

DAFTAR PUSTAKA

- Adi, I., Lubis, P., Siregar, S. R., Khairunnisa, Z., Fauzan, A., Rendah, D., Ilfan, G., & Putra, A. (2025). Diet Rendah Garam pada Pasien Hipertensi Abstrak Galenical is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike penyakit tidak menular utama oleh Kesehatan Dunia Organisasi (WHO) (5). Diet tinggi ketidakseimbangan elektrolit . Natrium merupakan. 3(1), 68–76.
- Agita, T. T., & Wijayanti, A. C. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap dengan Pengaturan Pola Makan pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Walantaka. *Indonesian Journal of Health Community*, 3(2), 52. <https://doi.org/10.31331/ijheco.v3i2.2310>
- Ahmed, S. K. (2024). *The pillars of trustworthiness in qualitative research*. *Journal of Medicine, Surgery, and Public Health*, 2(January), 100051. <https://doi.org/10.1016/j.glmedi.2024.100051>
- Alam, S., Habibi, H., Nildawati, N., Syarfaini, S., Nurfaidah, N., & Syarif, I. (2025). *Association Between Dietary Patterns, Physical Activity, and BMI with Hypertension Among Rural Indonesian Farmers: A Cross Sectional Study Using a Nutritional Ecology Perspective*. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 8(8), 609–620. <https://doi.org/10.56338/mppki.v8i8.7599>
- Aldirawi, A., Alhalaiqa, F., Alwawi, A., & Abuzerr, S. (2024). *Psychological stress among hypertensive male patients in Jordan: prevalence and associated factors*. *BMC Public Health*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-024-20733-0>
- Alistina, R., Priyantari, W., & Rosyad, Y. S. (2021). HUBUNGAN ANTARA POLA MAKAN DENGAN TINGKAT HIPERTENSI PADA LANSIA DI POSYANDU LANSIA TEGALREJO, YOGYAKARTA. *Jurnal Kesehatan*, 12, 362-366.
- Appel, L. J., Moore, T. J., Obarzanek, E., Vollmer, W. M., Svetkey, L. P., Sacks, F. M., Bray, G. A., Vogt, T. M., Cutler, J. A., Windhauser, M. M., Lin, P.

- H., & Karanja, N. (1997). A clinical trial of the effects of dietary patterns on blood pressure. *New England Journal of Medicine*, 336(16), 1117–1124. <https://doi.org/10.1056/NEJM199704173361601>
- Arsad, N., P. A. Mahdang, and A. Adityaningrum. "Hubungan perilaku merokok dengan kejadian hipertensi di Desa Botubulowe Kabupaten Gorontalo." *Jambura Journal* 4.3 (2022): 12-18.
- Arslan, E. (2022). Nitel arařtırmalarda geerlilik ve gvenilirlik. *Pamukkale niversitesi Sosyal Bilimler Enstits Dergisi*, (51), 395-407.
- Aslam, N., Shoaib, M. H., Bushra, R., Asif, S., & Shafique, Y. (2022). *Evaluating the socio-demographic, economic and clinical (SDEC) factors on health related quality of life (HRQoL) of hypertensive patients using EQ-5D-5L scoring algorithm*. PLoS ONE, 17(6 June), 1–13. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0270587>
- Asnani, & Evi, M. (2020). *A Systematic Review: Benefits of Physical Activity in Elderly Hypertension*. *Global Conferences Series: Social Science, Humanities and Education Research Symposium*, 5, 145– 159. <https://series.gci.or.id/assets/papers/psshers-2020-364.pdf>
- Astuti, W., & Anggiruling, D. O. (2022). Hubungan Penerapan Plant- Based Diet Dalam Penurunan Risiko Hipertensi: Review. *Jurnal Gizi Dan Kuliner*, 3(1), 16–25. <https://doi.org/10.35706/giziku.v3i1.6894>
- Bahren Nortajulu1*, M. Arifki Zainaro2, E. T. (2021). Penerapan Anjuran Dietary Approaches To Stop Hypertension (Dash) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Karang Anyar. 6, 167– 186.
- Baughman, C., Mottalib, A., Moussa, M., Zemany, L., Wagner, A. A., Graham, K., & Cluett, J. L. (2023). *Second Time's a Charm: When to Reconsider Secondary Hypertension Evaluations*. *Hypertension*, 80(12), 2501– 2505. <https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.123.21730>
- Belayachi, S., Boukhari, F. Z., Essayagh, F., Terkiba, O., Zohoun, A., Essayagh, M., Essayagh, T., & Essayagh, S. (2024). Non-adherence to antihypertensive drugs and its risk factors among hypertensive patients, Marrakech, Morocco. *PLOS Global Public Health*, 4(8), 1–14. <https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0002774>

- Bogale, E. K. (2025). *Lived Experience of People With Hypertension in Ethiopia : A Phenomenological Study* , 2025. 1–22.
- Cahyanti, L., Yuliana, A. R., Putri, D. S., Fitriana, V., & Nur, H. A. (2024).
Konseling Pencegahan Penyakit Hipertensi di Desa Jepang Kecamatan
Mejobo Kabupaten Kudus. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 7(1), 346–358.
<https://doi.org/10.31596/jpk.v7i1.417>
- Prakash C. S. "Methods of data collection in qualitative research: Interviews,
focus groups, observations, and document analysis." *Advances in
Educational Research and Evaluation* 6.1 (2025): 303-317.
- Colozza, D. (2024). A qualitative exploration of ultra-processed foods consumption
and eating out behaviours in an Indonesian urban food environment.
Nutrition and Health, 30(3), 613–623.
<https://doi.org/10.1177/02601060221133897>
- DeLaughter, K. L., Fix, G. M., McDannold, S. E., Pope, C., Bokhour, B. G.,
Shimada, S. L., ... & Cutrona, S. L. (2021). Incorporating African American
veterans' success stories for hypertension management: developing a
behavioral support texting protocol. *JMIR research protocols*, 10(12),
e29423.
- Dinas Kesehatan Kota Bengkulu. (2022). *Profil Kesehatan Kota Bengkulu 2022*.
Dinas Kesehatan Kota Bengkulu.
- Dinas Kesehatan Kota Bengkulu. (2023). *Profil Kesehatan Kota Bengkulu 2023*.
Dinas Kesehatan Kota Bengkulu.
- Dinas Kesehatan Kota Bengkulu. (2024). *Profil Kesehatan Kota Bengkulu 2024*.
Dinas Kesehatan Kota Bengkulu.
- Farias, A. N., Impolcetto, F. M., & Benites, L. C. (2020). *A análise de dados
qualitativos em um estudo sobre educação física escolar: o processo de
codificação e categorização. Pensar a Prática*, 23.
<https://doi.org/10.5216/rpp.v23.57323>
- Febriyanti, A. P., Atmaja, R. R. D., Oktaviani, H. C., & Wijaya, D. (2023).
Febriyanti, A. P., Atmaja, R. R. D., Oktaviani, H. C., & Wijaya, D. (2023).
Analisis Peresepan Polifarmasi Pada Pasien Geriatri dengan Diabetes
Melitus Tipe 2 Berdasarkan Beers Criteria 2023. *Jurnal Mandala*

- Pharmacon Indonesia, 9(2), 613–620. <https://doi.org/10.24127/pharmacon.v9i2.12345>. Jurnal Mandala Pharmacon Indonesia, 9(2), 613–620.
- Galuh Iriantono, Reni Purwandari, Suzanna Amelia, Satriya Pranata, Siti Aisah, A. (2021). *Analysis of the Concept of Self-Management in Hypertensive Patients*. 4(12), 167–186.
- García-González, J., Verdejo-Herrero, A., Romero-del Rey, R., García-López, H., Obrero-Gaitán, E., Cortés-Pérez, I., & Alarcón-Rodríguez, R. (2025). *Perceptions of Immersive Virtual Reality for Physical Activity Among Individuals with Hypertension at Risk of Cardiovascular Disease: A Qualitative Study*. *Healthcare*, 13(8), 858. <https://doi.org/10.3390/healthcare13080858>
- Goktas, O., Şentürk, T., & Ersoy, C. (2020). *Factors Affecting Hypertension in the Adult Population of the Marmara Region, Turkey: A Descriptive Field Study*. *International Journal of Hypertension*, 2020. <https://doi.org/10.1155/2020/8869042>
- Gulamhusein, N., Miranda, K. T., Dumanski, S. M., González Bedat, M. C., Ulasi, I., Conjeevaram, A., & Ahmed, S. B. (2024). *Sex- and Gender-Based Reporting in Antihypertensive Medication Literature Informing Hypertension Guidelines*. *Journal of the American Heart Association*, 13(5), 1–6. <https://doi.org/10.1161/JAHA.123.030613>
- Hamzah, I. F., & Subandi, S. (2021). *the Illness Experience in Hypertension Patients With Low Socioeconomic Status*. *Jurnal Psikologi*, 19(4), 357–372. <https://doi.org/10.14710/jp.19.4.357-372>
- Hasanuddin, I., Zainab, Z., & Purnama, J. (2023). Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Ners*, 7(2), 1659-1664.
- Heni Kartika Sari, Elliya, R., & Winarno, R. (2024). Asuhan keperawatan gerontik hipertensi dalam penerapan terapi dash diet (pendekatan diet untuk menghentikan hipertensi). *JOURNAL OF Medical Surgical Concerns*, 4(1), 12–16. <https://doi.org/10.56922/msc.v2i1.374>
- Horne, C. E., Stayt, L. C., Schutz, S., Smith, C. M., Haberstroh, A., Bolin, L. P., Taylor, C. L., Moosavi, S. H., & Bibbey, A. (2023). *Symptom experiences in hypertension: A mixed methods systematic review*. *Journal of*

Hypertension, 41(1), 1–16.

<https://doi.org/10.1097/HJH.00000000000003306>

Hudinoto Eko Yudyarto, Didi Hermawan, & Sadar Prihandana. (2026). Edukasi Kesehatan Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Di Kelurahan Bandung Kota Tegal. *Jurnal Inovasi Masyarakat Terupdate*, 3(1).

<https://doi.org/10.31983/jimat.v3i1.14830>

Ibsen, D. B., Levitan, E. B., Åkesson, A., Gigante, B., & Wolk, A. (2022). *The DASH diet is associated with a lower risk of heart failure: a cohort study. European Journal of Preventive Cardiology*, 29(7), 1114–1123.

<https://doi.org/10.1093/eurjpc/zwac003>

Jamal, S. A., Hardi, Y., Aini, N., Haviana, E., Ismail, I., Saro, D., & Sufian, I. (2025). Sosialisasi Gaya Hidup Sehat dan Bijak di Era Modern bagi Komunitas Lokal. *Jurnal Abdimas Sains Dan Teknologi Ibnu Sina*, 2(01), 22–28. <https://doi.org/10.36352/jastis.v2i01.1234>

Justin, J., Fayol, A., Bruno, R. M., Khettab, H., & Boutouyrie, P. (2022).

International Guidelines for Hypertension: Resemblance, Divergence and Inconsistencies. *Journal of Clinical Medicine*, 11(7).

