

**HUBUNGAN KEIKUTSERTAAN PROLANIS DENGAN
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA
MASYARAKAT DI KECAMATAN
RAMBUTAN**



SKRIPSI

**Sebagai salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Kedokteran (S.Ked)**

Oleh :

**Fathira Asyarifa Jabar
NIM 702019091**

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALEMBANG
2023**

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN KEIKUTSERTAAN PROLANIS DENGAN
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA
MASYARAKAT DI KECAMATAN
RAMBUTAN**

Dipersiapkan dan disusun oleh
Fathira Asyarifa Jabar
NIM : 702019091

Sebagai salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Kedokteran (S.Ked)

Pada tanggal 20 Januari 2023

Mengesahkan



dr. Susi Handayani, Sp.An, M.Sc, MARS
Pembimbing Pertama



dr. Indriyani, M.Biomed
Pembimbing Kedua

**Dekan
Fakultas Kedokteran**



dr. Hj. Yanti Rosita, M.Kes
NBM/NIDN.1079954/0204076701

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini Saya menerangkan bahwa :

1. Skripsi Saya, skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Universitas Muhammadiyah Palembang, maupun Perguruan Tinggi lainnya.
2. Skripsi ini murni gagasan, rumusan dan penelitian Saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan Tim Pembimbing.
3. Dalam Skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini Saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka Saya bersedia menerima sanksi akademik atau sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Palembang, 20 Januari 2023

Yang membuat pernyataan



(Fathira Asyarifa Jabar)

NIM 702019091

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Dengan Penyerahan naskah artikel dan *softcopy* berjudul: Hubungan Keikutsertaan Prolanis Dengan Penurunan Tekanan Darah Pada Masyarakat Di Kecamatan Rambutan

Kepada Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang (FK-UM Palembang), Saya :

Nama : Fathira Asyarifa Jabar

NIM : 702019091

Program Studi : Kedokteran

Fakultas : Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang

Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, setuju memberikan pengalihan Hak Cipta dan Publikasi Bebas Royalti atas Karya Ilmiah, Naskah, dan *softcopy* di atas kepada FK-UM Palembang. Dengan hak tersebut, FK-UMP berhak menyimpan, mengalihmedia/ formatkan, dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikan, menampilkan, mempublikasikan di internet atau media lain untuk kepentingan akademis, tanpa perlu meminta izin dari Saya, dan Saya memberikan wewenang kepada pihak FK-UMP untuk menentukan salah satu Pembimbing sebagai Penulis Utama dalam Publikasi. Segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam Karya Ilmiah ini menjadi tanggungjawab Saya pribadi.

Demikian pernyataan ini, Saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Palembang

Pada tanggal : 20 Januari 2023

Yang Menyetujui,



(Fathira Asyarifa Jabar)

NIM 702019091

iv

Universitas Muhammadiyah Palembang

ABSTRAK

Nama : Fathira Asyarifa Jabar
Program Studi : Pendidikan Dokter
Judul : Hubungan Keikutsertaan Prolanis Dengan Penurunan Tekanan Darah Pada Masyarakat di Kecamatan Rambutan

Hipertensi adalah suatu kondisi tekanan darah diatas 140/90 mmHg yang dapat meningkatkan angka kesakitan dan kematian. Salah satu upaya pencegahan dan pengendalian angka hipertensi di Indonesia adalah program pengelolaan penyakit kronis atau yang disebut dengan PROLANIS. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara keikutsertaan prolanis dengan penurunan tekanan darah pada masyarakat di Kecamatan Rambutan. Jenis penelitian ini adalah analitik observasional dengan desain *cross-sectional*. Sampel penelitian ini diambil menggunakan teknik *total sampling* dengan data sekunder berupa rekam medik pasien hipertensi yang mengikuti program prolanis dengan besar sampel sebanyak 32 sampel yang memenuhi kriteria inklusi. Analisis yang digunakan untuk mengolah data pada penelitian ini adalah uji *Chi-Square*. Hasil: Gambaran keikutsertaan PROLANIS menunjukkan 17 responden (53,1%) dalam kategori rutin dan 15 responden (46,9) tidak rutin. Gambaran penurunan tekanan darah pada peserta PROLANIS sebanyak 12 responden (37,5%) mengalami penurunan tekanan darah dan 20 responden (62,5%) tidak mengalami penurunan tekanan darah. Hasil uji *chi-square* menunjukkan adanya hubungan signifikan antara keikutsertaan PROLANIS dengan penurunan tekanan darah, dengan nilai $p=0,001$ dan $PR=9,705$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara keikutsertaan PROLANIS dengan penurunan tekanan darah pada masyarakat di Kecamatan Rambutan.

