Nerspedia
Received Desember 2023, Accepted April 2024
@Nerspedia 2024
eISSN: 2722-6573; pISSN: 2721-1444

Asuhan Keperawatan pada Ny. SJ dengan Diagnosis Hipertensi Melalui Intervensi Pemberian Buah Melon

Robiatul Adawiyah[1], Herry Setiawan[2*]

[1,2] Program Studi Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat, Jl. A. Yani Km. 36, Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia, 70714

*Email korespondensi: ners_herry@ulm.ac.id

ABSTRAK

Hipertensi terjadi karena adanya suatu permasalahan pada bagian pembuluh darah manusia yang menyebabkan darah yang membawa oksigen dan nutrisi menjadi terhambat. Hipertensi termasuk dalam 10 penyakit terbanyak di UPT Puskesmas Karang Intan 2, hipertensi berada pada peringkat pertama dengan jumlah 18,65%. Gaya hidup menjadi salah satu faktor risiko terjadinya hipertensi seperti sering mengonsumsi makanan asin dan jarang konsumsi buah dan sayur. Penelitian ini bertujuan untuk menerapkan asuhan keperawatan pada Ny. SJ dengan diagnosis hipertensi melalui intervensi pemberian buah melon di Desa Sungai Alang Kecamatan Karang Intan Kab. Banjar. Penelitian ini menggunakan metode *case study* dengan pengumpulan data dengan pola pengkajian keperawatan Gordon melalui teknik wawancara, observasi dan pemeriksaan fisik. Kemudian dilanjutkan dengan analisis data, penegakkan diagnosis, intervensi, implementasi dan evaluasi. Hasil asuhan keperawatan setelah dilakukan 9 hari dengan intervensi utama pemberian buah melon, masalah dapat teratasi dengan mengontrol tekanan darah dari 160/85 mmHg menjadi 140/80 mmHg. Dalam buah melon memiliki kandungan kaya kalium. Kalium berproses dengan cara mengubah dari sistem angiotensin dan melalui cara vasodilatasi yang dapat menurunkan tekanan darah. Terjadi penurunan tekanan darah setelah pemberian buah melon selama 9 hari.

Kata Kunci: Hipertensi, Pemberian Buah Melon, Studi Kasus

ABSTRACT

Hypertension occurs due to a problem in the human blood vessels that causes the blood carrying oxygen and nutrients to become obstructed. Hypertension is among the top 10 diseases at UPT Puskesmas Karang Intan 2, ranking first with 18.65% of cases. Lifestyle is one of the risk factors for hypertension, such as frequently consuming salty foods and rarely eating fruits and vegetables. This study aimed to apply nursing care by giving melon fruit to Mrs SJ with a diagnosis of hypertension in Sungai Alang Village. This study used a case study method with data collection using Gordon's nursing assessment pattern through interviews, observation, and physical examination. This was followed by data analysis, diagnosis establishment, intervention, implementation, and evaluation. The nursing care results after 9 days of the main intervention of giving melon fruit showed that the problem was resolved by controlling blood pressure from 160/85 mmHg to 140/80 mmHg. Melon is rich in potassium. Potassium works by modifying the angiotensin system and through vasodilation, which can lower blood pressure. A reduction in blood pressure occurred after melon consumption for 9 days.

Keywords*: Case Study, Giving Melon Fruit, Hypertension*

Cite this as: Adawiyah R dan Setiawan H. (2024). Asuhan Keperawatan pada Ny. SJ dengan Diagnosis Hipertensi Melalui Intervensi Pemberian Buah Melon. Nerspedia; 6(3): 389-395.