<https://doi.org/10.3390/jcm11071975>

Kusparlina, E. P., Ishomuddin, Sukmana, O., & Sunaryo, S. (2023). *Phenomenology Analysis of the Meaning of Healthy Living on Alternative Medicine Practices. International Journal of Law and Society*, 2(3), 175–188. <https://doi.org/10.59683/ijls.v2i3.40>

Kim, Doyeon; Kim, Minkyoo; Kim, Taekyu. *Aerobic exercise effects on systolic blood pressure and endothelial inflammation in obese and non-obese elderly women with isolated systolic hypertension. Journal of Hypertension* 42(10):p 1743-1749, October 2024. | DOI: 10.1097/HJH.00000000000003794

Lal Shrivastava, S. R. B., Bobhate, P. S., & Morghade, R. S. (2025). *Adopting a comprehensive dietary approach to prevent hypertension. International Journal of Nutrition, Pharmacology, Neurological Diseases*, 15(3), 341–343. https://doi.org/10.4103/ijnpnd.ijnpnd_65_25

- Liu, F., & Lu, X. (2024). *Hypertension and human health: Evidence and prospects. Chronic Diseases and Translational Medicine*, 10(2), 89–91. <https://doi.org/10.1002/cdt3.129>
- Lv, Y., Jiang, G., Tan, X., Bao, W., Chen, L., & Liu, L. (2022). *Association of Sleep Patterns and Lifestyles With Incident Hypertension: Evidence From a Large Population-Based Cohort Study. Frontiers in Cardiovascular Medicine*, 9(April). <https://doi.org/10.3389/fcvm.2022.847452>
- Medical, C. (2023). *Calvaria medical journal*. 37–42. Mengesha, E. W., Tesfaye, T. D., Boltana, M. T., Birhanu, Z., Sudhakar, M., Hassen, K., Kedir, K., Mesfin, F., Hailemeskel, E., Dereje, M., Hailegebrel, E. A., Howe, R., Abebe, F., Tadesse, Y., Girma, E., Wadilo, F., Lake, E. A., Guta, M. T., Damtew, B., ... Fentahun, N. (2024). *Effectiveness of community-based interventions for prevention and control of hypertension in sub-Saharan Africa: A systematic review. PLOS Global Public Health*, 4(7), 1–14. <https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0003459>
- Miezah, D., & Hayman, L. L. (2024). *Culturally Tailored Lifestyle Modification Strategies for Hypertension Management: A Narrative Review. American Journal of Lifestyle Medicine*, 0(0), 1–9. <https://doi.org/10.1177/15598276241297675>
- Noor Cholifah, S. (2022). Pengaruh Diet Tinggi Serat Terhadap Tekanan Darah. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 13(2), 38–46.
- Nurhayati, S., Fitriyani, N. E., Zahra, R. A., Ulya, F., Banuyunanto, R., Kaunia, H., Indraswari, K. P., & Ramadhani, F. R. (2025). *The Use of Flipchart Media and Anti-Hypertension Exercise in Preventing Hypertension among the Productive Age Group in Rawalo District Banyumas Regency. Indonesian Journal of Community Services Cel*, 4(3), 104–116. <https://doi.org/10.70110/ijcsc.v4i3.120>
- Pratiwi, O. M., & Wibisana, A. A. (2018). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Penyakit Hipertensi Pada Lansia Di Dusun Blokseger Kecamatan Tegalsari Kabupaten Banyuwangi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 14(2), 77–82.

- Oluka, A. (2025). *Phenomenological Research Strategy: Descriptive and Interpretive Approaches*. *F1000Research*, 14, 725. <https://doi.org/10.12688/f1000research.166273.1>
- Onwuzo, C., Olukorode, J. o, Omokore, O. A., Odunaike, O. S., Omiko, R., Osaghae, O. w, Sange, W., Orimoloye, D. A., Kristilere, H. O., Addeh, E., Onwuzo, S., & Omoragbon, L. (2023). DASH Diet: *A Review of Its Scientifically Proven Hypertension Reduction and Health Benefits*. *Cureus*, 15(9). <https://doi.org/10.7759/cureus.44692>
- Putra, S. A., Notoatmodjo, S., & Sulistyowati, Y. (2023). Aktivitas Fisik Menjadi Faktor Dominan Kejadian Hipertensi pada Pasien Rawat Jalan di Puskesmas Kecamatan Cipayung Periode Januari-April Tahun 2023. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 7(2), 173–183. <https://doi.org/10.52643/jukmas.v7i2.3370>
- Purnawan, I. N., Larassita, N. W. P., & Sriwisani S, N. K. (2025). *Self-Management Training for Hypertension Patients With The Health Belief Model Approach*. *LINK*, 21(2), 172–179. <https://doi.org/10.31983/link.v21i2.14107>
- Rachmawati, F. A., Endra, F., Setyawan, B., & Wartiningsih, M. (2022). Identifikasi Faktor Risiko Peningkatan Kejadian Hipertensi Pendahuluan Hipertensi diakui sebagai salah satu Metodologi. *Community Medicine and Public Health of Indonesia Journal*, 3(3), 235–243.
- Rahmawati Hidayatulloh, S., Dwi Panglipur, E., Friska Imas, A., & Putu Yogie Mahendra, I. (2022). Perhimpunan Dokter Kedokteran Komunitas dan Kesehatan Masyarakat Indonesia (PDK3MI) Hubungan Beberapa Faktor Internal Dan Eksternal Dengan Hipertensi Pada Pasien Usia 45-59 Tahun Di Puskesmas Tawang Sari Kabupaten Mojokerto Pada Agustus 2021. *Journal: Community Medicine and Public Health of Indonesia Journal*, 3(1), 16–25.
- Ramawat, M. V. K., Soni, P. (Dr. . S. S., & Ramawat, M. V. K. (2025). “*Knowledge and Practice of the DASH Diet among Hypertensive Individuals: A Cross-Sectional Study*.” *IOSR Journal of Nursing and Health Science*, 14(3), 48–55. <https://doi.org/10.9790/1959-1403044855>

- Restia, P. Y., & Cut Warnaini.(2023). The Effect of Food on the Incident of Hypertension. *Jurnal Biologi Tropis*, 21(3), 1073-1080.
- Rivo Aditya, N., & Mustofa, S. (2023). *Hipertensi. Majority*, 11, 128– 138.
- Rogozin, D. (2023). *Interview Completion Protocol. Inter*, 15(4), 115–124. <https://doi.org/10.19181/inter.2023.15.4.6>
- Rueda Sanchez, M., Jose Armas, L., & Sigala-paparella, L. E. (2023). Análisis Cualitativo Por Categorías A Priori : for management studies. 48(2), 83–96.
- Ruth Jelina Br Sitepu1, L. M. N. H. (2022). Studi Fenomenologi Terhadap Pasien Hipertensi. *New Phytologist*, 51(1), 2022. https://doi.org/10.20935/AL189%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/269107473_What_is_governance/link/548173090cf22525dcb61443/download%0Ahttp://www.econ.upf.edu/~reynal/Civilwars_12December2010.pdf%0Ahttps://thinkasia.org/handle/11540/8282%0Ahttp
- Sabrina, B. (2025). Analysis of Changes in Community Consumption Patterns for Fast Food and Obesity. *Mandalika Journal of Medical and Health Studies*, 3(1), 31–37. <https://doi.org/10.59613/mjmh.v3i1.269>
- Salsabila Irwanto, F., Hasni, D., Anggraini, D., & Yulhasfi Febrianto, B. (2023). Hubungan Pola Konsumsi Lemak Dan Sodium Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Perempuan Etnis Minangkabau. *Scientific Journal*, 2(2), 63–74. <https://doi.org/10.56260/sciena.v2i2.82>
- Sangka, A., Basri, M., & Hanis, M. (2021). Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Makassar. *JIMPK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 1(2), 182-188.
- Santi, R. H., Halidjah, S., Bistari, B., Kresnadi, H., & Suparjan, S. (2022). Analisis Kesalahan Penggunaan Ejaan dan Tanda Baca dalam Karangan Narasi Dikaitkan dengan Sikap Tanggung Jawab Siswa. *As-Sabiqun*, 4(5), 1375–1387. <https://doi.org/10.36088/assabiqun.v4i5.2263>
- Schafer, R., & Phillippi, J. C. (2025). *Updating and Advancing Member-Checking Methods: Use of Video and Asynchronous Technology to Optimize*

- Participant Engagement. International Journal of Qualitative Methods* , 24, 1–10. <https://doi.org/10.1177/16094069251315395>
- Sigit, S. A., Tahlil, T., & Asniar. (2024). Peningkatan Perilaku Diet DASH Pada Anggota Komunitas Usia Produktif Dengan Hipertensi. *Beujroh : Jurnal Pemberdayaan Dan Pengabdian Pada Masyarakat*, 2(2), 225–237. <https://doi.org/10.61579/beujroh.v2i2.85>
- Siti Julaiha, Retno Pujiastuti², N. I. P. S. (2025). Pengaturan Pola Makan Dalam Pencegahan Dan Penanggulangan Hipertensi Serta Peran Kader Dalam Pelaksanaannya Di Desa Sidosari Kecamatan Hajimena Kabupaten Lampung Selatan. *Jurnal Abdimas Kesehatan Tasikmalaya*, 07(April), 8.
- Strilchuk, L., Cincione, R. I., Fogacci, F., & Cicero, A. F. G. (2020). *Dietary interventions in blood pressure lowering: Current evidence in 2020*. *Kardiologia Polska*, 78(78), 659–666. <https://doi.org/10.33963/KP.15468>
- Sudrajat, A., Fatihah, D. C., Kusdiantini, A., & Fitriyani, S. (2023). 1158-Article Text-3347-1-10-20231228 (1). 03(02), 148–159
- Sun, W., Wang, Y., Zhang, H., Sheng, Y., Fan, J., Gu, M., Tian, Y., Zhang, Y., Ma, H., Yin, X., Sun, K., Ding, Z., Hu, Z., Chen, L., & Kong, X. (2022). *eHypertension: A prospective longitudinal multi- omics essential hypertension cohort*. *IMeta*, 1(2). <https://doi.org/10.1002/imt2.22>
- Sung, J., & Paik, Y. G. (2022). *Experience of suffering in patients with hypertension: A qualitative analysis of in-depth interview of patients in a university hospital in Seoul, Republic of Korea*. *BMJ Open*, 12(12), 1–8. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2022-064443>
- Suprayitna, M., & Hajri, Z. (2022). Faktor Resiko Terjadinya Perubahan Pada Lansia. *Jurnal Ilmiah Pannmed*, 17(1), 82–88.
- Supri, A. (2025). Edukasi Kesehatan tentang Perilaku Diet pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pontap. *Mega Buana Journal of Innovation and Community Service*, 3(2), 108–114. <https://doi.org/10.59183/2n663f12>
- Supriatna, E. (2022). *Alfred Schutz's Phenomenological Analysis of Community Social Behavior in Responding to Cooking Oil Scarcity*. *International*

- Journal of Science and Society*, 4(2), 44–54.
<https://doi.org/10.54783/ijssoc.v4i2.449>
- Taler, S. J. (2023). Lowering the Norms for Blood Pressure. *Mayo Clinic Proceedings*, 98(3), 363–365.
<https://doi.org/10.1016/j.mayocp.2023.01.014>
- Tang, Y. M., Wong, J. K. N., & Ho, G. T. S. (2025). *Exploring Consumer Acceptance of Metaverse Marketing for Branding Activities and the Pre-Purchase Stage. Journal of Theoretical and Applied Electronic Commerce Research*, 20(3), 1–24. <https://doi.org/10.3390/jtaer20030159>
- Tejani, V. N., Dhillon, S. S., Damarlapally, N., Usman, N. U. B., Winson, T., Basu Roy, P., & Panjiyar, B. K. (2023). *The Relationship Between Dietary Fiber Intake and Blood Pressure Worldwide: A Systematic Review. Cureus*, 15(9). <https://doi.org/10.7759/cureus.46116>
- Titis Prastianti, A. P., Purwaningsih, W. I., & Maryam, I. (2022). Analisis Berpikir Kritis Matematis Siswa Smp Pada Materi Statistika. *Jurnal Karya Pendidikan Matematika*, 9(1), 85.
<https://doi.org/10.26714/jkpm.9.1.2022.85-95>
- Tukka, I., Togodly, A., Makaba, S., Bouway, D. Y., & Tingginehe, R. M. (2025). *Patient Experience in Hypertension Treatment in Bengkol Village, Manado City. Formosa Journal of Science and Technology*, 4(6), 1533–1546.
<https://doi.org/10.55927/fjst.v4i6.106>
- Ullah, R., Sarir, S., Khan, Y., Ahmad, S., Alsawalqa, R. O., Ullah, S., & Sajjad, M. (2022). *Diet and Hypertension: Food To Eat and To Avoid. African Journal of Food, Agriculture, Nutrition and Development*, 22(8), 21350–21361.
<https://doi.org/10.18697/ajfand.113.21215>
- Uslu, F., & Demir, E. (2023). Nitel bir veri toplama tekniği: Derinlemesine görüşme. *Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 40(1), 289–299.
- Vacca, A., Bulfone, L., Cicco, S., Brosolo, G., Da Porto, A., Soardo, G., Catena, C., & Sechi, L. A. (2023). *Alcohol Intake and Arterial Hypertension: Retelling of a Multifaceted Story. Nutrients*, 15(4), 1–14.
<https://doi.org/10.3390/nu15040958>