Kata Kunci: hipertensi, prolanis, penurunan tekanan darah

ABSTRACT

Nama : Fathira Asyarifa Jabar
Program Studi : Pendidikan Dokter
Judul : Relationship between Prolanis Participation and Blood Pressure Reduction in Communities in Kecamatan Rambutan

Hypertension is a condition of elevated blood pressure above 140/90 mmHg, which can increase morbidity and mortality. One of the efforts to prevent and control hypertension in Indonesia is a chronic disease management program known as PROLANIS. This study aims to determine the relationship between prolanis participation and a decrease in blood pressure in the people of Kecamatan Rambutan. This type of study is observational and analytical with a cross-sectional design. Samples of this study were taken by total sampling technique with secondary data in the form of medical records of hypertensive patients participating in the Prolanis program, with a sample size of 32 samples that met the inclusion criteria. The analysis used to process the data in this study is the Chi Square test. Results: The study results obtained PROLANIS participation shows that 17 respondents (53.1%) are in the routine category and 15 respondents (46.9%) are not routine. An overview of the decrease in blood pressure in PROLANIS participants shows that as many as 12 respondents (37.5%) experienced a decrease in blood pressure and 20 respondents (62.5%) did not experience a decrease in blood pressure. The results of the chi-square test showed that there was a significant relationship between PROLANIS participation and a decrease in blood pressure, with $p = 0.001$ and $PR = 9.705$. So it can be concluded that there is a correlation between PROLANIS participation and a decrease in blood pressure in the people of Kecamatan Rambutan.

Keywords: hypertension, prolanis, decreased blood pressure

KATA PENGANTAR DAN UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Keikutsertaan Prolanis dengan Penurunan Tekanan Darah Pada Masyarakat Di Kecamatan Rambutan”. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Kedokteran pada Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

- 1) Allah SWT, yang telah memberi kehidupan dengan sejujnya keimanan.
- 2) dr. Susi Handayani, Sp. An, M.Sc, MARS, selaku dosen pembimbing I
- 3) dr. Indriyani, M.Biomed, selaku dosen pembimbing II
- 4) Pihak Puskesmas Sungai Dua dan Puskesmas Simpang Rambutan Kecamatan Rambutan Kabupaten Banyuasin yang telah banyak membantu dalam memperoleh data penelitian yang diperlukan;
- 5) Dekan dan staff Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang.
- 6) Kedua orang tua yang selalu memberikan semangat dan dukungan materil maupun spiritual.
- 7) Kepada semua pihak yang sudah berperan dalam penelitian ini dan tidak bisa penulis sebutkan satu per-satu.

Akhir kata, saya berdoa semoga Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Proposal Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Palembang, 12 Januari 2023

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
DAFTAR PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
DAFTAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ILMIAH	
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR DAN UCAPAN TERIMAKASIH	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	2
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	3
1.4.1 Manfaat Teoritis	3
1.4.2 Manfaat Praktisi.....	3
1.5 Keaslian Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1 PROLANIS.....	5
2.3.1 Pengertian	5
2.3.2 Tujuan.....	5
2.3.3 Sasaran Kegiatan	5
2.3.4 Program-program.....	6

