

Article

Edukasi Manajemen Stres Pada Anggota Keluarga Dengan Masalah Hipertensi

Lisdahayati¹, Saprianto², Zanzibar³, Nelly Rustiati⁴, Muhammad Yuda Saputra⁵

^{1,2,3,4,5} Program Studi D-III Keperawatan Baturaja, Poltekkes Kemenkes Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia

SUBMISSION TRACK

Received: April 29, 2023
Final Revision: May 17, 2023
Available Online: May 19, 2023

KEYWORDS

Nursing care, hypertension, family, stress management

CORRESPONDENCE

Phone: 0812-3923-7501
E-mail:
lisdayati@poltekkespalembang.ac.id

A B S T R A C T

Stress is one of the causes of increased high blood pressure. Continued stress causes blood pressure to remain high so that hypertension is increasingly out of control. Stress management is one of the factors controlling hypertension. This study aims to find out the description of Stress Management Education for Family Members who Suffer from Hypertension. The research used in the case study uses a descriptive method with a nursing process approach. The subjects in the case study were 2 client families suffering from hypertension at the Tanjung Agung Health Center. Research data collection was carried out directly to clients by observing the client's general condition and to find out changes in client behavior using several instruments in the form of checklists, questionnaires, and interviews. The findings from this case study show that after providing education about stress management, the client's knowledge about stress management and hypertension has increased. Education about stress is very important for families who have family members with hypertension. By understanding this relationship, families can take steps to manage stress and prevent negative effects on family members who suffer from hypertension. Researchers suggest the importance of stress education for family members who experience hypertension in the implementation of family nursing care so that it can improve the quality of interventions and subsequent health programs.

I. INTRODUCTION

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah pada arteri utama dalam tubuh terlalu tinggi (Rivera, Martin, & Landry, 2019). Hal ini terjadi karena jantung bekerja terlalu banyak

saat memompa darah untuk memenuhi kebutuhan tubuh akan oksigen dan nutrisi. Tekanan darah tinggi juga dapat disebabkan oleh pola makan dan pola tidur yang tidak teratur, konsumsi alcohol, serta tekanan ditempat kerja

(Rajkumar & Romate, 2020; Rantanen, Korkeila, Löyttyniemi, Saxén, & Korhonen, 2018).

Peningkatan tekanan darah yang berlangsung lama (persisten) dapat menyebabkan kerusakan pada ginjal (gagal ginjal), jantung (penyakit jantung koroner) dan otak (menyebabkan stroke) serta dapat menimbulkan komplikasi lain (Maryam, Resnayati, Riasmini, & Sari, 2018; Vadakedath & Kandi, 2017).

Menurut data WHO, di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% penduduk dunia menderita hipertensi, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% pada tahun 2025. Dari 972 juta penderita hipertensi, 333 juta berada di negara maju dan sisanya 639 berada di negara berkembang, termasuk Indonesia (Buonacera, Stancanelli, & Malatino, 2019).

Komplikasi hipertensi menyebabkan sekitar 9,4 juta kematian di seluruh dunia setiap tahunnya. Hipertensi menyebabkan setidaknya 45% kematian akibat penyakit jantung dan 51% kematian akibat stroke (Eghbali et al., 2018; Ozemek, Laddu, Arena, & Lavie, 2018). Kematian akibat penyakit kardiovaskular khususnya penyakit jantung koroner dan stroke diperkirakan akan terus meningkat hingga mencapai 23,3 juta kematian pada tahun 2030 (Rank, 2021).

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan RI (2019) hipertensi merupakan salah satu penyakit dengan jumlah kasus terbanyak pada pasien rawat jalan yaitu 96.615 kasus. Hipertensi merupakan penyebab kematian ketiga di Indonesia dengan Case Fatality Rate (CFR) sebesar 5,61%. Berdasarkan hasil penelitian, prevalensi penderita hipertensi di Indonesia pada tahun 2018 sebesar 10,5%, sedangkan pada tahun 2019 sebesar 11,6%, terjadi peningkatan penderita hipertensi sebesar 1,1% pada tahun 2020.

Jumlah penderita hipertensi menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten OKU Tahun 2017 sebanyak 9.338 kasus, meningkat tahun 2018 sebanyak 10.075, tahun 2019 sebanyak 13.901 dan tahun 2020 (Januari-Maret) sebanyak 2.379 kasus Hipertensi. Berdasarkan Data Kunjungan Hipertensi di Puskesmas Tanjung Agung Kabupaten OKU Sumatera Selatan tahun 2017 sebanyak 327 kasus, 2018 sebanyak 330 kasus sedangkan tahun 2019 sebanyak 716 kasus dan tahun 2020 (Januari-Maret) sebanyak 249 kasus hipertensi (Dinas Kesehatan Kabupaten OKU, 2022).