- Vahedian, M., & Fallah, A. M. (2020). *Investigate the mental health of female students in following the style of contemporary life (Case study: Students of Kashan University)*. *SRPH Journal of Medical Sciences and Healthcare Management*, 2(1), 5–10. <https://doi.org/10.29252/sjmshm.2.1.5>
- Wahidin, M., Mustikawati, I. S., Handayani, R., & Letelay, A. M. (2025). *Overview of Hypertension Prevalence and Its Main Risk Factors in Indonesia – a District-Level Data Analysis*. *Amerta Nutrition*, 9(3), 438–442. <https://doi.org/10.20473/amnt.v9i3.2025.438-442>
- World Health Organization. (2023). *Afghanistan Albania Hypertension profile. Global Report on Hypertension: The Race against a Silent Killer*, 2019, 1–194.
- Yoon Y, Son M (2024) *Association between blood pressure control in hypertension and urine sodium to potassium ratio: From the Korea National Health and Nutrition Examination Survey (2016–2021)*. *PLoS ONE* 19(11): e0314531. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0314531>
- Zaiful Rahman, Tantut Susanto, & Rondhianto. (2025). *Factors Influencing Hypertension Prevention Behaviors in Rural Areas: A Cross-Sectional Study in Indonesia*. *Ethiopian Journal of Health Sciences*, 35(3). <https://doi.org/10.4314/ejhs.v35i3.2>
- Zaman, B., Munawwarah, K., Nurlaili, N., Putra, M. S., Bukhari, B., Wahyuni, S., Rabial, J., & Husna, N. (2023). *Pemeriksaan Tekanan Darah dan Edukasi tentang Hipertensi Serta Penanganannya*. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(8), 3414– 3423. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i8.10496>
- Zaman, N. (2023). *Journal Of Emerging Trends In Social Sciences And Humanities*. 3(December 1958), 1–9.
- Zappa, M., Golino, M., Verdecchia, P., & Angeli, F. (2024). *Genetics of Hypertension: From Monogenic Analysis to GETomics*. *Journal of Cardiovascular Development and Disease*, 11(5). <https://doi.org/10.3390/jcdd11050154>
- Zhang, Z., Zhang, T., Zhao, E., Ding, S., Kang, X., Zhang, W., Liu, B., Liu, H., Cheng, A., Li, G., & Wang, Q. (2021). *Interaction of sex, age, body mass*

index and race on hypertension risk in the American population: A cross-sectional study. European Journal of Public Health, 31(5), 1042–1047.
<https://doi.org/10.1093/eurpub/ckab107>

Zhang, M., Chen, W., Xu, Y. et al. *Exploring the impact of three-dimensional patient satisfaction structure on adherence to medication and non-pharmaceutical treatment: a cross-sectional study among patients with hypertension in rural China. BMC Prim. Care 26, 51 (2025).*
<https://doi.org/10.1186/s12875-025-02739-8>

Zhou, Y., Li, S. J., Huang, R. Q., Ma, H. M., Wang, A. Q., Tang, X. Y., ... & Piao, M. H. (2024). Behavior change techniques used in self-management interventions based on mHealth apps for adults with hypertension: systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Medical Internet Research, 26*, e54978.

Zuryani, U., Zara, N., & Ikhsan, R. (2022). Hubungan Gaya Hidup Pasien Laki-Laki Terhadap Kejadian Hipertensi di Puskesmas Kuta Makmur. *GALENICAL: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Mahasiswa Malikussaleh, 1(1)*, 23-37.

L

A

M

P

I

R

A

N



Lampiran 1 Persetujuan Menjadi Informan Penelitian

PERSETUJUAN MENJADI INFORMAN PENELITIAN**(Inform Consent)**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama (ini sial) :

Umur :

Pekerjaan :

Alamat :

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa setelah mendapat penjelasan penelitian dan memahami informasi yang diberikan oleh penelitian serta mengetahui tujuan dan manfaat dari penelitian, maka dengan ini saya secara sukarela bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manpun

Bengkulu, 2026

Yang menyatakan,

(.....)

Lampiran 2 Member Check

MEMBER CHEK

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Umur :

Pekerjaan :

Alamat :

Menyatakan dengan benar bahwa telah dilaksanakan wawancara untuk keperluan penelitian skripsi yang dilakukan sebagaimana mestinya oleh, dibawah ini:

Nama :

NPM :

Pekerjaan :

Fakultas :

Program Studi :

Instansi :

Nama dalam penelitian ini disepakati berupa inisial untuk mendukung keabsahan data.

Demikianlah semoga data ini dapat dipergunakan sebagaimana mestinya untuk penyelesaian penelitian.

Bengkulu, 2026

Yang menyatakan,

(.....)

Lampiran 3 Pedoman Wawancara Pasien

PEDOMAN WAWANCARA MENDALAM

PENELITIAN TENTANG

Pengalaman Gaya Hidup Dan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Bangkahulu

Hari :

Waktu :

Lokasi :

Identitas Informan

Nama :

Tempat/Tanggal Lahir :

Jenis Kelamin :

Pekerjaan :

Pendidikan :

No Hp :

Pertanyaan Wawancara Pasien Hipertensi:

A. Pertanyaan Pembukaan (Eksplorasi emosi & Dampak awal)

1. Bapak/Ibu bisa ceritakan bagaimana perasaan Bapak/Ibu ketika pertama kali mengetahui terkena hipertensi?

Probing:

-Apa yang Bapak/Ibu khawatirkan saat itu?

-Bagaimana reaksi keluarga?

-Apakah ada perubahan langsung setelah mengetahui diagnosis?

2. Apakah hipertensi mempengaruhi kehidupan sehari-hari?

Probing:

-Dalam hal aktivitas, pekerjaan, atau emosi?

-Apakah ada hal yang tidak bisa dilakukan lagi?

B. Gaya hidup & pola makan

1. Persepsi perubahan gaya hidup Seberapa penting perubahan gaya hidup menurut Bapak/Ibu?

Probing:

- Apa yang mendorong Bapak/Ibu untuk berubah?
- Apa yang membuat sulit untuk berubah?

2. Pola makan / diet

- Bagaimana pola makan Bapak/Ibu sejak didiagnosis?

Probing

- Apa saja makan yang dihindari?
- Apa kesulitan terbesar dalam menjaga diet?
- Apakah pernah tidak menjalani diet?
- Siapa yang menyiapkan makanan di rumah?
- Apakah faktor ekonomi mempengaruhi pola makan?

3.. Aktivitas fisik

- Bagaimana kebiasaan olahraga Bapak/Ibu?

Probing:

- Apa yang membuat Bapak/Ibu rajin atau tidak rajin olahraga?
- Apakah pernah berhenti? kenapa?
- Apa manfaat yang dirasakan setelah olahraga?

E. Kebiasaan merokok

- Apakah Bapak/Ibu pernah merokok?

Probing:

- Apa alasan mulai merokok?
- Apa alasan ingin berhenti/tidak berhenti?
- Apa hambatan terbesar untuk berhenti?

5. Pola tidur

- Bagaimana kualitas tidur Bapak/Ibu?

Probing:

- Apakah sering terbangun?

-Apakah ada pikiran atau stress yang mengganggu tidur?

C.Pengobatan hipertensi

1.Pengobatan medis

-Bagaimana pengalaman Bapak/Ibu dalam menjalani pengobatan?

Probing:

-Apakah rutin minum obat? Kenapa bisa/tidak?

-Apa yang dirasakan setelah minum obat?

-Apakah yang dirasakan setelah minum obat?

-Apakah pernah berhenti minum obat? Kenapa?

-Bagaimana akses mendapatkan obat?(jarak,biaya)

2.Terapi lain

-Apakah pernah mencoba pengobatan lain dari tenaga medis?

Probing:

-Kenapa memilih terapi tersebut?

-Apakah dirasa lebih efektif?

3.Kepatuhan & hambatan

-Apa yang membuat Bapak/Ibu tidak menjalani pengobatan secara rutin?

Probing:

-Apakah karena lupa, bosan, atau efek samping?

-Apakah ada pengaruh dari lingkungan sekitar?

-Bagaimana perasaan Bapak/Ibu harus minum obat terus-terusan?

D.Dukungan sosial & psikososial

-Apakah ada dukungan dari keluarga atau orang sekitar?

Probing:

-Bagaimana bentuk dukungan tersebut?

-Apakah dukungan tersebut membantu?

E.Pengetahuan & persepsi

-Menurut Bapak/Ibu apa penyebab hipertensi?

Probing:

-Dari mana Bapak/Ibu mendapatkan informasi tersebut?

-Apakah pernah mendapat edukasi dari tenaga kesehatan?

F. Penutup

-Dari semua yang sudah dibahas apa yang paling sulit dalam mengelola hipertensi?

- Apa yang paling membantu Bapak/Ibu?

- Apakah ada pengalaman lain yang belum sempat diceritakan?

Wawancara ke 2

Pasien 1

1. Keturunan dari ayah/ibu atau kedua orang tua?

2. Seberapa rutin untuk pengobatan anda?

Pasien 2

1. Awal mula kena 2024 karna apa?

2. Kehawatiran seperti apa yang anda takutkan?

3. Menjaga kesehatan seperti apa?

Pasien 3

1. Apakah tau penyebab awal terkena pada tahun 2015?

2. Pada bulan berapa dan berapa lama?

3. Apakah pernah terkena stroke lagi setelah stroke pertama?

4. Sesulit apa mengurangi makan yang disukai?

Lampiran 4 Pedoman Wawancara Perawat

PEDOMAN WAWANCARA PERAWAT
DI PUSKESMAS MUARA BANGKAHULU

Hari :

Waktu :

Lokasi :

Identitas Informan

Nama :

Tempat/Tanggal Lahir :

Jenis Kelamin :

Pekerjaan :

Pendidikan :

No Hp :

Pertanyaan Wawancara Perawat Puskesmas Muara Bangkahulu

A. Gambaran umum pasien

1. Bagaimana kondisi umum pasien hipertensi yang di rawat di Puskesmas ini?

Probing

- Apa keluhan yang paling sering disampaikan pasien?

- Bagaimana kondisi tekanan darah pasien saat datang?

- Apakah mayoritas pasien datang dalam kondisi terkontrol atau tidak?

B. Kepatuhan pengobatan

2. Menurut anda apakah pasien rutin menjalani pengobatan?

Probing

- Apa tanda bahwa pasien patuh atau tidak patuh

- Seberapa sering pasien tidak minum obat?

- Apa alasan utama pasien tidak patuh?

- Apakah pasien Kembali control secara rutin?

C. Perubahan kondisi pasien

3. Apa ada perubahan kondisi pasien dari awal berobat sampai sekarang?

Probing

- Perubahan seperti apa yang paling terlihat?
- Apa faktor yang mempengaruhi perubahan tersebut?
- Apakah semua pasien mengalami perubahan yang sama?

D. Kepatuhan terhadap intervensi

4. Apakah pasien menjalankan intervensi yang telah diberikan oleh tenaga Kesehatan?

Probing:

- Intervensi apa saja yang biasanya diberikan?
- Bagian mana yang paling sulit dijalankan pasien?
- Apa respon pasien terhadap edukasi yang diberikan?
- Apakah pasien memahami instruksi yang diberikan?

E. Pola makan pasien

5. Bagaimana perubahan pola makan pasien setelah diberikan edukasi?

Probing:

- Apakah pasien benar-benar mengurangi garam?
- Apakah kendala pasien dalam menjalankan diet?
- Apakah faktor ekonomi atau kebiasaan mempengaruhi?
- Apakah keluarga berperan dalam pola makan pasien?