2.2	Tekanan Darah.....	8
2.1.1	Pengertian	8
2.1.2	Fisiologi Tekanan Darah	8
2.1.3	Hipotensi.....	10
2.1.4	Pengukuran Tekanan Darah.....	10
2.3	Hipertensi.....	12
2.2.1	Definisi	12
2.2.2	Epidemiologi	12
2.2.3	Etiologi	14
2.2.4	Faktor Resiko.....	14
2.2.5	Klasifikasi	15
2.2.6	Manifestasi Klinis.....	15
2.2.7	Diagnosis	16
2.2.8	Tatalaksana	16
2.2.9	Komplikasi.....	18
2.2.10	Prognosis	18
2.4	Kecamatan Rambutuan.....	19
2.5	Hubungan Prolanis dengan Tekanan Darah	21
2.6	Kerangka Teori	23
2.7	Hipotesis Penelitian	24
	BAB III METODE PENELITIAN	25
3.1	Jenis Penelitian	25
3.2	Waktu dan Tempat Penelitian.....	25
3.2.1	Waktu Penelitian.....	25
3.2.2	Tempat Penelitian	25
3.3	Populasi dan Sampel Penelitian.....	25
3.3.1	Populasi Penelitian	25
3.3.2	Sampel Penelitian	26
3.3.3	Kriteria Inklusi dan Eksklusi	26
3.3.4	Cara Pengambilan Sampel.....	26
3.4	Variabel Penelitian	27
3.4.1	Variabel Independen.....	27

3.4.2 Variabel Dependen	27
3.5 Definisi Operasional	27
3.6 Cara Pengumpulan Data	28
3.7 Cara Pengolahan dan Analisis Data.....	28
3.7.1 Cara Pengolahan Data	28
3.7.2 Analisis Data.....	28
3.8 Alur Penelitian.....	30
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	31
4.1 Hasil	31
4.1.1 Karakteristik Responden Penelitian.....	31
4.1.2 Analisis Univariat	32
4.1.3 Analisis Bivariat	34
4.2 Pembahasan.....	35
4.2.1 Karakteristik Responden.....	35
4.2.2 Analisis Univariat	36
4.2.3 Analisis Bivariat	40
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	42
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	44
5.1 Kesimpulan	44
5.2 Saran.....	44
DAFTAR PUSTAKA	46
LAMPIRAN.....	50
BIODATA RINGKAS ATAU RIWAYAT HIDUP	63

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	4
Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah untuk Dewasa.....	15
Tabel 3.1 Definisi Operasional	27
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Penelitian.....	31
Tabel 4.2 Gambaran Keikutsertaan Prolanis.....	32
Tabel 4.3 Gambaran Tekanan Darah Pasien yang Mengikuti Prolanis	33
Tabel 4.4 Gambaran Penurunan Tekanan Darah	34
Tabel 4.5 Hubungan Keikutsertaan Prolanis dengan Penurunan Tekanan Darah ..	34

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Refleks Baroreseptor	9
Gambar 2.2 Pengukuran Tekanan Darah menggunakan sfigmomanometer.....	11

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Data Responden Penelitian.....	50
Lampiran 2 Data Hasil SPSS.....	52
Lampiran 3 Dokumentasi Penelitian.....	55
Lampiran 4 Kartu Bimbingan.....	56
Lampiran 5 Surat Etik Penelitian.....	58
Lampiran 6 Surat Izin Penelitian.....	59
Lampiran 7 Surat Selesai Penelitian.....	61
Lampiran 8 Biodata.....	63

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Penyakit degeneratif atau lebih sering disebut penyakit kronis merupakan salah satu masalah kesehatan yang masih menjadi perhatian nasional maupun global pada saat ini. Penyakit degeneratif adalah penyakit yang tidak disebabkan oleh infeksi mikroorganisme seperti protozoa, bakteri, jamur, maupun virus. *World Health Organization (WHO)* memprediksi bahwa pada tahun 2020 penyakit tidak menular akan menjadi penyebab 73% kematian di dunia (WHO, 2018). Banyak faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya penyakit degeneratif antara lain faktor genetik, lingkungan, gaya hidup yang tidak sehat seperti merokok, konsumsi alkohol, pola diet dan kurang aktifitas (Dendana et al, 2021).