Stress merupakan salah satu penyebab meningkatnya tekanan darah tinggi, Pada saat seseorang mengalami stres, hormon adrenalin akan dilepaskan dan kemudian akan meningkatkan tekanan darah melalui kontraksi arteri (vasokonstriksi) dan peningkatan denyut jantung (Akbar, 2019; Ferdi, Akbar, Charista, & Siahaan, 2023). Stress yang berlanjut menyebabkan tekanan darah akan tetap tinggi sehingga hipertensi makin tidak terkontrol. Manajemen stres merupakan salah satu faktor pengendalian hipertensi (Rajkumar & Romate, 2020; Redina & Markel, 2018; Wu et al., 2019).

Stres dapat memengaruhi tekanan darah melalui berbagai mekanisme. Pertama, stres dapat memicu reaksi respons "fight-or-flight" dalam tubuh, di mana hormon stres seperti kortisol dan epinefrin dilepaskan. Hal ini menyebabkan peningkatan denyut jantung, peningkatan kontraksi pembuluh darah, dan peningkatan tekanan darah (Rashidi et al., 2018; Uchmanowicz, Jankowska, Uchmanowicz, & Morisky, 2019). Jika stres terus-menerus atau kronis, hal ini dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah jangka panjang yang dapat berkontribusi pada perkembangan hipertensi (Unger et al.,

2020).

Stres dapat memainkan peran penting dalam perkembangan dan pengendalian hipertensi. Penting bagi seseorang untuk mengelola stres secara efektif melalui strategi seperti olahraga, relaksasi, meditasi, dan dukungan sosial guna mengurangi dampak negatif stres terhadap tekanan darah. Jika seseorang telah didiagnosis dengan hipertensi, mengelola stres dapat menjadi faktor penting dalam menjaga tekanan darah dalam batas normal (Akbar & Ferdi, 2022; Rivera et al., 2019; Suriya & Zuriati, 2019).

Berdasarkan data tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang penerapan edukasi manajemen stres kepada anggota keluarga yang menderita hipertensi di Puskesmas Tanjung Agung Kabupaten Baturaja Barat.

II. METHODS

Penelitian yang digunakan dalam studi kasus menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan proses keperawatan. Studi kasus ini berfokus pada asuhan keperawatan dengan penerapan edukasi manajemen stres pada keluarga penderita hipertensi. Subyek dalam studi kasus yang dilakukan adalah 2 keluarga klien yang menderita hipertensi di UPTD Puskesmas Tanjung Agung Tahun 2022 dengan kriteria inklusi klien yang terdiagnosis hipertensi dan klien penderita hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Tanjung Agung. Sedangkan kriteria eksklusi dalam penelitian ini yaitu kondisi klien perlu dilakukan perawatan intensif selama proses penelitian berlangsung.

Pengumpulan data penelitian dilakukan secara langsung kepada klien dengan mengamati keadaan umum klien dan untuk mengetahui perubahan perilaku klien dengan menggunakan beberapa instrument berupa ceklist, kuesioner, dan wawancara.

III. RESULT

Hasil penelitian ini menunjukkan data kedua klien berjenis kelamin perempuan Ny.S dan Ny.N kedua klien ini bertempat tinggal di Ds. Pular, Baturaja. Penulis melakukan pengkajian kepada kedua klien dan keluarga sehingga didapatkan masalah terhadap keluarga tersebut. Dari hasil anamnesis dapat disimpulkan bahwa kedua keluarga klien mempunyai masalah yaitu coping tidak efektif berhubungan dengan ketidak cukupan persiapan untuk menghadapi stressor.

Pada studi kasus ini penulis menggunakan pendekatan home care, untuk mengajarkan atau mengedukasi keluarga klien tentang edukasi manajemen stress. Kunjungan selanjutnya penulis akan melakukan edukasi secara langsung dengan klien serta keluarga klien, sebelumnya penulis menjelaskan mengenai stress dan hubungannya dengan hipertensi. Klien dan keluarga menyimak apa yang di sampaikan oleh penulis.