F. Pola istirahat

6. Bagaimana pola istirahat pasien menurut pengamatan anda?

Probing:

- Apakah pasien sering mengeluh gangguan tidur?
- Apa faktor yang mempengaruhi kualitas tidur pasien?

G. Edukasi dan peran perawat

7. Bagaimana peran perawat dalam memberikan edukasi kepada pasien hipertensi?

Probing:

- Metode apa yang digunakan (penyuluhan, konseling,)?

-Seberapa efektif edukasi tersebut?

-Apa tantangan dalam memberikan edukasi?

H.Hambatan dalam penanganan

8.Apa saja hambatan yang anda hadapi dalam menangani pasien hipertensi?

Probing:

-Apakah dari pasien, keluarga, atau system pelayanan?

-Apakah keterbatasan waktu atau tenaga mempengaruhi?

-Bagaimana cara mengatasi hambatan tersebut?

I.Dukungan dan lingkungan

9.Bagaimana pengaruh keluarga atau lingkungan terhadap kepatuhan pasien?

Probing:

-Apakah pasien dengan dukungan keluarga lebih patuh?

-Contoh kasus yang pernah anda temui?

J.Evaluasi dan harapan

10.Menurut anda apa yang paling penting dalam mengontrol hipertensi pasien?

Probing:

-Apa yang perlu ditingkatkan dari pelayanan

-Apa harapan anda terhadap pasien ke depan?

K.Penutup

11.Dari pengalaman anda apa masalah utama utama yang selalu berulang pada pasien hipertensi?

12.Apakah ada pengalaman lain yang belum disebutkan tetapi penting terkait pasien hipertensi?

Lampiran 5 Pedoman Wawancara Keluarga Pasien

**PEDOMAN WAWANCARA KELUARGA PASIEN HIPERTENSI
DI PUSKESMAS MUARA BANGKAHULU**

Hari :

Waktu :

Lokasi :

Identitas Informan

Nama :

Tempat/Tanggal Lahir:

Jenis Kelamin :

Pekerjaan :

Pendidikan :

No Hp :

Pertanyaan Wawancara Keluarga Pasien Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Muarabangkahulu

A. Gambaran umum kondisi pasien

1. Bagaimana kondisi anggota keluarga anda yang menderita hipertensi saat ini?

Probing:

- Apa keluhan yang sering dialami?

- Apakah kondisi sering lebih baik atau lebih buruk dari sebelumnya?

B. Kepatuhan pengobatan

2. Bagaimana kebiasaan pasien dalam menjalani pengobatan?

Probing:

- Apakah pasien rutin kontrol ke fasilitas Kesehatan?

- Apa yang membuat pasien kadang tidak berobat ?

- Apakah keluarga ikut mengingatkan?

3. Bagaimana kepatuhan pasien dalam minum obat?

Probing:

- Apakah pasien minum obat secara teratur?

- Apakah pernah lupa atau sengaja tidak minum?

-Apa alasan utama ketidak patuhan?

C.Perubahan kondisi pasien

4.Apakaah ada perubahan kondisi pasien dari awal sakit hingga sekarang?

Probing:

-Perubahan seperti apa yang terlihat?

-Apa yang mempengaruhi peru bahan tersebut?

-Apakah perubahan itu konsisten?

D.Kepatuhan terhadapintervensi

5.Apakah pasien menjalankan anjuran atau intervensi dari tenaga Kesehatan?

Probing:

-Anjura napa saja yang diberikan?

- Mana yang paling sulit dijalankan?

-Apakah pasien memahami anjuran tersebut?

E.Pola makan pasien

6.Bagaimana poal makan pasien setelah didiagnosis hipertensi?

Probing:

-Apa aja makanan yang bisa dikonsumsi?

-Apakah pasien mengurangi garam dan makanan berlemak?

-Apakah ada perubahan dibandingkan sebelum sakit?

-Apakah kesulitan dalam menjaga pola makan?

-Apakah keluarga ikut menyesuaikan makan?

F.Pola istirahat

7.Bagaiaman pola istirahat atau tidur pasien?

Probing:

-Apakah pasien tidak cukup tidur?

-Apakah sering mengalami gangguan tidur?

-Apa yang mempengaruhi kualitas tidur?

G.Aktivitas fisik

8.Bagaiaman aktivitas fisik atau olahraga pasien?

Probing:

- Jenis aktivitas apa yang dilakukan ?
- Seberapa sering dilakukan?
- Apa yang membuat pasien rajin atau tidak?
- Apakah keluarga ikut mendorong?

H.Peran keluarga

9.Bagaimana peran anda dalam merawat pasien?

Probing:

- Apa saja yang anda lakukan sehari-hari?
- Apakah anda mengingatkan obat dan pola makan?
- Bagaimana perasaan anda dalam merawat pasien?

I.Hambatan dalam perawatan

10.Apa saja kendala yang anda hadapi dalam merawat pasien hipertensi?

Probing:

- Apakah dari pasien, keluarga, atau lingkungan?
- Apakah faktor ekonomi mempengaruhi?
- Bagaimana cara anda mengatasi kendala tersebut?

J.Pengalaman nyata

11.Bisakah anda menceritakan pengalaman paling sulit dalam merawat pasien?

Probing:

- Apa yang terjadi saat itu?
- Bagaimana anda menghadapinya?
- Apa yang anda pelajari?

K.Penutup

12.Menurut anda apa hal paling penting agar pasien hipertensi bisa terkontrol?

13.Apakah ada hal lain yang belum disampaikan tetapi penting terkait perawatan pasien?

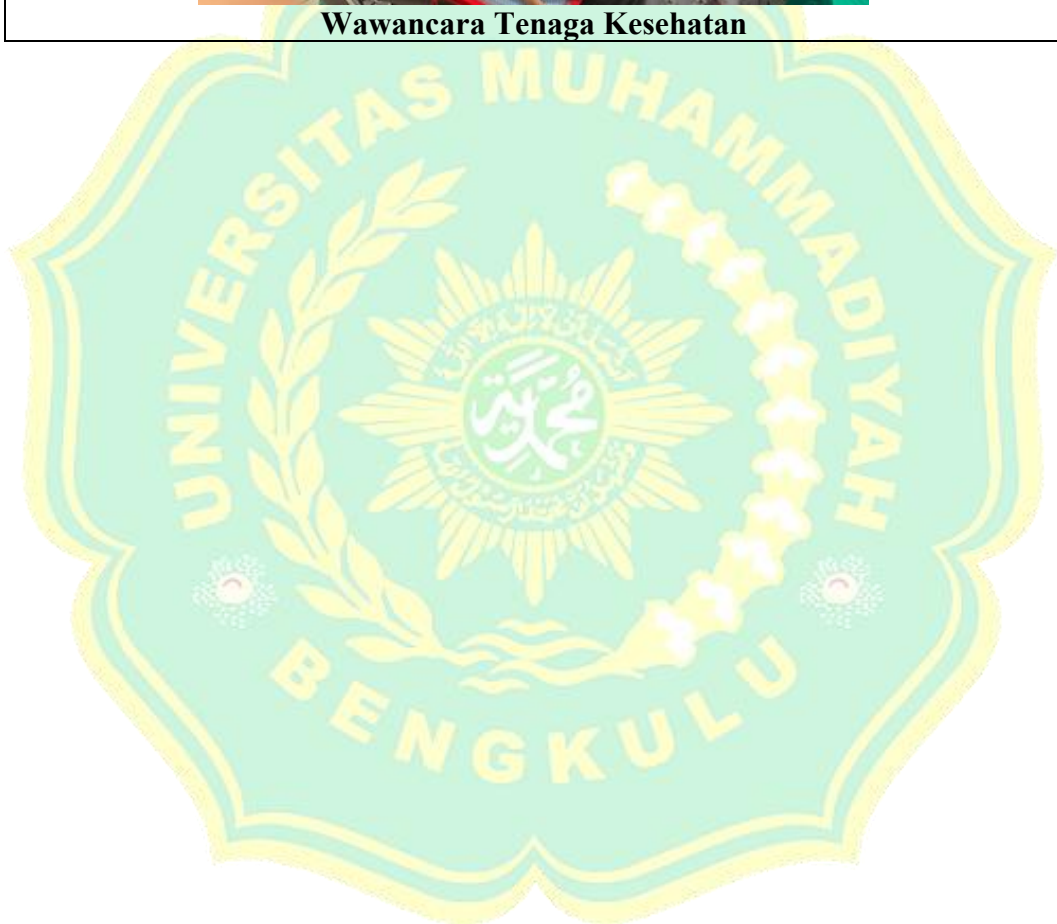
Lampiran 6 Dokumentasi Penelitian

DOKUMENTASI PENELITIAN





Wawancara Tenaga Kesehatan



Lampiran 7 Matrik Data Penelitian

MATRIK HASIL WAWANCARA DAN OBSERVASI

1.Matrik Data Pasien Wawancara Pertama

No	Pertanyaan	Informan 1	Informan 2	Informan 3
1.	1.(W1) Bapak/Ibu bisa ceritakan bagaimana perasaan Bapak/Ibu Ketika pertama kali mengetahui terkena Hipertensi? a.Apa yang Bapak/Ibu khawatirkan saat itu? b.Bagaimana reaksi keluarga ? c.Apakah ada perubahan langsung setelah mengetahui diagnosis? 2.Apakah Hipertensi mempengaruhi kehidupan sehari – hari? a.Dalam hal aktivitas, pekerjaan, atau emosi? b.Apakah ada hal yang tidak bisa di lakuka lagi?	1.(W1) <i>“Awalnya saya tahu terkena hipertensi karena memang ada keturunan dari orang tua. Saya merasa khawatir karena takut penyakitnya semakin parah”</i> a. <i>“Iya, khawatir kalau tekanan darah naik terus dan takut terkena stroke”</i> b. <i>“Keluarga menyarankan saya rutin berobat dan menjaga pola makan”</i> c. <i>“Ada, saya mulai rutin minum obat dan mencoba menjaga pola makan”</i> 2. <i>“Tidak terlalu, karena saya masih bisa membantu suami berjualan di warung dan melakukan pekerjaan rumah”</i> a. <i>“Masih bisa beraktivitas seperti biasa walaupun kadang badan terasa lelah”</i> b. <i>“Tidak bisa terlalu capek dan harus lebih menjaga kesehatan”</i>	1.(W1) <i>“Awal mengetahui hipertensi tahun 2024 saya merasa kaget karena sebelumnya badan sering terasa tidak enak dan kepala pusing”</i> a. <i>“Khawatir tekanan darah semakin tinggi dan mengganggu kesehatan”</i> b. <i>“Keluarga menyarankan saya segera berobat dan menjaga kesehatan”</i> c. <i>“Ada, saya mulai mengurangi garam dan rutin memeriksa tekanan darah”</i> 2. <i>“Kalau hipertensi kambuh badan terasa demam dan gemetar”</i> a. <i>“Kalau kambuh badan terasa lemas dan aktivitas jadi terganggu”</i> b. <i>“Tidak bisa terlalu capek atau banyak aktivitas berat”</i>	1.(W1) <i>“Awal pertama kali mengetahui hipertensi tahun 2015, saya merasa takut dan khawatir karena sering sakit kepala dan badan terasa lemas. Saya juga pernah mengalami stroke akibat hipertensi sehingga badan sebelah kanan sempat mati rasa selama kurang lebih 4 bulan”</i> a. <i>“Takut penyakit bertambah parah dan takut terkena stroke lagi”</i> b. <i>“Keluarga sangat khawatir dan menyarankan saya rutin berobat serta menjaga pola makan”</i> c. <i>“Ada, saya mulai mengurangi aktivitas berat dan lebih memperhatikan kesehatan setelah pernah terkena stroke”</i> 2 <i>“Ya, hipertensi sangat mempengaruhi aktivitas sehari-hari karena badan cepat lelah dan kepala sering pusing. Setelah terkena stroke, aktivitas juga menjadi lebih terbatas”</i> a. <i>“Emosi menjadi tidak stabil dan mudah marah. Kadang badan juga terasa lemah”</i> b. <i>“Tidak bisa melakukan pekerjaan terlalu berat karena cepat capek dan badan sebelah kanan pernah sulit digerakkan”</i>