Penyakit degeneratif di Indonesia terdiri dari penyakit paru obstruktif kronis (PPOK), kanker, stroke, diabetes mellitus, hipertensi, penyakit jantung, penyakit gagal ginjal kronis, penyakit sendi atau rematik, dan penyakit karena kecelakaan. Berdasarkan hasil Riskesdas 2018 prevalensi penyakit degeneratif di Indonesia mengalami peningkatan, salah satunya hipertensi (Kemenkes RI, 2019).

Hipertensi atau sering dikenal dengan istilah “The Silent Killer” adalah kondisi medis serius yang secara signifikan dapat meningkatkan angka kesakitan (morbiditas) dan angka kematian (mortalitas). Tekanan darah tinggi (hipertensi) merupakan suatu keadaan dimana tekanan darah seseorang ≥ 140 mmHg (sistolik) dan/atau ≥ 90 mmHg (diastolik) (CDC, 2021).

Menurut WHO 2021 diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2021). Di Indonesia prevalensi hipertensi tertinggi berada pada kelompok usia lanjut yaitu 55 tahun ke atas. Sebesar 55,2% pada usia 55-64 tahun, 63,2% pada usia 65-74%, dan pada usia 75 tahun ke atas sebesar 69,5% (Kemenkes RI, 2019).

Berdasarkan Profil Kesehatan Pemerintah Kota Palembang pada tahun 2021, jumlah estimasi penderita hipertensi berusia ≥ 15 tahun di Provinsi Sumatera Selatan sebanyak 1.993.269 orang dengan Kota Palembang menyumbang angka tertinggi sebesar 337.260 penderita hipertensi dan Kabupaten Banyuasin menyumbang 159.759 penderita hipertensi. Dari jumlah estimasi tersebut hanya 49,5% (987.295 penderita) yang mendapatkan pelayanan kesehatan (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan, 2022).

Salah satu upaya pencegahan dan pengendalian angka hipertensi agar tidak terus menerus meningkat, pemerintah Indonesia membuat program pengelolaan penyakit kronis atau yang disebut dengan PROLANIS. BPJS Kesehatan memiliki Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) yang bertujuan untuk mendorong peserta Program Jaminan Kesehatan Nasional-Kartu Indonesia Sehat (JKN-KIS) yang menyandang penyakit kronis seperti hipertensi dan diabetes melitus agar dapat mencapai kualitas hidup optimal dan mencegah timbulnya komplikasi penyakit (Maulidati, 2022). Prolanis sendiri merupakan sistem pelayanan kesehatan dan pendekatan proaktif yang dilaksanakan secara terintegrasi serta melibatkan peserta, fasilitas kesehatan dan BPJS dalam rangka memelihara kesehatan peserta BPJS yang mengalami penyakit kronis (Badan Penyelenggaraan Jaminan Sosial Kesehatan, 2015). Kegiatan Prolanis sangat berhubungan bagi penderita hipertensi dalam meningkatkan imunitas tubuh setelah latihan teratur, memperbaiki sistem hemostatis, menormalkan tekanan darah dan meningkatkan kemampuan kerja (Sugihen, 2022).

Maka dari itu, berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul hubungan keikutsertaan prolanis dengan penurunan tekanan darah pada masyarakat di Kecamatan Rambutan.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan diatas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut:

Apakah terdapat hubungan antara keikutsertaan prolanis dengan penurunan tekanan darah pada masyarakat di Kecamatan Rambutan?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan keikutsertaan prolanis dengan penurunan tekanan darah pada masyarakat di Kecamatan Rambutan.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran keikutsertaan pasien hipertensi pada program prolanis di Puskesmas Kecamatan Rambutan.
2. Mengetahui tekanan darah pada pasien hipertensi yang mengikuti program prolanis di Puskesmas Kecamatan Rambutan.
3. Menganalisis hubungan antara keikutsertaan prolanis dengan penurunan tekanan darah pada masyarakat di Kecamatan Rambutan.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah bukti ilmiah dan referensi baru bagi perkembangan ilmu kedokteran mengenai hubungan keikutsertaan prolanis dengan penurunan tekanan darah pada masyarakat di Kecamatan Rambutan.