Penulis memberikan leaflet agar klien dan keluarga lebih memahami materi yang di sampaikan. Setelah itu penulis mengajarkan kepada klien teknik relaksasi nafas dalam sebagai salah satu cara manajemen stress serta penulis juga mengajak klien untuk mengungkapkan perasaan yang sedang dirasakan kepada orang yang dipercaya agar klien merasa lebih baik dan tidak memperparah stressnya.

Hari berikutnya setelah diedukasi secara individu, maka penulis meminta klien dan keluarga mengulangi cara manajemen stress yang diajarkan secara mandiri didampingi penulis



untuk menilai hasil edukasi atau pengetahuan yang disampaikan kepada klien dan keluarga.

Sebelum melakukan edukasi manajemen stress ini, penulis melakukan pretest terlebih dahulu untuk mengetahui tingkat pengetahuan klien dan keluarga mengenai hipertensi dan stress. Pada kasus klien I, keluarga (suami) hanya mendampingi dan mendengarkan penjelasan tentang hipertensi dan stress serta bagaimana cara memenejemen stress yang di ajarkan.

Suaminya mengatakan bersedia untuk mengingatkan Ny.S untuk melakukan manajemen stress ketika mengalami stres. Ny.S melakukan teknik nafas dalam dengan baik. Ny. S bercerita tentang apa yang sedang ia rasakan serta kekhawatirannya tentang perekonomian keluarga yang sulit karena kondisi suaminya juga menderita stroke, dalam keluarga Ny.S ini fungsi afektif sangat terwujud, dilihat dari respon Tn.M yang mau untuk tetap mendukung dan mengingatkan Ny.S.

Setelah dilihat respon dari klien dan keluarga, maka penulis mengevaluasi mengenai pengetahuan keluarga tentang hipertensi dan manajemen stress. Keluarga telah mengerti dan memahami cara memenejemen stress.

Sebelum melakukan edukasi manajemen stress ini, penulis melakukan pretest terlebih dahulu untuk mengetahui tingkat pengetahuan klien dan keluarga mengenai hipertensi dan stress. Pada kasus klien II ini, keluarga (suami) mendampingi dan mendengarkan penjelasan tentang hipertensi dan stress serta bagaimana cara memenejemen stress yang di

ajarkan. Suaminya Tn.R mengatakan sering mengajak klien keluar dan berkeliling agar klien tidak berdiam diri di rumah saja hal ini dilakukan suami klien untuk menghiburnya.

Ny.N melakukan teknik nafas dalam dengan baik. Ny.N bercerita bahwa dia sering sulit tidur di malam hari karena dia sering teringat anaknya yang belum lama ini meninggal karena drop pasca vaksin. Ny.N dan suami mengerti bahwa stress dapat meningkatkan tekanan darah tinggi. Keluarga I, mampu memberikan dukungan namun jarang melakukan control kesehatan ke puskesmas. Sedangkan keluarga II mau untuk memberikan perawatan dan dukungan namun sudah satu bulan tidak melakukan control ke puskesmas. Dari kedua keluarga didapatkan bahwa edukasi manajemen stress dengan anggota yang menderita hipertensi untuk meningkatkan pengetahuan keluarga.

Dari kedua keluarga klien tersebut fungsi afektifnya sangat terjaga yaitu saling mendukung satu sama lain. Dan setelah mendapatkan edukasi manajemen stress, keluarga dapat mengenal masalah kesehatan, mampu membuat keputusan tindakan kesehatan yang tepat, memberikan perawatan pada anggota keluarga yang sakit. Dan juga penulis menganjurkan untuk memanfaatkan fasilitas kesehatan yang ada di wilayah atau dilingkungan tempat tinggal mereka.

IV. DISCUSSION

Hasil temuan dari studi kasus ini menunjukkan setelah dilakukan pemberian edukasi mengenai manajemen stress, pengetahuan klien

mengenai manajemen stress dan hipertensi mengalami peningkatan. Edukasi tentang stres sangat penting bagi keluarga yang memiliki anggota keluarga dengan hipertensi. Dengan memahami hubungan ini, keluarga dapat mengambil langkah-langkah untuk mengelola stres dan mencegah dampak negatif pada anggota keluarga yang menderita hipertensi (Rianty, 2023).

Edukasi stres dapat membantu keluarga memahami gejala dan tanda-tanda stres yang mungkin dialami oleh anggota keluarga yang memiliki hipertensi. Gejala stres dapat bervariasi dari individu ke individu, tetapi beberapa gejala umum termasuk perubahan mood, kecemasan, kesulitan tidur, ketegangan otot, dan peningkatan iritabilitas. Dengan memahami gejala stres ini, keluarga dapat menjadi lebih sadar dan siap untuk membantu anggota keluarga mereka dalam mengelola stres sehari-hari (Warjiman, Unja, Gabrilinda, & Hapsari, 2020).

