilayah Kerja Puskesmas Jati

#### Kota Probolinggo Tahun 2022

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan seduhan bawang putih tekanan darah 9 lansia wanita tergolong hipertensi ringan dengan prosentase 60,0%. Berdasarkan data yang diperoleh pada tabel 1 dapat diinterpretasikan bahwa umur responden sebagian besar (53,3%) berumur 65-70 tahun yaitu sebanyak 8 responden. pada data yang diperoleh pada tabel 2 berdasarkan pendidikannya dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar (53,3%) responden berpendidikan dasar yaitu 8 orang. Dari data yang diperoleh pada tabel 3 bahwa sebagian besar pekerjaan responden (60%) yaitu IRT sebanyak 9 orang. Sedangkan pada tabel 4 riwayat hipertensi menyatakan bahwa hampir seluruhnya (93,3%) responden tidak memiliki riwayat hipertensi yaitu 14 orang. Pernyataan tersebut diperkuat dengan teori yang menyatakan lansia dihubungkan dengan pengurangan pada estradiol dan penurunan perbandingan rasio estrogen dan testosterone. Hal tersebut mengakibatkan disfungsi endotelial dan menambah BMI yang menyebabkan kenaikan pada aktivasi saraf simpatik yang kerap kali terjadi pada wanita yang sudah tidak menstruasi atau menopause. Aktivitas saraf simpatik ini akan mengeluarkan stimulant renin dan angiotensin II. Disfungsi endotelial ini akhirnya meningkatkan kesensitifan terhadap garam dan kenaikan endothelin. Tidak hanya itu, kenaikan angiotensin dan endothelin

dapat menyebabkan stres oksidatif yang akhirnya berujung pada hipertensi atau darah tinggi. Akibat gejala panas terjadi suatu peningkatan tekanan darah. Pada wanita usia 45–70 tahun diketahui peningkatan tekanan darah tersebut dimulai selama klimakterium. Menurut peneliti, tekanan darah tinggi atau hipertensi akan meningkat pada peningkatan usia. Umumnya sistolik akan meningkat sejalan dengan peningkatan usia, sedang diastolik akan meningkat sampai usia 55 tahun.

## 2. Identifikasi Tekanan Darah Setelah Pemberian Seduhan Bawang Putih di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Kota Probolinggo Tahun 2022

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah diberikan seduhan bawang putih tekanan darah 8 lansia wanita tergolong normal dengan prosentase 53,3%. Hasil ini diperkuat dengan penelitian yang menyatakan pemberian bawang putih dan bawang bombay selama 11 kali perulangan yang dikonsumsi setiap 3 kali sehari sesudah makan diasumsikan dapat menurunkan tekanan darah sebagian besar penderita hipertensi. Bawang putih mengandung senyawa aktif yang sangat ampuh mengatasi resiko hipertensi atau tekanan darah tinggi yang efektif untuk memperbaiki sirkulasi di dalam darah. Sedangkan bawang bombay mempunyai kandungan yang sangat efektif menekan kolesterol dalam darah, meningkatkan jumlah HDL (kolesterol baik) hingga 30%, mengurangi penyempitan sirkulasi darah, menyembuhkan influenza dan mengurangi kadar glukosa dalam darah serta memperbaiki

metabolisme lainnya (Suhendro *et al.*, 2018). Menurut peneliti, bahwa mengkonsumsi seduhan bawang putih dapat membantu untuk menurunkan tekanan darah, bawang putih mengandung allicin dan scordinin yang merupakan antibiotika alami yang mampu membasmi berbagai macam mikroba serta mampu meningkatkan sintesis NO melalui nitric oxide Extract (NOS).

## 3. Analisis Pengaruh Konsumsi Seduhan Bawang Putih Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Wanita Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Kota Probolinggo Tahun 2022.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 15 responden sebagian besar tergolong hipertensi ringan berubah menjadi normal setelah mengkonsumsi seduhan bawang putih yaitu sebanyak 7 responden dengan persentase 46,7%. Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar tekanan darah setelah mengkonsumsi seduhan bawang putih mengalami penurunan. Berdasarkan hasil uji statistic menggunakan uji statistic wilcoxon, diketahui bahwa besarnya nilai signifikansi 0,001 dengan  $\alpha$  0,05. Karena nilai signifikansi  $< \alpha$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang berarti bahwa ada pengaruh konsumsi seduhan bawang putih terhadap penurunan tekanan pada lansia wanita dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Kota Probolinggo Tahun 2022. Menurut penelitian (Ridwan, 2017), dengan judul pemberian seduhan bawang

putih terhadap penurunan tekanan darah terlihat perbedaan antara tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah pemberian seduhan bawang putih yaitu sebesar 11,33 mmHg dengan standar deviasi 0,8 mmHg dan terhitung 12,588, sedangkan perbedaan tekanan darah diastolic sebelum dan sesudah yaitu 2,66 mmHg dengan standar deviasi 3,878 mmHg dengan t hitung 14,492 dengan p *value* sebesar 0,000 dimana  $\alpha = <0,05$  maka  $H_0$  ditolak, artinya ada pengaruh pemberian air rebusan bawang putih terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di dusun juwet desa magersari kecamatan plumpang kabupaten tuban dan. Maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dengan sesudah diberikan seduhan bawang putih.