2.	1. Seberapa penting perubahan gaya hidup menurut Bapak/Ibu? a. Apa yang mendorong Bapak/Ibu untuk berubah? b. Apa yang membuat sulit untuk berubah? 2. Bagaimana pola makan Bapak/Ibu sejak didiagnosis? a. Apa saja makanan yang dihindari? b. Apa kesulitan terbesar dalam menjaga diet? c. Apakah pernah tidak menjalani diet? d. Siapa yang menyiapkan makanan di rumah? e. Apakah faktor ekonomi mempengaruhi pola makan? 3. Bagaimana kebiasaan olahraga Bapak/Ibu? a. Apa yang membuat Bapak/Ibu rajin atau tidak rajin olahraga? b. Apakah pernah berhenti? Kenapa? c. Apa manfaat yang dirasakan setelah olahraga atau banyak bergerak?	1. "Penting supaya tekanan darah tidak sering kambuh" a. "Karena ingin sehat dan tidak sering sakit walaupun masih rutin minum obat" b. "Pola makan masih sulit dijaga walaupun sudah dikontrol" 2. "Saya mulai mengurangi makanan tertentu dan tidak mau makan daging-daging terutama daging kambing" a. "Daging kambing, makanan asin, dan santan" b. "Kadang masih sering khilaf makan makanan yang dilarang" c. "Tidak pernah diet secara khusus, hanya mencoba mengurangi makanan tertentu" d. "Sayasendiri" e. "Iya, karena berobat menggunakan BPJS di puskesmas" 3. "Saya tidak olahraga khusus, tetapi sering bergerak saat membantu suami di warung dan mengerjakan pekerjaan rumah." a. "Karena aktivitas sehari-hari sudah cukup banyak bergerak" b. "Tidak pernah olahraga khusus, tetapi masih sanggup melakukan kegiatan rumah tangga" c. "Badan terasa lebih ringan dan	1. "Menurut saya penting supaya tekanan darah tetap stabil" a. "Karena ingin tetap sehat dan bisa beraktivitas normal" b. "Kadang sulit mengurangi makanan yang asin" 2. "Sekarang pola makan lebih dijaga dan mengurangi makanan asin" a. "Mengurangi garam dan makanan yang terlalu asin, tetapi masih terkontrol kalau makan" b. "Tidak ada kesulitan yang terlalu berat" c. "Tidak, sejauh ini masih berusaha menjaga makan" d. "Istri" e. "Tidak, karena berobat rutin ke dokter" 3. "Jarang olahraga." a. "Kalau bergerak badan terasa lebih ringan" b. "Tidak juga, karena memang jarang olahraga, tetapi saya sering berkegiatan seperti menjemput cucu sekolah" c. "Badan terasa lebih enak karena ada keringat yang keluar"	1. "Menurut saya perubahan gaya hidup sangat penting supaya tekanan darah tidak naik dan stroke tidak terulang lagi" a. "Karena ingin kesehatan membaik dan tidak mengalami stroke lagi" b. "Sulit mengurangi makanan yang disukai dan kadang malas menjaga pola hidup" 2. "Pola makan masih belum teratur dan belum bisa menjaga pantangan makanan sepenuhnya" a. "Kadang mengurangi makanan asin dan berlemak, tetapi belum bisa menjalankan pantangan sepenuhnya" b. "Tidak bisa menahan nafsu makan" c. "Iya, tidak pernah menjalani diet secara teratur" d. "Anak" e. "Iya, karena harus menyesuaikan dengan kondisi ekonomi keluarga" 3. "Tidak pernah olahraga karena badan sering terasa lelah setelah terkena stroke" a. "Tidak pernah olahraga karena badan cepat capek dan kadang badan terasa lemah" b. "Iya, karena merasa cepat lelah dan badan sebelah kanan pernah sulit digerakkan" c. "Badan terasa sakit semua setelah olahraga"
----	---	--	--	--

	4. Kebiasaan merokok Apakah Bapak/Ibu pernah merokok? a..Apa alasan mulai merokok? b.. Apa alasan ingin berhenti/tidak berhenti? c..Apa hambatan terbesar untuk berhenti? 5.Bagaimana kualitas a..tidur Bapak/Ibu? Apakah sering terbangun? b. Apakah ada pikiran atau stres yang mengganggu tidur?	<i>tidak kaku</i> 4. <i>"Tidak pernah merokok."</i> a. <i>"Tidak merokok"</i> b. <i>"Tidak merokok"</i> c. <i>"Tidak ada karena tidak memiliki kebiasaan merokok"</i> 5.<i>"Tidur kadang cukup, kadang kurang nyenyak"</i> a.<i>"Iya, sering terbangun saat ingin buang air kecil"</i> b.<i>"Iya, kadang memikirkan biaya hidup dan kesehatan"</i>	4. <i>Tidak pernah merokok"</i> a.<i>"Tidak merokok"</i> b.<i>"Tidak merokok"</i> c.<i>"Tidak ada karena tidak memiliki kebiasaan merokok"</i> 5.<i>"Tidur cukup aman dan nyenyak"</i> a.<i>"Iya, kadang terbangun saat ingin buang air kecil"</i> b. <i>"Tidak ada, hanya terbangun saat buang air kecil saja"</i>	4.<i>"Tidak pernah merokok"</i> a.<i>"Tidak merokok"</i> b.<i>"Tidak merokok"</i> c.<i>"Tidak ada karena tidak memiliki kebiasaan merokok"</i> 5.<i>"Tidur kurang nyenyak"</i> a.<i>"Iya, sering terbangun saat ingin buang air kecil"</i> b. <i>"Iya, sering memikirkan penyakit yang dialami dan takut stroke kambuh lagi"</i>
3.	1. Bagaimana pengalaman Bapak/Ibu dalam menjalani pengobatan? a. Apakah rutin minum obat?Kenapa bisa/tidak? b. Apa yang di rasakan setelah minum obat? c. Apakah pernah berhenti minum obat?Kenapa? d. Bagaimana akses mendapatkan obat?(jarak/biaya) 2.Apakah pernah mencoba pegobatan lain dari tenaga	1. <i>"Saya rutin berobat di puskesmas dan minum obat Amlodipin 5 mg serta Candesartan Cilexetil 16 mg"</i> a. <i>"Rutin, kadang obat diambilkan anak ke puskesmas kalau saya tidak bisa datang karena sedang kambuh"</i> b. <i>"Badan terasa lebih enak dan tidak kesemutan lagi"</i> c. <i>"Tidak pernah berhenti karena memang sudah lama minum obat dan hipertensi juga keturunan"</i> d. <i>"Biaya menggunakan BPJS dan kontrol rutin di puskesmas"</i> 2.<i>"Tidak pernah"</i> a. <i>"Karena merasa pengobatan dari</i>	1.<i>"Saya rutin menjalani pengobatan dan kontrol tekanan darah"</i> a.<i>"Iya, rutin minum obat setiap pagi"</i> b. <i>"Badan tidak gemetar dan kepala terasa ringan"</i> c.<i>"Tidak pernah berhenti karena takut tekanan darah naik lagi"</i> d.<i>"Lancar karena berobat jalur mandiri ke dokter dan juga ke puskesmas"</i> 2.<i>"Tidak pernah."</i> a. <i>"Karena merasa obat dari</i>	1.<i>"Biasanya saya berobat saat hipertensi kambuh saja. Saya juga sering mengonsumsi obat Amlodipin 5 mg untuk membantu menurunkan tekanan darah, terutama setelah pernah terkena stroke"</i> a. <i>"Tidak rutin, biasanya minum obat saat tekanan darah naik atau ketika terasa sakit kepala dan lemas"</i> b. <i>"Kepala terasa lebih ringan"</i> c.<i>"Iya, karena takut ketergantungan obat dan merasa kondisi sudah membaik"</i> d. <i>"Biaya berobat menggunakan BPJS sehingga lebih ringan dan obat didapat dari puskesmas"</i> 2.<i>"Iya, pernah minum rempah-rempah tradisional."</i>

	medis? a. Kenapa memilih terapi lain? b. Apakah dirasa lebih efektif? 3. Apa yang membuat Bapak/Ibu tidak menjalani pengobatan secara rutin? a. Apakah karena lupa, bosan, atau efek samping? b. Apakah ada pengaruh dari lingkungan sekitar? c. Bagaimana perasaan Bapak/Ibu harus minum obat terus-terusan?	puskesmas sudah cukup membantu” b. “Iya, tekanan darah lebih terkontrol setelah rutin minum obat” 3. “Takut kambuh karena di rumah hanya tinggal berdua dengan suami walaupun rumah anak dekat” a. “Tidak, karena sudah terbiasa minum obat setiap hari” b. “Tidak ada, keluarga justru mendukung untuk rutin berobat” c. “Sudah terbiasa karena obat membantu menjaga kondisi tubuh”	dokter sudah membantu mengontrol tekanan darah” b. “Iya, cukup efektif karena badan terasa lebih baik” 3. “Karena ingin tekanan darah tetap stabil dan badan tetap sehat” a. “Tidak, saya selalu minum obat setiap pagi” b. “Keluarga selalu mendukung supaya rutin berobat” c. “Tidak masalah karena obat membantu mengurangi sakit kepala dan tremor”	a. “Karena merasa obat yang dianjurkan kurang efektif.” b. “Iya, merasa lebih enak setelah minum rempah-rempah” 3. “Karena merasa bosan minum obat terus-menerus dan takut ketergantungan obat.” a. “Lebih karena bosan dan takut ketergantungan obat” b. “Iya, ada yang menyarankan menggunakan obat tradisional saja” c. “Merasa takut jika terlalu sering minum obat, tetapi juga takut stroke kambuh lagi”
4.	1. Apakah ada dukungan dari keluarga atau orang sekitar? a. Bagaimana bentuk dukungan tersebut? b. Apakah dukung tersebut membantu?	1. “Ada” a. “Anak sering membantu mengambil obat dan mengingatkan untuk kontrol” b. “Iya, sangat membantu terutama kalau kondisi badan sedang kurang sehat”	1. “Ada” a. “Keluarga mengingatkan untuk minum obat dan menjaga makan” b. “Iya, sangat membantu supaya tetap disiplin”	1. “Ada” a. “Keluarga mengingatkan untuk berobat dan menjaga kesehatan, terutama setelah saya terkena stroke” b. “Iya, membantu saya lebih semangat menjaga kesehatan”
5.	1. Menurut Bapak/Ibu apa penyebab hipertensi? a. Dari mana Bapak/Ibu mendapatkan informasi tersebut? b. Apakah pernah mendapat edukasi dari tenaga Kesehatan?	1. “Menurut saya hipertensi bisa karena keturunan, pola makan, dan terlalu banyak pikiran.” a. “Dari dokter, perawat puskesmas, dan pengalaman keluarga.” b. “Iya, pernah dijelaskan tentang makanan yang harus dikurangi dan pentingnya minum obat rutin”	1. “Menurut saya hipertensi disebabkan pola makan, faktor usia, dan kurang menjaga kesehatan” a. “Dari dokter dan petugas kesehatan” b. “Iya, pernah saat kontrol dan pemeriksaan tekanan darah”	1. “Menurut saya hipertensi disebabkan pola makan yang tidak teratur, terlalu banyak pikiran, dan faktor usia” a. “Dari petugas kesehatan dan orang sekitar” b. “Iya, pernah saat berobat di puskesmas terutama setelah terkena stroke”

6	1. Dari semua yang sudah dibahas apa yang paling sulit dalam mengelola Hipertensi a. Apa yang paling membantu Bapak/Ibu? b. Apakah ada pengalaman lain yang belum sempat diceritakan?	1. <i>"Yang paling sulit menjaga pola makan supaya tidak salah makan"</i> a. <i>"Pengobatan dan dukungan keluarga"</i> b. <i>"Kalau tekanan darah naik biasanya badan terasa lemas dan kepala pusing, jadi saya harus segera istirahat dan minum obat"</i>	1. <i>"Yang paling sulit menjaga makanan supaya tidak terlalu asin"</i> a. <i>"Rutin minum obat dan dukungan keluarga"</i> b. <i>"Kalau tekanan darah naik biasanya badan terasa gemetar dan kepala pusing, tetapi setelah minum obat kondisi membaik"</i>	1. <i>"Yang paling sulit adalah menjaga pola makan dan rutin minum obat"</i> a. <i>"Dukungan keluarga dan obat saat tekanan darah naik"</i> b. <i>"Waktu terkena stroke badan sebelah kanan sempat mati rasa selama sekitar 4 bulan sehingga sulit beraktivitas. Sejak itu saya lebih takut kalau tekanan darah naik lagi karena kepala terasa berat, tengkuk sakit, dan badan lemas"</i>
---	--	---	---	--