Edukasi stres dapat memberikan keluarga dengan alat dan strategi yang diperlukan untuk mengelola stres secara efektif. Ini mungkin meliputi teknik relaksasi seperti meditasi, pernapasan dalam, atau yoga. Mengembangkan kebiasaan olahraga yang teratur juga dapat membantu mengurangi stres. Selain itu, penting juga untuk memperhatikan pola makan yang sehat dan memastikan anggota keluarga memiliki waktu untuk istirahat yang cukup. Dengan memberikan pengetahuan tentang strategi ini, keluarga dapat membantu anggota keluarga dengan hipertensi mengurangi stres dan menjaga tekanan darah mereka tetap terkontrol (Yeni, Rosyada, & Putri, 2022).

Keluarga dapat memahami pentingnya dukungan sosial dalam mengelola stres dan hipertensi. Mendapatkan dukungan dari anggota

keluarga dan teman-teman dapat membantu mengurangi beban stres yang dirasakan oleh individu dengan hipertensi. Keluarga dapat belajar bagaimana menjadi sumber dukungan yang baik dan memahami kebutuhan emosional dari anggota keluarga yang terkena dampak. Mereka juga dapat mencari dukungan dari kelompok dukungan atau profesional kesehatan yang berpengalaman dalam mengelola stres dan kondisi hipertensi (Kasumayanti & Maharani, 2021).

Hal ini sejalan dengan penelitian Pratiwi, Wirawati, and Aini (2022) yang menunjukkan kecemasan dalam keluarga dapat diatasi dengan memberikan edukasi untuk meningkatkan koping keluarga untuk mengetahui adanya pengaruh edukasi terhadap tingkat kecemasan keluarga dalam merawat penderita hipertensi di Kelurahan Cangkiran.

Setelah diberikan edukasi, keluarga memahami pentingnya mengatur waktu dan mengelola prioritas. Seringkali, stres dapat meningkat ketika tuntutan hidup dan pekerjaan menjadi terlalu banyak. Dengan mempelajari keterampilan manajemen waktu dan kebiasaan yang efektif, keluarga dapat membantu anggota keluarga yang memiliki hipertensi menghindari stres berlebihan dan menciptakan

V. CONCLUSION

Setelah dilakukan studi kasus pada keluarga Ny.S dan Ny.N yang bertempat di wilayah kerja sekitar puskesmas Tanjung Agung selama 1 minggu didapatkan kesimpulan jika setelah dilakukan pemberian edukasi mengenai manajemen stress, pengetahuan klien mengenai manajemen stress dan hipertensi mengalami peningkatan .etelah diberikan saran cara manajemen stres, klien dan keluarga dapat memahami



dan mengerti bagaimana cara melakukan manajemen stres.

Peneliti menyarankan pentingnya edukasi stress pada anggota keluarga yang mengalami hipertensi dalam pelaksanaan asuhan keperawatan keluarga sehingga dapat meningkatkan kualitas intervensi dan program kesehatan selanjutnya.