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah suatu keadaan yang mana pembuluh darah berada pada tekanan darah tinggi yaitu tekanan darah sistolik berada ≥ 140 mmHg atau tekanan darah diastolik berada pada ≥ 90 mmHg) (1). Berdasarkan data dari WHO tahun 2011, di seluruh dunia saat ini terdapat satu milyar orang yang menderita hipertensi, dua pertiga dari satu milyar orang tersebut berada di negara berkembang. Perkiraan jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka mrtalitas di Indonesia akibat hipertensi

sebesar 427.218 kematian (2). Merujuk pada Rencana Induk Penelitian Universitas Lambung Mangkurat periode 2020-2024 (RIP ULM) sebagai arah dalam menjadikan Universitas Lambung Mangkurat sebagai pusat pengembangan lahan basah di Asia Pasifik pada tahun 2027. Target dipusatkan pada kesehatan lahan basah yang memiliki kemampuan dalam menyebarkan penyakit infeksi dan non-infeksi salah satunya yaitu hipertensi.

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang selalu masuk dalam 10 besar penyakit di Kalimantan Selatan (3). Hipertensi termasuk dalam 10 penyakit terbanyak di UPT Puskesmas Karang Intan 2, yang mana hipertensi berada pada peringkat pertama dengan jumlah 18,65%. Desa Sungai alang merupakan daerah pinggir sungai yang termasuk dalam daerah lahan basah. Berdasarkan hasil observasi dan pengkajian, klien kelolaan yang berada di Desa Sungai Alang RT 01 bekerja sebagai petani karet dan ibu rumah tangga yang mana klien menyukai makanan asin dan makanan tinggi lemak, klien kurang mengonsumsi sayur dan buah. Beberapa waktu ini klien sering mengeluhkan tegang bagian tengkuk, klien memiliki penyakit tekanan darah tinggi sejak beberapa tahun yang lalu.

Penatalaksanaan hipertensi bertujuan untuk mengurangi mortalitas, morbiditas dan meningkatkan kontrol tekanan darah. Penatalaksanaan hipertensi dibagi menjadi dua, yaitu terapi farmakologi atau obat-obatan antihipertensi dan terapi non farmakologi yaitu menggunakan bahan alami (4). Pencegahan efek samping dari penggunaan obat antihipertensi dapat dilakukan dengan menggunakan pengobatan herbal. Beberapa herbal yang dapat digunakan untuk mengatasi tekanan darah tinggi salah satunya yaitu dari buah dan sayuran yang kaya akan kalium, serat, vitamin, dan mengandung jumlah air yang banyak seperti buah melon (5).

Salah satu terapi intervensi komplementer yang dapat dilakukan secara mandiri dalam penatalaksanaan hipertensi yaitu dengan pemberian terapi intervensi buah melon. Buah melon mudah untuk dicari sekitar rumah pasien seperti di pasar dan di toko buah terdekat. Berdasarkan hasil penelitian bahwa pemberian buah melon sebanyak 200 g pada penderita hipertensi selama 9 hari mampu menurunkan tekanan darah sistolik sebesar 14,82±5,759 mmHg dan diastolik sebesar 7,64±2,292 mmHg (6).

Melon memiliki kandungan kalium 379 mg dalam 100g melon, serat 0,4g dalam 100 g melon, dan kadar air 93 ml dalam 100 g melon. Kandungan yang ada dalam buah melon tersebut yaitu kalium, kalsium, serat, dan air yang dapat menjaga *balance* cairan dalam tubuh serta membantu penetralan tekanan darah (7). Kandungan kalium yang tinggi pada buah melon memiliki efek yang positif bagi pembuluh darah, jantung, otot, dan sistem saraf. Mekanis cara kerja kalium adalah dengan melebarkan pembuluh darah sehingga retensi perifer akan menurun dan curah jantung akan meningkat, kalium dapat menghambat proses sistem renin-angiotensin dan mengatur sistem saraf perifer dan pusat yang dapat mempengaruhi tekanan darah (8).

Proses pada saat memakan buah secara langsung akan membuat vitamin dan nutrisi pada buah tersebut terserap lebih baik. Pada buah yang utuh kandungan serat akan lebih tinggi dibandingkan dengan diolah menjadi jus, buah-buahan yang diolah menjadi jus justru dapat membuat senyawa kimia yang ada di dalam buah tersebut menjadi hancur (9).