2.Matrik Data Perawat

No	Pertanyaan	Informan
1.	1. Bagaimana kondisi umum pasien hipertensi yang dirawat di puskesmas ini? a. Apa keluhan yang paling sering disampaikan pasien? b. Bagaimana kondisi tekanan darah pasien saat datang? c. Apakah mayoritas pasien datang dalam kondisi terkontrol atau tidak?	1. <i>"Kondisi pasien hipertensi yang datang ke puskesmas cukup beragam. Sebagian besar pasien datang dengan keluhan pusing, badan terasa sempoyongan, dan lemas. Tekanan darah pasien saat datang biasanya masih tinggi, namun sebagian pasien rutin melakukan kontrol sehingga kondisi mereka lebih terpantau"</i> a. <i>"Pusing dan badan terasa sempoyongan"</i> b. <i>"Sebagian besar tekanan darah pasien masih tinggi saat datang berobat"</i> c. <i>"Banyak pasien yang sudah rutin kontrol sehingga kondisinya lebih terkontrol"</i>
2.	1. Menurut Anda, apakah pasien rutin menjalani pengobatan? a. Apa tanda bahwa pasien patuh atau tidak patuh? b. Seberapa sering pasien tidak minum obat? c. Apa alasan utama pasien tidak patuh? d. Apakah pasien kembali kontrol secara rutin?	1. <i>"Sebagian besar pasien cukup rutin berobat dan melakukan kontrol ke puskesmas"</i> a. <i>"Kebanyakan pasien yang rutin datang kontrol dan minum obat termasuk pasien yang patuh"</i> b. <i>"Ada beberapa pasien yang kadang lupa atau berhenti minum obat ketika merasa sudah sehat"</i> c. <i>"Pasien merasa kondisi sudah membaik sehingga tidak melanjutkan obat secara rutin"</i> d. <i>"Sebagian besar pasien kembali kontrol secara rutin sesuai jadwal"</i>
3.	1. Apakah ada perubahan kondisi pasien dari awal berobat sampai sekarang? a. Perubahan seperti apa yang paling terlihat? b. Apa faktor yang mempengaruhi perubahan tersebut? c. Apakah semua pasien mengalami perubahan yang sama?	1. <i>"Sudah ada perubahan kondisi pasien menjadi lebih baik setelah rutin berobat dan kontrol di puskesmas"</i> a. <i>"Tekanan darah pasien menjadi lebih stabil dan keluhan berkurang"</i> b. <i>"Karena pasien sering berobat dan rutin kontrol di puskesmas"</i> c. <i>"Tidak semua sama, ada pasien yang mengalami keluhan berulang karena kurang menjaga pola hidup"</i>
4.	1. Apakah pasien menjalankan intervensi yang telah diberikan oleh tenaga kesehatan? a. Intervensi apa saja yang biasanya	1. <i>"Sebagian pasien menjalankan intervensi yang diberikan tenaga kesehatan"</i> a. <i>"Kolaborasi pengobatan, istirahat cukup, edukasi pola hidup sehat, dan rendam kaki menggunakan air hangat"</i> b. <i>"Mengontrol pola makan dan menjaga aktivitas fisik secara rutin"</i> c. <i>"Pasien merasa senang dan mau mencoba menjalankan anjuran yang diberikan"</i>

	diberikan? b. Bagian mana yang paling sulit dijalankan pasien? c. Apa respon pasien terhadap edukasi yang diberikan? d. Apakah pasien memahami instruksi yang diberikan?	d. <i>"Sebagian besar pasien memahami instruksi yang diberikan"</i>
5.	1. Bagaimana perubahan pola makan pasien setelah diberikan edukasi? a. Apakah pasien benar-benar mengurangi garam? b. Apa kendala pasien dalam menjalankan diet? c. Apakah faktor ekonomi atau kebiasaan mempengaruhi? d. Apakah keluarga berperan dalam pola makan pasien?	1. <i>"Sebagian pasien mulai mengurangi makanan asin dan lebih memperhatikan pola makan, namun masih ada pasien yang belum dapat mengontrol pola makan dengan baik."</i> a. <i>"Sebagian pasien sudah mengurangi garam, tergantung kesadaran masing-masing pasien"</i> b. <i>"Pola makan masih belum terlalu terkontrol dan kebiasaan makan sulit diubah"</i> c. <i>"Tidak semua dipengaruhi ekonomi, tetapi lebih kepada kebiasaan sehari-hari"</i> d. <i>"Iya, keluarga sangat berperan dalam membantu mengatur makanan pasien"</i>
6.	1. Bagaimana pola istirahat pasien menurut pengamatan Anda? a. Apakah pasien sering mengeluh gangguan tidur? b. Apa faktor yang mempengaruhi kualitas tidur pasien?	1. <i>"Sebagian pasien masih memiliki pola istirahat yang kurang baik dan sering mengalami gangguan tidur"</i> a. <i>"Masih ada pasien yang mengeluh sulit tidur atau tidur tidak nyenyak"</i> b. <i>"Keluhan fisik, rasa tidak nyaman, dan tekanan darah yang tinggi dapat mempengaruhi kualitas tidur pasien."</i>
7.	1. Bagaimana peran perawat dalam memberikan edukasi kepada pasien hipertensi? a. Metode apa yang digunakan? b. Seberapa efektif edukasi tersebut? c. Apa tantangan dalam memberikan edukasi?	1. <i>"Perawat selalu memberikan edukasi dan memberitahu pasien agar menjaga kondisi kesehatan supaya tekanan darah dapat lebih terkontrol"</i> a. <i>"Penyuluhan dan konseling kesehatan"</i> b. <i>"Cukup efektif karena pasien menjadi lebih mengetahui tentang hipertensi dan cara pengontrolannya"</i> c. <i>"Beberapa pasien masih sulit menerapkan anjuran yang sudah diberikan"</i>

8.	1. Apa saja hambatan yang Anda hadapi dalam menangani pasien hipertensi? a. Apakah hambatan berasal dari pasien, keluarga, atau sistem pelayanan? b. Apakah keterbatasan waktu atau tenaga mempengaruhi? c. Bagaimana cara mengatasi hambatan tersebut?	1. <i>"Hambatan yang paling sering dihadapi adalah pasien masih sulit mengontrol pola makan"</i> a. <i>"Hambatan lebih banyak berasal dari kebiasaan pasien sendiri dan kurangnya dukungan keluarga"</i> b. <i>"Terkadang keterbatasan waktu pelayanan membuat edukasi belum maksimal"</i> c. <i>"Dengan memberikan edukasi berulang dan motivasi kepada pasien serta keluarga"</i>
9.	1. Bagaimana pengaruh keluarga atau lingkungan terhadap kepatuhan pasien? a. Apakah pasien dengan dukungan keluarga lebih patuh? b. Contoh kasus yang pernah ditemui?	1. <i>"Keluarga sangat mempengaruhi kepatuhan pasien dalam menjalani pengobatan dan menjaga pola hidup sehat"</i> a. <i>"Iya, pasien yang mendapat dukungan keluarga biasanya lebih rutin kontrol dan minum oba."</i> b. <i>"Pasien yang diingatkan keluarga untuk minum obat dan menjaga makanan cenderung memiliki tekanan darah lebih stabil"</i>
10.	1. Menurut Anda apa yang paling penting dalam mengontrol hipertensi pasien? a. Apa yang perlu ditingkatkan dari pelayanan saat edukasi? b. Apa harapan Anda terhadap pasien ke depan?	1. <i>"Yang paling penting adalah menjaga pola makan, rutin minum obat, aktivitas fisik, dan kontrol rutin ke fasilitas Kesehatan"</i> a. <i>"Perlu penambahan media edukasi seperti leaflet dan poster kesehatan"</i> b. <i>"Pasien diharapkan lebih disiplin menjaga pola hidup sehat agar hipertensi dapat terkontrol"</i>
11.	1. Dari pengalaman Anda, apa masalah utama yang selalu berulang pada pasien hipertensi? 2. Apakah ada pengalaman lain yang belum disebutkan tetapi penting terkait pasien hipertensi?	1. <i>"Masalah utama yang sering berulang adalah pola makan yang tidak terkontrol dan kurang aktivitas fisik. Pasien dianjurkan minimal bergerak atau berolahraga selama 30 menit setiap hari"</i> 2. <i>"Pasien perlu menerapkan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) agar kesehatan tetap terjaga dan tekanan darah lebih terkontrol"</i>