REFERENCES

- Akbar, M. A. (2019). *Buku Ajar Konsep-Konsep Dasar Dalam Keperawatan Komunitas*. Yogyakarta: Deepublish.
- Akbar, M. A., & Ferdi, R. (2022). Pelayanan Home Care Dalam Meningkatkan Kemandirian Keluarga Merawat Anggota Keluarga Dengan Stroke. *Cendekia Medika: Jurnal Stikes Al-Maarif Baturaja*, 7(2), 115-123.
- Buonacera, A., Stancanelli, B., & Malatino, L. (2019). Stroke and Hypertension: An Appraisal from Pathophysiology to Clinical Practice. *Curr Vasc Pharmacol*, 17(1), 72-84. doi:10.2174/1570161115666171116151051
- Dinas Kesehatan Kabupaten OKU. (2022). *Profil Kesehatan Kabupaten Ogan Komering Ulu 2021*. Kabupaten OKU: Dinas Kesehatan Kabupaten OKU.
- Eghbali, M., Khosravi, A., Feizi, A., Mansouri, A., Mahaki, B., & Sarrafzadegan, N. (2018). Prevalence, awareness, treatment, control, and risk factors of hypertension among adults: a cross-sectional study in Iran. *Epidemiology and health*, 40, e2018020-e2018020. doi:10.4178/epih.e2018020
- Ferdi, R., Akbar, M. A., Charista, R., & Siahaan, J. (2023). Edukasi Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Manajemen Stress Pada Pasien Lansia Dengan Hipertensi. *Lentera Perawat*, 4(1), 8-14.
- Kasumayanti, E., & Maharani, M. (2021). PKM Pemeriksaan Tekanan Darah dan Edukasi tentang Hipertensi dan Penanganannya di Dusun I Desa Bukit Kemuning Kecamatan Tapung Hulu Kabupaten Kampar. *COVIT (Community Service of Health)*, 1(2), 27-34.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Maryam, R. S., Resnayati, Y., Riasmini, N. M., & Sari, C. W. M. (2018). Effect of Family Support Intervention towards Quality of Life with Elderly's Hypertension in Community. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 6(3). doi:10.24198/jkp
- Ozemek, C., Laddu, D. R., Arena, R., & Lavie, C. J. (2018). The role of diet for prevention and management of hypertension. *Curr Opin Cardiol*, 33(4), 388-393. doi:10.1097/hco.0000000000000532
- Pratiwi, F. B., Wirawati, M. K., & Aini, D. (2022). Pengaruh Edukasi terhadap Tingkat Kecemasan Keluarga dalam Merawat Penderita Hipertensi di Kelurahan Cangkiran. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 12(2), 239-246.
- Rajkumar, E., & Romate, J. (2020). Behavioural Risk Factors, Hypertension Knowledge, and Hypertension in Rural India. *Int J Hypertens*, 2020, 8108202. doi:10.1155/2020/8108202
- Rank, W. (2021). AHA update: BLS, ACLS, and PALS. *Nursing*, 51(6), 22-27. doi:10.1097/01.NURSE.0000751340.92329.ae



- Rantanen, A. T., Korkeila, J. J. A., Löyttyniemi, E. S., Saxén, U. K. M., & Korhonen, P. E. (2018). Awareness of hypertension and depressive symptoms: a cross-sectional study in a primary care population. *Scand J Prim Health Care*, *36*(3), 323-328. doi:10.1080/02813432.2018.1499588
- Rashidi, Y., Manaflouyan, H., Pournaghi Azar, F., Nikniaz, Z., Nikniaz, L., & Ghaffari, S. (2018). Knowledge, attitude and practice of Iranian hypertensive patients regarding hypertension. *J Cardiovasc Thorac Res*, *10*(1), 14-19. doi:10.15171/jcvtr.2018.02
- Redina, O. E., & Markel, A. L. (2018). Stress, Genes, and Hypertension. Contribution of the ISIAH Rat Strain Study. *Curr Hypertens Rep*, *20*(8), 66. doi:10.1007/s11906-018-0870-2
- Rianty, D. A. (2023). Pengaruh Edukasi Kelompok Terhadap Pengetahuan Pengelolaan Hipertensi Pada Kelompok Dewasa Hipertensi Di Upt Puskesmas Rejosari Kabupaten Pringsewu. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, *12*(1), 30-38.
- Rivera, S. L., Martin, J., & Landry, J. (2019). Acute and Chronic Hypertension: What Clinicians Need to Know for Diagnosis and Management. *Crit Care Nurs Clin North Am*, *31*(1), 97-108. doi:10.1016/j.cnc.2018.11.008
- Suriya, M., & Zuriati. (2019). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Medikal Bedah dengan Aplikasi Nanda Nic & Noc*. Padang: Pustaka Galeri Mandiri.
- Uchmanowicz, B., Jankowska, E. A., Uchmanowicz, I., & Morisky, D. E. (2019). Self-Reported Medication Adherence Measured With Morisky Medication Adherence Scales and Its Determinants in Hypertensive Patients Aged ≥ 60 Years: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Frontiers in Pharmacology*, *10*(3), 1-11. doi:10.3389/fphar.2019.00168
- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., Khan, N. A., Poulter, N. R., Prabhakaran, D., . . . Schutte, A. E. (2020). 2020 International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines. *75*(6), 1334-1357. doi:doi:10.1161/HYPERTENSIONAHA.120.15026
- Vadakedath, S., & Kandi, V. (2017). Dialysis: A Review of the Mechanisms Underlying Complications in the Management of Chronic Renal Failure. *Cureus*, *9*(8), e1603. doi:10.7759/cureus.1603
- Warjiman, W., Unja, E. E., Gabrilinda, Y., & Hapsari, F. D. (2020). Skrining Dan Edukasi Penderita Hipertensi. *Jurnal Suaka Insan Mengabdi (JSIM)*, *2*(1), 15-26.
- Wu, Y., Johnson, B. T., Acabchuk, R. L., Chen, S., Lewis, H. K., Livingston, J., . . . Pescatello, L. S. (2019). Yoga as Antihypertensive Lifestyle Therapy: A Systematic Review and Meta-analysis. *Mayo Clin Proc*, *94*(3), 432-446. doi:10.1016/j.mayocp.2018.09.023
- Yeni, Y., Rosyada, A., & Putri, D. A. (2022). Manajemen Faktor Risiko Hipertensi Melalui Edukasi Pengelolaan Stress Dan Aktifitas Fisik Kelompok Umur ≥ 45 Tahun. *Jurnal Bhakti Civitas Akademika*, *5*(2), 7-17.