Berdasarkan uraian di atas, maka sangat penting dilakukan pengkajian keperawatan secara komprehensif untuk menetapkan bagaimana cara menurunkan hipertensi melalui terapi non-farmakologi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan *case study* dengan menggunakan pengkajian pola Gordon melalui teknik wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik. Asuhan keperawatan yang dilakukan melalui pengumpulan data, pengkajian, analisis data, perencanaan keperawatam meliputi penegakkan diagnosis keperawatan, luaran keperawatan, dan intervensi keperawatan. Kemudian dilanjutkan dengan implementasi keperawatan dan evaluasi keperawatan. Penegakkan diagnosis, luaran, dan intervensi keperawatan yang dilakukan berdasarkan pada Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI), Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI), dan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) (10-12).

Studi kasus ini dilaksanakan pada bulan Oktober 2022 mulai dari pengkajian hingga evaluasi yang dilakukan pada salah satu warga Desa Sungai Alang RT 01 di Kecamatan Karang Intan Kabupaten Banjar yaitu Ny. SJ yang berusia 55 tahun yang menderita penyakit hipertensi. Peneliti memperoleh data klien berdasarkan pada wawancara, observasi dan pemeriksaan fisik yang dilakukan. Peneliti telah memberikan *informed consent* pada klien.

Desa Sungai Alang merupakan salah satu wilayah lahan basah karena berada pada pinggiran sungai. Sebagian besar warga Desa Sungai Alang memiliki mata pencaharian melalui keramba ikan, hasil dari keramba ikan tersebut selain dijual juga sebagai konsumsi warga desa setempat. Ikan hasil keramba tersebut diolah dan diawetkan melalui metode penggaraman yaitu menjadi ikan wadi. Salah satu penyebab dari hipertensi yang diderita Ny. SJ adalah karena menyukai makanan dengan kadar garam yang tinggi. Untuk memberikan intervensi mandiri keperawatan pada Ny.SJ dalam mengatasi hipertensi buah melon diberikan selama 9 hari berturut-turut sebanyak 200 g dengan satu kali pertemuan pada setiap hari, pengukuran tekanan darah dilakukan pada hari pertama sebelum pemberian buah melon, kemudian dievaluasi pada hari ketiga, keenam, dan kesembilan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan diperoleh yaitu identitas klien: Ny. SJ, berusia 55 tahun, keadaan umum Ny. SJ tampak baik dan sehat dengan tingkat kesadaran *compos mentis* TD: 170/100 mmHg , RR:16 x/menit N: 67 x/menit T : 36,7 C SpO2 99%. Klien mengetahui menderita penyakit hipertensi kurang lebih sejak 5 tahun yang lalu, klien memiliki riwayat keturunan hipertensi dari ayah klien.

Sehari-hari klien menyukai makanan yang asin dan berlemak, klien sering menambahkan garam pada makanan agar makanan tersebut lebih terasa, klien juga menyukai memasak dan makan makanan yang bersantan. klien jarang mengkonsumsi buah dan sayur. Klien pernah melakukan pemeriksaan kesehatan di pelayanan kesehatan yaitu Posyandu Kenanga di Sungai Alang sebanyak 2 kali pada tahun ini, klien meminum obat yang diberikan Posyandu tersebut.

Klien mengatakan terkadang leher bagian belakangnya terasa tegang dan sakit dan klien mengeluhkan nyeri pada bagian punggung. Saat dilakukan pengkajian nyeri diperoleh: P: Punggung terasa nyeri setelah beraktivitas yaitu

menoreh karet, Q: Nyeri tusuk, R: punggung S: 3 dari 10 (nyeri ringan), T: Hilang timbul, Onset: 4-5 menit. Berdasarkan pada data tersebut maka diangkatlah diangnosis prioritas Manajemen kesehatan tidak efektif b.d ketidakcukupan petunjuk untuk bertindak d.d mengungkapkan keinginan untuk mengontrol tekanan darah serta adanya pilihan yang tidak efektif dalam kehidupan sehari-hari untuk memenuhi tujuan kesehatan yaitu konsumsi tinggi garam dan jarang konsumsi buah serta sayur.