3.Matrik Dan Data Keluarga Pasien

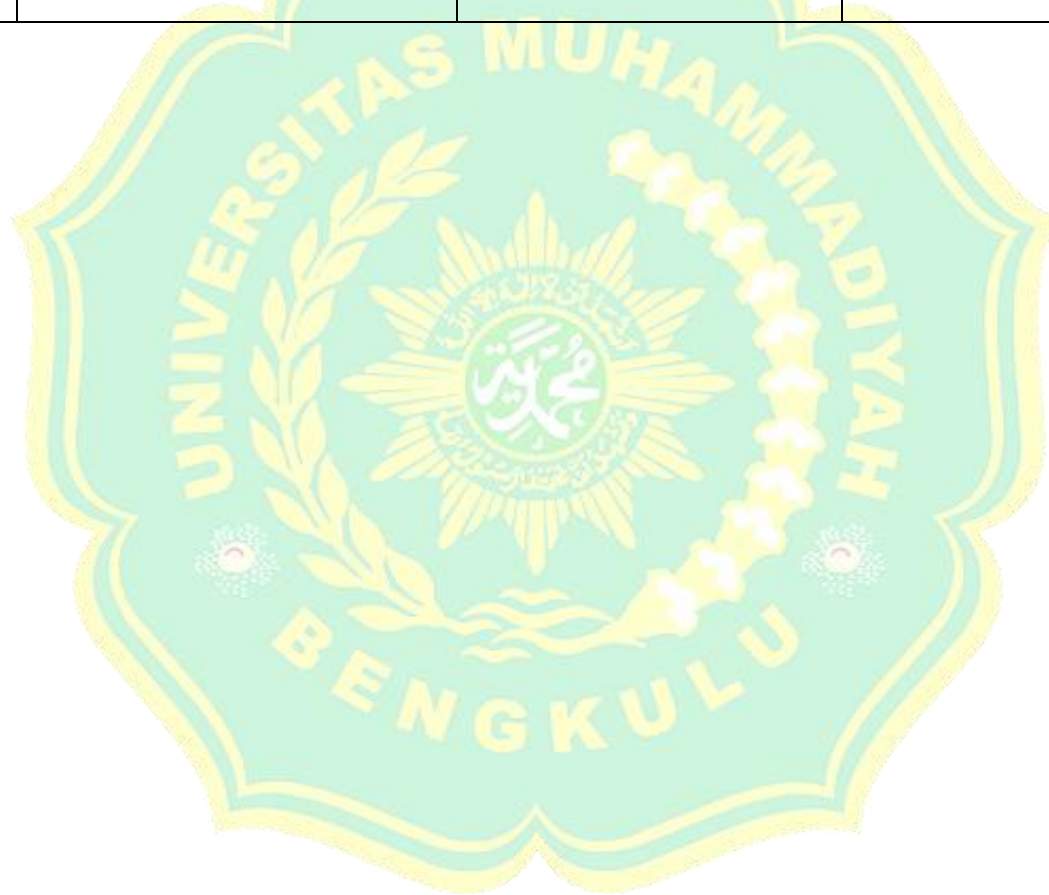
No	Pertanyaan	Informan 1	Informan 2	Informan 3
1.	1. Bagaimana kondisi anggota keluarga anda yang menderita hipertensi saat ini? a. Apa keluhan yang sering dialami? b. Apakah kondisi sering lebih baik atau lebih buruk dari sebelumnya?	1. "Sekarang kondisi ibu cukup baik karena rutin minum obat dan kontrol ke puskesmas, tetapi kadang masih mengeluh pusing dan badan lemas kalau tekanan darah naik" a. "Biasanya kepala pusing, badan lemas, dan kadang kesemutan." b. "Sekarang lebih baik dibanding sebelumnya karena ibu sudah lebih rutin menjaga kesehatan"	1. "Sekarang kondisi bapak cukup baik karena rutin minum obat, tetapi kalau tekanan darah naik bapak sering merasa pusing dan badan gemetar" a. "Biasanya kepala pusing, badan lemas, dan kadang tremor" b. "Sekarang lebih baik dibanding awal terkena hipertensi karena sudah rutin berobat"	1. "Sekarang kondisi ibu kadang membaik, tetapi kalau tekanan darah naik ibu sering mengeluh sakit kepala, tengkuk terasa berat, dan badan cepat lelah. Setelah pernah terkena stroke, keluarga jadi lebih memperhatikan kondisi kesehatannya supaya tidak kambuh lagi." a. "Biasanya sakit kepala, pusing, mudah marah, badan lemas, dan kadang tangan terasa kebas." b. "Kadang membaik setelah minum obat, tetapi kalau tidak menjaga makan kondisi bisa memburuk."
2.	1. Bagaimana kebiasaan pasien dalam menjalani pengobatan? a. Apakah pasien rutin kontrol ke fasilitas kesehatan? b. Apa yang membuat pasien kadang tidak berobat? c. Apakah keluarga ikut mengingatkan? 2. Bagaimana kepatuhan pasien dalam minum obat? a. Apakah pasien minum obat secara teratur? b. Apakah pernah lupa atau sengaja tidak minum?	1. "Ibu rutin berobat ke puskesmas dan minum obat setiap hari" a. "Iya, rutin kontrol ke puskesmas menggunakan BPJS" b. "Kalau kondisi badan sedang lemas biasanya anak yang mengambilkan obat" c. "Iya, keluarga selalu mengingatkan ibu untuk minum obat" 2. "Ibu cukup rutin minum obat hipertensi." a. "Iya, biasanya diminum setiap hari" b. "Jarang lupa karena sudah terbiasa" c. "Tidak ada alasan khusus karena ibu"	1. "Bapak cukup rutin menjalani pengobatan dan kontrol kesehatan" a. "Iya, rutin ke dokter dan kadang kontrol ke puskesmas" b. "Selama ini bapak tetap rutin berobat karena takut tekanan darah naik" c. "Iya, keluarga sering mengingatkan untuk minum obat" 2. "Bapak rutin minum obat setiap pagi" a. "Iya, minum obat teratur setiap hari" b. "Jarang lupa karena sudah menjadi kebiasaan"	1. "Ibu biasanya berobat saat hipertensi kambuh saja, tetapi setelah pernah stroke keluarga lebih sering mengingatkan untuk kontrol" a. "Tidak terlalu rutin, biasanya pergi ke puskesmas kalau tekanan darah naik" b. "Karena merasa sudah membaik dan takut ketergantungan obat" c. "Iya, kami sering mengingatkan ibu untuk berobat dan minum obat supaya tidak terkena stroke lagi" 2. "Ibu kadang minum obat, kadang tidak rutin" a. "Belum teratur, biasanya hanya saat sakit kepala atau tekanan darah naik" b. "Iya, pernah sengaja tidak minum karena takut ketergantungan" c. "Karena ibu merasa bosan minum obat terus dan"

	c. Apa alasan utama ketidakpatuhan?	sadar harus rutin minum obat”	c. “Tidak ada, karena bapak sadar obat membantu menjaga tekanan darah”	lebih percaya minuman rempah-rempah”
3.	1. Apakah ada perubahan kondisi pasien dari awal sakit hingga sekarang? a. Perubahan seperti apa yang terlihat? b. Apa yang mempengaruhi perubahan tersebut? c. Apakah perubahan itu konsisten?	1. “Ada perubahan, sekarang kondisi ibu lebih terkontrol.” a. “Sekarang ibu lebih menjaga makanan dan rutin minum obat” b. “Karena ibu ingin tekanan darah tidak sering kambuh” c. “Iya, walaupun kadang masih sulit menjaga pola makan”	1. “Ada perubahan, sekarang kondisi bapak lebih stabil” a. “Sekarang sudah jarang mengeluh sakit kepala berat” b. “Karena rutin minum obat dan menjaga makan” c. “Iya, selama rutin berobat kondisi cukup stabil”	1. “Ada perubahan, sekarang ibu lebih cepat lelah dibanding dulu, apalagi setelah pernah terkena stroke “ a. “Ibu jadi lebih mudah capek, aktivitas berat sudah jarang dilakukan, dan badan sebelah kanan pernah sulit digerakkan selama beberapa bulan” b. “Karena usia, tekanan darah yang sering naik, dan riwayat stroke” c. “Kadang membaik kalau rutin minum obat, tetapi sering kambuh lagi kalau tidak menjaga kesehatan”
4.	1. Apakah pasien menjalankan anjuran atau intervensi dari tenaga kesehatan? a. Anjuran apa saja yang diberikan? b. Mana yang paling sulit dijalankan? c. Apakah pasien memahami anjuran tersebut?	1. “Iya, sebagian besar dijalankan” a. “Mengurangi makanan asin, santan, dan rutin minum obat” b. “Menjaga pola makan karena kadang masih ingin makan makanan yang dilarang” c. “Iya, ibu memahami anjuran dari tenaga kesehatan”	1. “Iya, sebagian besar dijalankan” a. “Mengurangi garam, rutin minum obat, dan menjaga aktivitas” b. “Olahraga rutin karena bapak lebih sering aktivitas ringan saja” c. “Iya, bapak memahami karena sering dijelaskan dokter”	1. “Sebagian dijalankan, tetapi belum sepenuhnya” a. “Mengurangi garam, mengurangi makanan berlemak, rutin minum obat, dan olahraga ringan” b. “Menjaga pola makan dan rutin olahraga” c. “Iya, ibu memahami tetapi kadang sulit menjalankannya”
5.	1. Bagaimana pola makan pasien setelah didiagnosis hipertensi? a. Apa saja makanan yang bisa dikonsumsi? b. Apakah pasien mengurangi garam dan	1. “Pola makan ibu sudah lebih dijaga dibanding sebelumnya” a. “Biasanya sayur, ikan, dan makanan rumahan” b. “Iya, sekarang mengurangi makanan asin dan santan” c. “Dulu ibu lebih bebas makan,	1. “Pola makan sekarang lebih dijaga dibanding sebelumnya” a. “Biasanya makan sayur, ikan, dan makanan rumahan” b. “Iya, sekarang sudah mengurangi makanan asin” c. “Dulu lebih bebas makan,	1. “Pola makan ibu masih belum terlalu teratur, tetapi setelah terkena stroke keluarga lebih memperhatikan makanan yang dikonsumsi” a. “Biasanya makan sayur, ikan, dan makanan rumahan” b. “Kadang mengurangi, tetapi belum sepenuhnya” c. “Ada sedikit perubahan karena sekarang lebih

	makanan berlemak? c. Apakah ada perubahan dibandingkan sebelum sakit? d. Apakah kesulitan dalam menjaga pola makan? e. Apakah keluarga ikut menyesuaikan makan?	<i>sekarang lebih membatasi makanan</i> d. "Kadang ibu masih khilaf makan makanan yang disukai" e. "Iya, keluarga juga ikut mengurangi makanan asin di rumah"	<i>sekarang lebih hati-hati</i> d. "Kadang masih ingin makanan yang gurih" e. "Iya, keluarga juga ikut mengurangi garam saat memasak"	<i>sering mengurangi makanan asin</i> d. "Ibu sulit menahan keinginan makan makanan yang disukai" e. "Iya, kami juga mencoba mengurangi makanan asin di rumah supaya ibu tidak kambuh lagi"
6.	1. Bagaimana pola istirahat atau tidur pasien? a. Apakah pasien tidak cukup tidur? b. Apakah sering mengalami gangguan tidur? c. Apa yang mempengaruhi kualitas tidur?	1. "Tidur ibu kadang kurang nyenyak" a. "Kadang kurang karena sering terbangun malam" b. "Iya, sering bangun untuk buang air kecil" c. "Karena sering memikirkan kondisi ekonomi dan kesehatan"	1. "Tidur bapak cukup baik" a. "Tidak, biasanya tidur cukup" b. "Kadang terbangun malam untuk buang air kecil" c. "Tidak ada keluhan berat, hanya faktor usia"	1. "Tidur ibu kadang kurang nyenyak" a. "Kadang kurang karena sering terbangun malam" b. "Iya, sering terbangun untuk buang air kecil" c. "Karena sering memikirkan penyakitnya dan takut stroke kambuh lagi"
7.	1. Bagaimana aktivitas fisik atau olahraga pasien? a. Jenis aktivitas apa yang dilakukan? b. Seberapa sering dilakukan? c. Apa yang membuat pasien rajin atau tidak? d. Apakah keluarga ikut mendorong?	1. "Ibu tidak olahraga khusus, tetapi cukup aktif sehari-hari" a. "Membantu suami di warung dan mengerjakan pekerjaan rumah." b. "Dilakukan setiap hari" c. "Karena sudah menjadi aktivitas sehari-hari" d. "Iya, keluarga mendukung ibu tetap aktif bergerak"	1. "Bapak jarang olahraga khusus, tetapi tetap aktif" a. "Sering berjalan dan menjemput cucu sekolah" b. "Hampir setiap hari" c. "Karena merasa badan lebih ringan kalau banyak bergerak" d. "Iya, keluarga mendukung supaya bapak tetap aktif"	1. "Ibu jarang olahraga" a. "Paling hanya aktivitas rumah tangga sehari-hari" b. "Hampir setiap hari untuk pekerjaan rumah ringan" c. "Karena ibu cepat lelah jadi malas olahraga" d. "Iya, kami sering menyarankan jalan pagi ringan supaya badan tetap bergerak"
8.	1. Bagaimana peran anda dalam merawat pasien? a. Apa saja yang anda lakukan sehari-hari? b. Apakah anda	1. "Saya membantu mengingatkan ibu minum obat dan menjaga makan" a. "Mengingatkan kontrol, membantu mengambil obat, dan memperhatikan makanan ibu"	1. "Saya membantu mengingatkan bapak minum obat dan menjaga pola makan" a. "Menyiapkan makanan dan mengingatkan kontrol"	1. "Saya membantu mengingatkan ibu minum obat dan menjaga makan, terutama setelah ibu pernah terkena stroke" a. "Menyiapkan makanan, mengingatkan obat, menemani kontrol, dan membantu ibu saat kondisi