1.4.2. Manfaat Praktis

Adapun manfaat praktis pada penelitian ini, sebagai berikut :

1. Bagi peneliti

Dapat menambah ilmu pengetahuan dan bahan perbandingan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian tentang Hubungan Keikutsertaan Prolanis dengan Penurunan Tekanan Darah Pada Masyarakat.

2. Bagi Puskesmas Kecamatan Rambutan

Dapat menjadi masukan dan informasi bagi puskesmas di Kecamatan Rambutan untuk meningkatkan partisipasi masyarakat sekitar dan meningkatkan pelaksanaan program Prolanis.

1.5. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1. Keaslian Penelitian

Nama Peneliti	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan Penelitian
Sugihen, Ina Karina Putri G., et al (2022)	Hubungan Keikutsertaan Prolanis, Kepatuhan Minum Obat Dan Status Gizi Terhadap Kontrol Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Kedaton Kota Bandar Lampung	<i>Cross sectional</i>	Hasil penelitian menunjukkan pasien dengan tekanan darah yang tidak terkontrol sebanyak 64% yang merupakan pasien yang bukan peserta PROLANIS sedangkan pasien dengan tekanan darah terkontrol sebanyak (85%) yang merupakan peserta PROLANIS.	Penelitian terkini hanya meneliti mengenai keikutsertaan prolanis dengan penurunan tekanan darah dan menggunakan teknik pengambilan sampel <i>total sampling</i> dengan jumlah sampel 32 responden.
Saputra, (2019)	A.I Hubungan Keikutsertaan Senam Prolanis Dengan Keterkontrolan Tekanan Darah Pada Pasien Bpjs Di Klinik Batam Sehat	<i>Cross sectional</i>	Didapatkan hubungan yang bermakna antara hubungan keikutsertaan senam Prolanis dengan keterkontrolan tekanan darah	Penelitian terkini menggunakan variabel dependen tekanan darah sedangkan penelitian sebelumnya menggunakan variabel dependen keterkontrolan tekanan darah.
Rinda, R.D., et al (2021).	Pengaruh Senam Prolanis Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Curup Kabupaten Rejang Lebong.	Eksperimental dan pendekatan the one group pretest posttest design	Hasil penelitian didapatkan 59 orang (98,3%) mengalami penurunan tekanan darah sistolik dan 54 orang (90,0%) mengalami penurunan tekanan darah diastolik. Serta 1 orang (1,7%) dengan tekanan darah sistolik sama atau tidak mengalami penurunan dan 6 orang (10,0%) dengan tekanan darah diastolik sama atau tidak mengalami penurunan setelah dilakukan senam Prolanis.	Penelitian terkini menggunakan uji analik observasional dengan design cross-sectional. Pengumpulan data dalam penelitian sebelumnya dilakukan dengan wawancara dan pemeriksaan langsung kepada responden, sedangkan penelitian terkini menggunakan data sekunder berupa rekam medik.