Dengan intervensi yang dilakukan adalah edukasi kesehatan, dengan salah satu implementasi yang dilakukan yaitu pemberian buah melon sebanyak 200 g selama 9 hari berturut-turut. Selain itu juga diangkat diagnosis keperawatan Nyeri akut b.d agen pencedera fisik dengan intervensi keperawatan yaitu manajemen nyeri.

Implementasi yang dilakukan peneliti pada hari pertama yaitu memonitor tanda-tanda vital klien untu mengetahui tekanan darah klien sebelum pemberian buah melon, mengidentifiksi kesiapan dan kemampuan menerima informasi, mengidentifikasi faktor-faktor yang dapat meningkatkan dan menurunkan motivasi perilaku untuk mengatasi hipertensi, menyediakan materi dan media (Menggunakan Buku Imajinasi Keperawatan yang telah mendapatkan HKI) dan memberikan edukasi mengenai pola diet untuk penderita hipertensi, mengajarkan strategi yang dapat digunakan untuk mengatasi hipertensi dengan pemberian buah melon sebanyak 200 g selama 9 hari untuk menurunkan tekanan darah. Implementasi mengenai pengajaran relaksasi nafas dalam untuk menurunkan nyeri pada diagnosis nyeri akut b.d agen pencera fisik juga dilakukan pada Ny. SJ.

Selanjutnya implementasi hari ke-2 hingga hari ke-9 dilanjutkan dengan memberikan buah melon sebanyak 200 g, dengan monitor tekanan darah pada hari ketiga, keenam, dan kesembilan. Hasil subjektif dari pemberian buah melon selama 9 hari klien mengatakan menyukai buah melon, dan tidak ada keluhan lagi terkait dengan tegang pada bagian leher serta nyeri pada bagian punggung.

Berdasarkan hasil intervensi yang dilakukan pada Ny. SJ dengan diagnosis medis hipertensi melalui pemberian buah melon sebanyak 200 g selama 9 hari yaitu diperoleh hasil terjadi penurunan tekanan darah klien. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anindea tahun 2018 yang menyatakan bahwa terdapat penurunan tekanan darah setelah pemberian bauh melon sebanyak 200 g selama 9 hari berturut-turut (6)

Dalam buah melon mengandung berbagai senyawa yang bagus untuk tubuh, di antaranya yaitu mengandung kalium, kalsium dan serat. Melalui pemberian buah melon sebanyak 200 g perhari selama 9 hari, dengan total jumlah kalium sebanyak 534 mg, terjadi peningkatan jumlah kalium di dalam tubuh yang dapat berpengaruh pada

Tabel 1. Hasil Pengukuran Tekanan Darah

No	Hari, Tanggal/ Jam	Implementasi Hari-	Tekanan Darah
1.	Sabtu, 22 Oktober 2022/ 16.00 WITA	Pertama	160/85 mmHg
2.	Selasa, 24 Oktober 2022/ 16.00 WITA	Ketiga	170/90 mmHg
3.	Kamis, 27 Oktober 2022 / 16.00 WITA	Keenam	140/80 mmHg
4.	Minggu, 31 Oktober 2022 / 16.00 WITA	Kesembilan	140/80 mmHg

tekanan darah. Melalui konsumsi kalium akan meningkatkan kadar kalium dalam plasma yang akan berkaitan dengan efek vasodilatasi endotel (6).

Tubuh membutuhkan setidaknya 4,7 g asupan kalium perhari untuk mencegah penyakit kardiovaskuler serta menurunkan tekanan darah, sesuai dengan rekomendasi dari DASH yaitu sayur dan buah dikonsumsi setiap hari dengan porsi 4-5 (13). Proses kerja dari kalium berkebalikan dengan dengan proses kerja natrium. Kalium berproses dengan cara menghambat dari sistem angiotensin dan melalaui cara vasodilatasi yang dapat menurukan tekanan darah (14). Dalam sekresi renin angiotensin kalium menghambat keluarnya renin yang akan mengubah angiotensin menjadi angiotensin I, penghambatan pada sistem ini akan menjadikan pembuluh darah bervasodilatasi yang akan menyebabkan relaksasi pada dinding otot pembuluh darah yang akan menjadikan tekanan darah menurun (14).