Berdasarkan tabel 8 dapat diinterpretasikan bahwa 15 responden yang tidak mengalami penurunan tekanan darah sebelum dan setelah mengkonsumsi seduhan bawang putih sebanyak 4 responden. Berdasarkan data yang diperoleh pada tabel 2 dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar (53,3%) berpendidikan dasar SD-SMP yaitu sebanyak 8 responden. Tingkat pendidikan dapat mempengaruhi kemampuan dan pengetahuan seseorang dalam menerapkan perilaku hidup sehat, terutama mencegah kejadian hipertensi. Semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin tinggi pula kemampuan seseorang dalam

menjaga pola hidupnya agar tetap sehat, latar belakang pendidikan merupakan faktor yang mempengaruhi pola pikir seseorang. Latar pendidikan akan membentuk cara berpikir seseorang termasuk membentuk kemampuan untuk memahami faktor-faktor yang berkaitan dengan penyakit dan menggunakan pengetahuan tersebut untuk menjaga kesehatan. Menurut peneliti, tingkat pendidikan sangat berpengaruh terhadap kejadian hipertensi karena dapat mempengaruhi kemampuan dan pengetahuan responden dalam menerapkan perilaku sehat.

Berdasarkan data yang diperoleh pada tabel 3 dapat diinterpretasikan bahwa pekerjaan responden sebagian besar (60%) pekerjaan IRT yaitu sebanyak 9 responden. Hal ini disebabkan karena mungkin ibu rumah tangga hanya berdiam diri dirumah dengan rutinitas yang membuat mereka suntuk dan ditambah dengan adanya berbagai masalah yang ada di rumah tangga yang dapat membuat stress dan apabila tidak ditangani akan terjadinya peningkatan tekanan darah. Biasanya ibu yang bekerja lebih aktif dibandingkan dengan ibu rumah tangga. Menurut peneliti, responden yang tidak memiliki pekerjaan atau IRT memiliki resiko yang lebih tinggi dari pada responden yang memiliki pekerjaan, karena setiap aktivitas yang dilakukan dapat membuat tubuh lebih segar dan peredaran darah menjadi lebih lancar sehingga mencegah dan meminimalkan terjadinya tekanan darah tinggi atau

hipertensi.

## V. CONCLUSION

Berdasarkan hasil penelitian terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Puskesmas Jati Kota Probolinggo Tahun 2022, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum konsumsi seduhan bawang putih sebagian besar responden dengan tekanan darah ringan.
2. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah konsumsi seduhan bawang putih sebagian besar responden dengan tekanan darah normal.
3. Ada pengaruh tekanan darah sebelum dan setelah mengkonsumsi seduhan bawang putih pada lansia wanita di Wilayah Kerja Jati Kota Probolinggo Tahun 2022.



## REFERENCES

- Anshori, H. M. and Iswati, H. S. (2017) *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Fitria, C. N. and Setianti, S. N. (2018) 'Manfaat Air Seduhan Bawang Putih Terhadap Penurunan Hipertensi', *Profesi (Profesional Islam) : Media Publikasi Penelitian*, 16(1). doi: 10.26576/profesi.293.
- Kartika, R. (2020) *Seri Tanaman Herbal - Bawang Putih*. Edited by Media Karya Putra. Jawa Tengah.
- Kartikasari, A. and Tjokropranolo, R. (2017) 'Efek Bawang Putih ( *Allium sativum* Linn ) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Hipertensi', *Kesehatan*, 10(4), pp. 01-05.
- Lumowa, G. F. (2020) *Gambaran Penderita Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Karangjati Kabupaten Ngawi*.
- Mohanis (2015) 'Pemberian Air Seduhan Bawang Putih Terhadap', *IPTEK Terapan*, 9(1), pp. 124-135.
- Nur Rahmani, U. (2015) *Stop Hipertensi*. Yogyakarta: Relasi Inti Media Group.
- Pandji, D. (2019) *Menembus Dunia Lansia*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Rahayuningrum, D. C. and Herlina, A. (2018) 'Pengaruh Pemberian Air Perasan Bawang Putih (*Allium Sativum*) Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi', *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 2(August), pp. 18-26. Available at: <http://jurnal.syedzasaintika.ac.id/index.php/meditory/article/view/244>.
- Ridwan, M. (2017) *Mengenal, Mencegah & Mengatasi Silent Killer Hipertensi*. Bandung: Hikam Pustaka.
- Santoso, H. B. (2021) *Seri Mengenal Tanaman Herbal : Bawang Putih*. Yogyakarta: Pohon Cahaya Semesta.
- Suhendro, P. et al. (2018) 'Pengaruh Pemberian Bawang Putih Dan Bawang Bombay Terhadap Penurunan', *Jurnal Sains dan Teknologi Kesehatan*, 1, pp. 33-36.
- Syarifah, A. and Ranggawuni, A. (2020) 'Pengaruh Seduhan Bawang Putih Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi', *Jurnal Kesehatan ...*, 1(2).
- Trisnawan, A. (2019) *Mengenal Hipertensi*. Semarang: Mutiara Aksara.
- Wade, C. (2016) *Mengatasi Hipertensi*. Bandung: Nuansa Cendekia.