DAFTAR PUSTAKA

- Ansar, J., Dwinata, I., & Apriani, M. 2019. Determinan kejadian hipertensi pada pengunjung posbindu di wilayah kerja Puskesmas Ballaparang Kota Makassar. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, 1(3), 28-35.
- Aryatiningsih, D. S. & Silaen, J. Br. 2018. Hipertensi Pada Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru. *Jurnal IPTEKS Terapan Research of Applied Science and Education*, 12(1) : 64-77.
- BPJS. 2015. Panduan Praktis Prolanis (Program Pengelolaan Penyakit Kronis). Jakarta: BPJS Kesehatan www.bpjskesehatan.go.id/documents/06-prolanis.pdf
- Benetos, A., Petrovic, M., & Stranberg, T. 2019. Hypertension Management in Older and Frail Older Patients. *Circulation Research*, 1045-1060. doi: 10.1161/CIRCRESAHA.118.313236
- Centers for Disease Control & Prevention. 2021. [Hypertension Cascade: Hypertension Prevalence, Treatment and Control Estimates Among U.S. Adults Aged 18 Years and Older Applying the Criteria from the American College of Cardiology and American Heart Association's 2017 Hypertension Guideline—NHANES 2015–2018](#). Atlanta, GA: U.S. Department of Health and Human Services
- Comang, C., Susanti, R. W., Asrul, M., & Hidayatullah, M. 2018. Pengaruh Low Impact Aerobic Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tetewatu Kabupaten Konawe Utara Tahun 2018. *Jurnal Keperawatan: Jurnal Penelitian Disiplin Ilmu Keperawatan*, 2(2). <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/2125240>
- Daryanti, E., Gita H, R., Marlina, L., & Sulastri, M. 2020. Prolanis Terhadap Tingkat Penurunan Tekanan Darah dan Diabetes Mellitus di Bungursari, Tasikmalaya. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 292–297. <https://doi.org/10.35568/abdimas.v3i2.851>
- Dendana, E., Ghammem, R., Sahli, J., Maatoug, J., Fredj, S. Ben, et al. 2021. Clustering Of Chronic Diseases Risk Factors Among Adolescents: A Quasi-Experimental Study In Sousse, Tunisia. *International Journal Of Adolescent Medicine And Health*. <https://doi.org/10.1515/ijamh-2017-0022>
- Dinas Kesehatan Kabupaten Banyuasin. 2019. Profil Kesehatan Kabupaten Banyuasin Tahun 2019. Dinkes Banyuasin
- Dinas Kesehatan Sumatera Selatan. 2021. Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan 2020 : Dinkes Sumsel, 123-124
- Gaffar, I., Safira, R., Ramadhany, A. N., Anggraeni, N., Yodang, Y., Harisa A., et al. 2021. Status Perkawinan Berpengaruh Terhadap Self Efficacy Lansia Dengan Penyakit Kronis Yang Mengikuti Program Prolanis di Kota Makassar. *Jurnal Perawat Indonesia*, 5(3), 839-849.
- Harniati, A., Suriah, S., & Amqam, H. 2018. Ketidapatuhan Peserta Bpjs Kesehatan Mengikuti Kegiatan Prolanis Di Puskesmas Rangas Kabupaten Mamuju. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Maritim*, 1(1).
- Hasfika, I., Erawati, S., & Sitorus, F. E. 2020. Pengaruh Senam Prolanis Terhadap Pengendalian Kadar Glukosa Darah dan Tekanan Darah Pada Pasien Diabetes