Selain mengandung kalium buah melon juga mengandung senyawa kalsium, berdasarkan pada penelitian mengkonsumsi kalsium yang cukup dapat mengurangi daripada faktor risiko hipertensi (15). Kalsium mampu menyeimbangkan kalium dan natrium di dalam darah, dapat menurunkan kerja sistem renin-angiotensin serta mencegah untuk otot polos berkontraksi (6).

Kandungan lainnya yang terdapat pada melon yang mampu menurunkan tekanan darah adalah serat. Secara tidak langsung serat dapat menurunkan tekanan darah dengan membantu menurunkan kadar kolestrol, yang mana kolesterol merupakan salah satu faktor risiko terjadinya hipertensi (16).

Setelah pemberian buah melon selama 9 hari sebanyak 200 g pada Ny. SJ terdapat perubahan tekanan darah baik sistol maupun diastol yang mulanya pada waktu hari pertama intervensi sebelum diberikan buah melon adalah 160/85 mmHg menjadi 140/80 mmHg pada saat pemberian intervensi buan melon hari ke enam dan menetap hingga hari ke sembilan. Tekanan darah Ny. SJ sempat naik pada saat pemberian buah melon pada hari ketiga, yaitu pada saat dilakukan pengecekan tekanan darah Ny. SJ yaitu 170/90 mmHg. Ny. SJ mengatakan pada hari itu klien belum ada istirahat setelah pulang dari menoreh karet dan langsung membersihkan peralatan memasak klien.

Menurut penelitian Wijaya Ari tahun 2020 aktivitas yang terlalu berat dapat menimbulkan keletihan, adanya peningkatan pada sistem saraf simpatis yang terjadi pada individu dengan keletihan dapat menyebabkan detak jantung meningkat dan kontraksi pada pembuluh darah. Hal tersebut dapat mengakibatkan peningkatan pada curah jantung sehingga terjadi tekanan darah yang meningkat (17).

Hasil asuhan keperawatan yang dilakukan selama 9 hari dengan intervensi unggulan pemberian buah melon, tekanan darah dapat terkontrol dari 160/85 mmHg menjadi 140/80 mmHg. Sehingga melalui konsumsi kalium, kalsium, dan serat yang terkandung dalam buah melon dapat membantu untuk menurunkan tekanan darah pada seseorang.

KETERBATASAN

Keterbatasan dalam penelitian ini yaitu peneliti tidak dapat mengontrol asupan makanan yang dikonsumsi Ny. SJ setiap harinya, adanya faktor budaya serta pekerjaan Ny. SJ yang juga sebagai juru masak pada saat ada acara di desa membuat Ny. SJ masih sulit dalam mengubah pola diet yang disarankan.

Ny. SJ mengatakan akan berusaha mengubah pola hidup dan mengikuti diet yang disarankan serta mengurangi konsumsi garam dan mengurangi penggunaan garam di dalam masakan. Selain hal tersebut peneliti juga tidak dapat mengendalikan faktor lain di antaranya yaitu aktivitas fisik yang dilakukan Ny. SJ, serta adanya obat penurun tekanan darah tinggi yang dikonsumsi Ny.SJ.

ETIKA PENELITIAN

Penelitian ini memperhatikan aspek *informed consent, anonymity*, otonomi, *confidentiality, beneficience*. Peneliti memberikan penjelasan terkait dengan manfaat dan tujuan penelitian kepada klien.

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak ditemukan adanya konflik kepentingan pada penelitian ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan penelitian ini, khusunya untuk pembimbing pada penelitian ini yaitu Bapak Herry Setiawan, S.Kep., Ns., M.Kep. kepada penguji yaitu Ibu Rizka Hayyu Nafi'ah, S.Kep., Ns., M.Kep. Terima kasih kepada klien Ny. SJ yang bersedia menjadi responden dalam studi kasus ini, serta kepada Desa Sungai Alang.