BIOGRAPHY

Lisdahayati, SKM., M.PH merupakan Dosen pada Program Studi Keperawatan Baturaja Politeknik Kesehatan Kemenkes Palembang, Menyelesaikan pendidikan D3 Keperawatan Program Keguruan Wijaya Kusuma Jakarta tahun 1998, mengikuti AKTA III di IKIP Jakarta Tahun 1998, Lulus S1 Kesehatan Masyarakat lulus ditahun 2003 dan melanjutkan S2 di Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Masyarakat Universitas Gadjah Mada Peminatan Perilaku dan Promosi Kesehatan Tahun 2009, Saat ini menjadi tim pengajar MK Keperawatan Keluarga, Promosi kesehatan, Antropologi sejak tahun 2009, Karya berupa buku Capter Antropologi dan Sosiologi kesehatan di tahun 2022, Pengalaman publikasi bersama tim di jurnal nasional.

Saprianto, SKM., M.Kes adalah Dosen pada Program Studi Diploma 3 Keperawatan Baturaja Politeknik Kesehatan Kemenkes Palembang, Menyelesaikan pendidikan D3 Keperawatan Program Keguruan Sutopo Surabaya tahun 1992, mengikuti AKTA III di IKIP Malang Tahun 1992, Lulus S1 Kesehatan Masyarakat ditahun 2000 peminatan Pendidikan Kesehatan & Ilmu Perilaku di FKM UI dan melanjutkan S2 di Program Pasca Sarjana IKM UI lulus tahun 2003 Peminatan Kesehatan Reproduksi, Saat ini menjadi tim pengajar MK Keperawatan Keluarga, Keperawatan Gerontik dan Pendidikan Budaya Anti Korupsi. Pengalaman publikasi bersama Tim di jurnal Nasional dan jurnal Internasional salah satunya Factors that Influence Quality of Life Male Prisoners: A Literature Review.

Zanzibar, S.Pd., M.Kes merupakan dosen tetap Program Studi Keperawatan Baturaja Politeknik Kesehatan Kemenkes Palembang. Menyelesaikan pendidikan D1 keguruan Kebidanan dan anak Surabaya tahun 1986. D3 Keperawatan Palembang tahun 1994. Lulus S1 pendidikan jurusan Psikologi STKIP Palembang. Dan S2 di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia Jakarta tahun 2003 peminatan Kesehatan Reproduksi.

Nelly Rustiati, SKM., M.Kes merupakan Dosen Tetap di Prodi D3 Keperawatan Baturaja, mulai mengajar bidang Keperawatan tahun 2005, menyelesaikan Pendidikan Strata 2 di UKB Palembang, tahun 2011, publikasi di artikel jurnal IJPHS (2018) Penelitian tentang Affective Disorders in the Elderly; The Risk of Sleep Disorders, menulis di Jurnal JNK(2019), Artikel tentang “Hubungan pola Asuh orang tua Bekerja dengan Kemandirian anak Pra Sekolah” Jurnal Cendekia Medika(2021) Artikel tentang Analisis Determinan Kejadian Anemia di Rumah Sakit Kota Baturaja, Jurnal Lentera Perawat (2022), tentang Akupuntur Dalam Mengurangi Nyeri dan Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi, menulis di Jurnal JOTING (2022) Artikel tentang KATUK (*Sauropus androgynus* (L.) Merr.) dan PRODUKSI AIR SUSU IBU serta 1 buku Ajar ber-ISBN. Korespondensi melalui email: rustiatinelly@gmail.com.

Muhammad Yuda Saputra merupakan ulusan ahli madya keperawatan dari Program Studi D-III Keperawatan Baturaja Poltekkes Kemenkes Palembang tahun 2022