- Melitus Tipe II dan Hipertensi. *Best Journal (Biology Education Science & Technology)*, 3(2), 184–190 <https://doi.org/10.30743/best.v3i2.3226>
- Hubkova T. 2017. Lifestyle Approaches to White Coat Hypertension. *Am J Lifestyle Med*;11(1):29-32.
- Iqbal AM, & Jamal SF. 2022. Essential Hypertension. [Updated 2022 Jul 4]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK539859/>
- Inriani, I., Narmawan, N., & Abadi, E. 2021. Pengaruh Senam Prolanis Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Pesisir Puskesmas Soropia. *Health Information: Jurnal Penelitian*, 13(1). doi.org/10.36990/hijp.v13i1.232
- Irfannuddin. 2019. Cara Sistematis Berlatih Meneliti: Merangkai Sistematika Penelitian Kedokteran dan Kesehatan. Jakarta: Rayyana Komunikasindo.
- Istiqomah, F., Tawakal, A. I., Haliman, C. D., & Atmaka, D. R. 2022. Pengaruh Pemberian Edukasi terhadap Pengetahuan Hipertensi Peserta Prolanis Perempuan di Puskesmas Brambang, Kabupaten Jombang. *Media Gizi Kesmas*, 11(1), 159-165.
- Kabodi S, Ajami E, Zakiei A, Zangeneh A, & Saeidi S. 2019. Women's Quality of Life in Menopause with a Focus on Hypertension. *J Obstet Gynecol India*.2019;69(3):279–83.
- Kayce Bell PDC, June Twiggs PDC, Bernie R, & Olin PD. 2015. Hypertension : The Silent Killer : Updated JNC-8 Guideline. Alabama Pharm Association. https://cdn.ymaws.com/www.aparx.org/resource/resmgr/CEs/CE_Hypertension_The_Silent_K.pdf
- Kecamatan Rambutan. 2020. Profil Kecamatan Rambutan Tahun 2019. Kabupaten Banyuasin: Kecamatan Rambutan.
- Kemkes RI. 2019. Buku Pedoman Manajemen Penyakit Tidak Menular. In: Direktur Jenderal Pencegahan Oleh Pengendalian Penyakit Direktorat Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular Tahun 2019.
- Kesetyaningsih, T. W., Astuti, Y., & Noor, Z. 2020. Aktivitas Fisik Rutin untuk Mencegah Penyakit Degeneratif. *Berdikari: Jurnal Inovasi dan Penerapan Ipteks*, 8(1), 48-58.
- Larasati, N., & Husna, N. 2020. Pengaruh Prolanis dan Kepatuhan Minum Obat terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Puskesmas Gamping 1. *MEDIA ILMU Kesehatan*, 8(2), 87-93
- Maksud, M., Yusnelli, Y. and Shobur, S. 2020. Pengaruh Senam Prolanis Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 15(2), pp. 99-105. doi: 10.36086/jpp.v15i2.616
- Marhaendra, Y. A., Basyar, E., & Adrianto, A. 2016. Pengaruh Letak Tensimeter Terhadap Hasil Pengukuran Tekanan Darah. *Jurnal Kedokteran Diponegoro (Diponegoro Medical Journal)*, 5(4), 1930-1936. <https://doi.org/10.14710/dmj.v5i4.16032>
- Marleni, L. 2020. Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Hipertensi Di Puskesmas Kota Palembang. *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 15(1), 66-72.
- Maulidina, F. 2019. Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Luhur Bekasi Tahun 2018.

- Journal Uhamka, 4(1)
<https://journal.uhamka.ac.id/index.php/arkesmas/article/view/3141/1110>
- Maulidati, L. F., & Maharani, C. 2022. Evaluasi Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Puskesmas Temanggung. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 10(2), 233-243. <https://doi.org/10.14710/jkm.v10i2.32800>
- Nurchayanti, D. 2020. Hubungan Pengetahuan, Motivasi, dan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Pasien Hipertensi Peserta JKN-KIS Dalam Mengikuti Program Pengelolaan Penyakit Kronis (PROLANIS) Di Puskesmas Muara Teweh Tahun 2020. Universitas Islam Kalimantan MAB).
- Organization, W. H. 2018. Non Communicable Diseases. 2018. www.who.int/news-room/factsheets/detail/noncommunicable-diseases
- Podungge, Y. 2020. Hubungan Umur dan Pendidikan dengan Hipertensi. *Gorontalo Journal of Public Health*, 3(2), 154-161.
- PP Perki. 2015. Pedoman Tatalaksana Hipertensi Pada Penyakit Kardiovaskular Edisi Pertama. Jakarta: Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia
- Puskesmas Simpang Rambutan. 2022. Profil Puskesmas Simpang Rambutan Tahun 2021. Banyuasin: Puskesmas Simpang Rambutan
- Puskesmas Sungai Dua. 2022. Profil Puskesmas Sungai Dua Tahun 2021. Banyuasin: Puskesmas Sungai Dua
- Rahmawati, L., & Aizza, N. 2018. Pengaruh senam prolanis terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di desa Glagahwero Kecamatan Panti Kabupaten Jember. *The Indonesian Journal of Health Science*, 150-154.
- Rehman, S., & Nelson, V. L. 2021. Blood Pressure Measurement. In *StatPearls*. StatPearls Publishing. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK482189/>
- Rinda, R. D., Suryani, S., Wulan, S., Khairani, N., & Aprianti, R. 2021. Pengaruh Senam Prolanis Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Penyakit Hipertensi Di Puskesmas Curup Kabupaten Rejang Lebong. *Jurnal Sains Kesehatan*, 28(1), 41-49. <https://jurnal.stikestrimandirisakti.ac.id/index.php/jsk/article/view/157/pdf>
- Riskesdas. 2018. Laporan Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-riset-kesehatan-dasar-riskesdas/>
- Saputra, A. I. 2019. Hubungan Keikutsertaan Senam Prolanis Dengan Keterkontrolan Tekanan Darah Pada Pasien Bpjs Di Klinik Batam Sehat. *Zona Kedokteran: Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Batam*, 9(2), 17-25. <https://doi.org/10.37776/zked.v9i2.287>
- Sharma S, Hashmi MF, & Bhattacharya PT. 2022. Hypotension. [Updated 2022 Feb 16]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK499961/>
- Sherwood, L. 2019. Fisiologi Manusia: Dari Sel ke Sistem, Edisi Bahasa Indonesia, Edisi 9, Editor: dr.Y Joko Suyono. Jakarta: EGC.
- Sidiq, M. N., & Widodo, A. 2019. Pengaruh Senam Prolanis terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Puskesmas Purwodiningratan Kota Surakarta (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Singh, S., Shankar, R., & Singh, G. P. 2017. Prevalence and Associated Risk Factors of Hypertension: A Cross-Sectional Study in Urban