PENUTUP

Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa setelah melakukan intervensi keperawatan dengan pemberian buah melon 1 kali sehari sebanyak 200 g selama 9 hari didapatkan hasil tekanan darah Ny.SJ mengalami penurunan. Sebelum dilakukan pemberian buah melon tekanan darah Ny.SJ adalah 160/85 mmHg, pada hari kesembilan pemberian buah melon tekanan darah Ny.SJ menurun menjadi 140/80 mmHg.

Rekomendasi untuk klien dapat mengamalkan buah melon secara teratur untuk memaksimalkan hasil yang di dapat dan perilaku patuh terhadap diet. Klien juga bisa mengganti buah melon dengan buah-buahan lain yang memiliki kadar kalium tinggi yang dapat menurunkan tekanan darah seperti tomat, semangka, mentimun, pepaya, dan lain sebagainya.

Untuk perawat intervensi ini dapat dilakukan dalam dalam komunitas posyandu agar msyarakat luas dapat mengetahui manfaat buah melon. Untuk pelayanan kesehatan menjadi tambahan referensi dalam pemberian intervensi terapi komplementer yang diberikan pada penderita penyakit hipertensi. Untuk Institusi pendidikan dapat memasukkan aspek budaya dalam pemberian asuhan keperawatan di komunitas serta jadi bahan ajar terkait pemberian buah melon terhadap penurunan tekanan darah.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization. Q&As on hypertension [Internet]. Geneva: WHO; 2013. Available from: http://www.who.int
2. Kementerian Kesehatan RI. Fakta dan angka hipertensi [Internet]. Jakarta: Kemenkes RI; 2017. Available from: http://p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm
3. Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan. Profil kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan. Banjarmasin: Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan; 2020.
4. Pudiastuti. Penyakit pemicu stroke. Yogyakarta: Nuha Medika; 2011.

5. Setiowati EA. Efektivitas pemberian jus melon untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada pasien hipertensi. J Nurs Health. 2020;5(1):19-27.
6. Anindea NM. Pengaruh pemberian buah melon terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi usia 41-64 tahun. J Ris Kesehat. 2018;1.
7. Bimanteri L. Pengaruh pemberian jus melon terhadap penderita hipertensi di Modinan Banyuraden Sleman Yogyakarta [skripsi]. Yogyakarta: Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah; 2014.
8. Astawan M. Khasiat warna warni makanan. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama; 2008.
9. Griep LMO, Stamler J, Chan Q, Van Horn L, Steffen LM, Miura K, et al. Association of raw fruit and fruit juice consumption with blood pressure: the INTERMAP study. Am J Clin Nutr. 2013;97(5):1083-91.
10. Tim Pokja SDKI DPP PPNI. Standar diagnosis keperawatan Indonesia (SDKI). Edisi ke-1. Jakarta: Persatuan Perawat Indonesia; 2016.
11. Tim Pokja SLKI DPP PPNI. Standar luaran keperawatan Indonesia (SLKI). Edisi ke-1. Jakarta: Persatuan Perawat Indonesia; 2018.
12. Tim Pokja SIKI DPP PPNI. Standar intervensi keperawatan Indonesia (SIKI). Edisi ke-1. Jakarta: Persatuan Perawat Indonesia; 2018.
13. Campbell AP. DASH eating plan: an eating pattern for diabetes management. Diabetes Spectr. 2017;30(2). Available from: https://doi.org/10.2337/ds16-0084
14. Puspita Anggraini, Rusdi, Ilyas E. Kadar Na+, K+, Cl-, dan kalium total serum darah serta hubungannya dengan tekanan darah pada penderita hipertensi. Press BUNJ. 2016;12(1):50-66.
15. Wang Q, Domenig A, P, Burnier M. Potassium supplementation reduces cardiac and renal hypertrophy independent of blood pressure in DOCA/salt mice. Hypertension. 2005;47(1).
16. Yang Y. Association between dietary fiber and lower risk of all-cause mortality: a meta-analysis of cohort studies. Am J Epidemiol. 2015;181(2):81-93.
17. Wijaya A. Hubungan kelelahan kerja dengan kejadian hipertensi pada petani di Kecamatan Panti Kabupaten Jember [skripsi]. Jember: Universitas Jember; 2021. p. 2019-22.