- Varanasi. *International journal of hypertension*, 2017, 5491838. <https://doi.org/10.1155/2017/5491838>
- Sugihen, I. K. P. G. 2022. Hubungan Keikutsertaan Prolanis, Kepatuhan Minum Obat Dan Status Gizi Terhadap Kontrol Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Kedaton Kota Bandar Lampung. *Medical Profession Journal Of Lampung*, 12(1), 198-205. <https://doi.org/10.53089/medula.v12i1.421>
- Syamson, M. M., Fitri, N., & Hasrul, H. 2020. Pengaruh senam prolanis terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 14(1), 74-81.
- Umamura S, Arima H, Arima S, Asayama, K., Dohi, Y., Hirooka, Y., et al. 2019. The Japanese Society of Hypertension Guidelines for the Management of Hypertension (JSH 2019). *Hypertens Res*;42(9), 1235–1481 <https://doi.org/10.1038/s41440-019-0284-9>
- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., Khan, N. A., Poulter, N. R., Prabhakaran, D., et al. 2020. International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines. *Hypertension (Dallas, Tex. : 1979)*, 75(6), 1334–1357. <https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.120.15026>
- Utami, U., Yulianto, A., & Wibisono, W. 2018. Pengaruh Olah Raga Jalan Kaki Terhadap Peningkatan Tekanan Darah pada Klien Hipotensi Di SMKN Iii Pamekasan. *Journals of Ners Community*, 9(1) 98–105. <https://doi.org/10.55129/jnerscommunity.v9i1.639>
- Wang, S. 2019. Looking for Trouble: Identifying and Treating Hypotension. *P & T : a peer-reviewed journal for formulary management*, 44(9), 563–565 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6705478/>
- Warjiman, dkk. 2021. Pengaruh Senam Prolanis Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Angsau. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI) Vol. 6, No. 1, Juni 2021.* doi.org/10.51143/jksi.v6i1.268.
- Whelton PK, Carey RM, Aronow WS, Casey DE, Collins KJ, Dennison C, et al. 2018. Guideline for the Prevention, Detection, Evaluation, and Management of High Blood Pressure in Adults: A Report of the American College of Cardiology/American Heart Association Task Force on Clinical Practice Guidelines. *Journal of the American College of Cardiology*, 71(19), e127–e248. <https://doi.org/10.1016/j.jacc.2017.11.006>
- World Health Organization. 2021. Hypertension. Kobe: World Health Organization <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Yulanda, Glenys., & Rika Lisiswanti. 2017. Penatalaksanaan Hipertensi Primer. *Jurnal Majority* 6(1) <http://joke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/download/1526/1484>