	mengingatkan obat dan pola makan? c. Bagaimana perasaan anda dalam merawat pasien?	b. <i>"Iya, selalu diingatkan"</i> c. <i>"Kadang khawatir kalau tekanan darah ibu naik"</i>	kesehatan" b. <i>"Iya, selalu diingatkan"</i> c. <i>"Saya merasa harus membantu supaya kondisi bapak tetap sehat"</i>	badan lemas" b. <i>"Iya, sering diingatkan supaya tekanan darah tidak naik lagi"</i> c. <i>"Kadang khawatir kalau tekanan darah ibu naik dan stroke kambuh lagi"</i>
9.	1. Apa saja kendala yang anda hadapi dalam merawat pasien hipertensi? a. Apakah dari pasien, keluarga, atau lingkungan? b. Apakah faktor ekonomi mempengaruhi? c. Bagaimana cara anda mengatasi kendala tersebut?	1. <i>"Kesulitannya menjaga pola makan ibu"</i> a. <i>"Lebih dari kebiasaan makan pasien sendiri"</i> b. <i>"Iya, karena pengobatan dan kebutuhan sehari-hari harus diatur"</i> c. <i>"Kami saling mengingatkan dan mencoba memasak makanan yang lebih sehat"</i>	1. <i>"Tidak ada kendala yang terlalu berat"</i> a. <i>"Kadang hanya sulit mengingatkan untuk olahraga rutin"</i> b. <i>"Tidak terlalu karena bapak masih bisa berobat"</i> c. <i>"Kami saling mengingatkan dan menjaga pola hidup sehat"</i>	1. <i>"Kesulitannya ibu kadang susah menjaga pola makan"</i> a. <i>"Lebih dari pasien sendiri karena sulit mengurangi makanan favorit"</i> b. <i>"Iya, kadang makanan sehat lebih mahal"</i> c. <i>"Kami mencoba mengingatkan ibu dan menyesuaikan makanan di rumah"</i>
10.	1. Bisakah anda menceritakan pengalaman paling sulit dalam merawat pasien? a. Apa yang terjadi saat itu? b. Bagaimana anda menghadapinya? c. Bagaimana anda Apa yang anda pelajari?	1. <i>"Pernah ibu mengeluh pusing dan badan lemas saat tekanan darah naik"</i> a. <i>"Ibu merasa lemas dan harus banyak istirahat"</i> b. <i>"Kami membantu membawa ibu kontrol ke puskesmas dan memastikan obat diminum"</i> c. <i>"Hipertensi harus dijaga terus walaupun kondisi terlihat baik"</i>	1. <i>"Pernah tekanan darah bapak naik dan badan gemetar"</i> a. <i>"Bapak mengeluh pusing dan tubuh terasa lemah"</i> b. <i>"Kami langsung membawa bapak berobat dan memastikan minum obat"</i> c. <i>"Hipertensi harus dijaga terus walaupun kondisi terlihat sehat"</i>	1. <i>"Pernah ibu mengalami stroke akibat hipertensi sehingga badan sebelah kanan mati rasa selama beberapa bulan"</i> . a. <i>"Ibu mengeluh sakit kepala berat, tengkuk sakit, badan lemas, lalu badan sebelah kanan sulit digerakkan"</i> b. <i>"Kami langsung membawa ibu berobat dan setelah itu keluarga lebih memperhatikan kesehatan ibu supaya tidak terkena stroke lagi"</i> c. <i>"Hipertensi harus rutin dijaga dan tidak boleh terlambat minum obat"</i>
11.	1. Menurut anda apa hal paling penting agar pasien hipertensi bisa terkontrol?	1. <i>"Rutin minum obat, menjaga pola makan, dan tidak terlalu banyak pikiran"</i>	1. <i>"Rutin minum obat, menjaga makan, dan tetap aktif bergerak"</i>	1. <i>"Harus rutin minum obat, menjaga pola makan, mengurangi stres, dan dukungan keluarga supaya stroke tidak terulang lagi"</i> 2. <i>Keluarga sangat penting untuk mendukung pasien</i>

	2.. Apakah ada hal lain yang belum disampaikan tetapi penting terkait perawatan pasien?	2. <i>“Keluarga harus selalu mendukung dan mengingatkan pasien supaya tetap menjaga kesehatan”</i>	2. <i>“Dukungan keluarga penting supaya pasien semangat menjaga kesehatan dan tidak lalai minum obat”</i>	<i>supaya lebih semangat menjaga kesehatan, rutin berobat, dan menjaga tekanan darah agar tidak terkena stroke lagi”</i>
--	---	--	---	--



Lampiran 8 Matrik Data Penelitian

Matrik Hasil Wawancara Dan Observasi**2.Matrik Data Pasien Wawancara Kedua Informan 1**

No	Pertanyaan	Informan 1
1.	1.Keturunan dari ayah/ibu atau kedua orang tua? 2.Seberapa rutin untuk pengobatan anda?	1.“ <i>Dari kedua orang tua saya</i> ” 2.“ <i>1 bulan sekali</i> ”

Matrik Data Pasien Wawancara Kedua Informan 2

No	Pertanyaan	Informan 1
1.	1.Awal mula kena 2024 karna apa? 2.Khawatiran seperti apa yang anda takutkan? 3.Menjaga Kesehatan seperti apa?	1.“ <i>Karena saya dulu tidak mengontrol pola makan tetapi sejak tau kena hipertensi saya mulai mengontrol pola makan</i> ” 2.“ <i>Takut terkena stroke</i> ” 3.“ <i>Menjaga pola makan dengan teratur dan mengurangi pantangan makan dengan sewajarnya saja</i> ”
2.	1.Awal mula kena 2024 karena apa? 2.Aktivitas seperti apa? 3.Apakah sebelumnya rajin olahraga? 4.Olahraga seperti apa? 5.Sebelumnya berapa kali dalam seminggu olahraga? 6.Kalau sekarang olahraga apa dan berapa kali? 7.Jam berapa dan kapan saja?	1.“ <i>Karna saya dulu tidak mengontrol pola makan tetapi sejak tau kena hipertensi saya mulai mengontrol pola makan</i> ” 2.“ <i>Mengantar cucu dan membantu membersihkan rumah maupun kebun</i> ” 3.“ <i>Iya</i> ” 4.“ <i>Badminton</i> ” 5.“ <i>3x seminggu</i> ” 6.“ <i>Hanya jalan kaki pagi keluar masuk gang rumah saja setelah sholat subuh</i> ” 7.“ <i>Sore jam 17.00 saat pulang sekolah</i> ”

Matrik Data Pasien Wawancara Kedua Informan 3

No	Pertanyaan	Informan 1
1.	1.Apakah tau penyebab awal terkena pada tahun 2015? 2.Pada bulan berapa dan berapa lama?	1.“ <i>Karena saya makan tidak ada memantang walaupun saya sudah mengalami gejala 2015 dan tidak saya periksa jadi pada tahun 2019 saya langsung terkena stroke pertama kali akibat hipertensi</i> ”

	3. Apakah pernah terkena stroke lagi setelah stroke pertama? 4. Sesulit apa mengurangi makan yang disukai?	2. "Juni-september 2019 selama 4 bulan itu badan saya sebelah kanan kaku atau mati total tetapi langsung diobati ke dokter dan tradisional atau diurut" 3. "Tidak" 4. "Lumayan sulit karena saya sebelumnya orang yang paling tidak pernah memantang makan sama sekali sebelum terkena stroke"
--	--	---



Lampiran 9 Validasi Keabsahan Data

VALIDASI DAN KEABSAHAN DATA

No	Pertanyaan	Jawaban	Validasi Dari Keluarga Pasien		Validasi Dari Perawat Petugas	
			Ya	Tidak	ya	tidak
1.	1. Bapak/Ibu bisa ceritakan bagaimana perasaan Bapak/Ibu Ketika pertama kali mengetahui terkena Hipertensi? a. Apa yang Bapak/Ibu khawatirkan saat itu? b. Bagaimana reaksi keluarga ? c. Apakah ada perubahan langsung setelah mengetahui diagnosis? 2. Apakah Hipertensi mempengaruhi kehidupan sehari – hari? a. Dalam hal aktivitas, pekerjaan, atau emosi? b. Apakah ada hal yang tidak bisa dilakukan lagi?	1. “Awalnya saya tahu terkena hipertensi karena memang ada keturunan dari orang tua. Saya merasa khawatir karena takut penyakitnya semakin parah.” a. “Iya, khawatir kalau tekanan darah naik terus dan takut terkena stroke.” b. “Keluarga menyarankan saya rutin berobat dan menjaga pola makan.” c. “Ada, saya mulai rutin minum obat dan mencoba menjaga pola makan.” 2. “Tidak terlalu, karena saya masih bisa membantu suami berjualan di warung dan melakukan pekerjaan rumah.” a. “Masih bisa beraktivitas seperti biasa walaupun kadang badan terasa lelah.” b. “Tidak bisa terlalu capek dan harus lebih menjaga kesehatan.”	Ya		Ya	
			Ya		Ya	
			Ya		Ya	
			Ya		Ya	
			Ya		Ya	
			Ya		Ya	
2.	1. Seberapa penting perubahan gaya hidup menurut Bapak/Ibu?	1 “Penting supaya tekanan darah tidak sering kambuh.”	Ya		Ya	

a. Apa yang mendorong Bapak/Ibu untuk berubah?	a.. “Karena ingin sehat dan tidak sering sakit walaupun masih rutin minum obat.”	Ya		Ya	
b. Apa yang membuat sulit untuk berubah?	b. “Pola makan masih sulit dijaga walaupun sudah dikontrol.”	Ya		Ya	
2.. Bagaimana pola makan Bapak/Ibu sejak didiagnosis?	2. “Saya mulai mengurangi makanan tertentu dan tidak mau makan daging-daging terutama daging kambing.”	Ya		Ya	
a. Apa saja makanan yang dihindari?	a. “Daging kambing, makanan asin, dan santan.”	Ya		Ya	
b. Apa kesulitan terbesar dalam menjaga diet?	b. “Kadang masih sering khilaf makan makanan yang dilarang.”	Ya		Ya	
c. Apakah pernah tidak menjalani diet?	c. “Tidak pernah diet secara khusus, hanya mencoba mengurangi makanan tertentu.”	Ya		Ya	
d. Siapa yang menyiapkan makanan di rumah?	d. “Saya sendiri.”	Ya		Ya	
e. Apakah faktor ekonomi mempengaruhi pola makan?	e. “Iya, karena berobat menggunakan BPJS di puskesmas.”	Ya		Ya	
3. Bagaimana kebiasaan olahraga Bapak/Ibu?	3. “Saya tidak olahraga khusus, tetapi sering bergerak saat membantu suami di warung dan mengerjakan pekerjaan rumah.”	Ya		Ya	
a. Apa yang membuat Bapak/Ibu rajin atau tidak rajin olahraga?	a. “Karena aktivitas sehari-hari sudah cukup banyak bergerak.”	Ya		Ya	
b. Apakah pernah berhenti? Kenapa?	b. “Tidak pernah olahraga khusus, tetapi masih sanggup melakukan kegiatan rumah tangga.”	Ya		Ya	
c. Apa manfaat yang dirasakan setelah olahraga atau banyak bergerak?	c. “Badan terasa lebih ringan dan tidak kaku.”	Ya		Ya	

	b. Apakah dirasa lebih efektif? 3. Apa yang membuat Bapak/Ibu tidak menjalani pengobatan secara rutin? a. Apakah karena lupa, bosan, atau efek samping? b. Apakah ada pengaruh dari lingkungan sekitar? c. Bagaimana perasaan Bapak/Ibu harus minum obat terus-terusan?	b. "Iya, tekanan darah lebih terkontrol setelah rutin minum obat." 3. "Takut kambuh karena di rumah hanya tinggal berdua dengan suami walaupun rumah anak dekat." a. "Tidak, karena sudah terbiasa minum obat setiap hari." b. "Tidak ada, keluarga justru mendukung untuk rutin berobat." c. "Sudah terbiasa karena obat membantu menjaga kondisi tubuh."	Ya		Ya	
4.	1. Apakah ada dukungan dari keluarga atau orang sekitar? a. Bagaimana bentuk dukungan tersebut? b. Apakah dukung tersebut membantu?	1. "Ada." a. "Anak sering membantu mengambil obat dan mengingatkan untuk kontrol." b. "Iya, sangat membantu terutama kalau kondisi badan sedang kurang sehat."	Ya		Ya	
5.	1. Menurut Bapak/Ibu apa penyebab hipertensi? a. Dari mana Bapak/Ibu mendapatkan informasi tersebut? b. Apakah pernah mendapat edukasi dari tenaga Kesehatan?	1. "Menurut saya hipertensi bisa karena keturunan, pola makan, dan terlalu banyak pikiran." a. "Dari dokter, perawat puskesmas, dan pengalaman keluarga." b. "Iya, pernah dijelaskan tentang makanan yang harus dikurangi dan pentingnya minum obat rutin."	Ya		Ya	

6.	1. Dari semua yang sudah dibahas apa yang paling sulit dalam mengelola Hipertensi? a. Apa yang paling membantu Bapak/Ibu? b. Apakah ada pengalaman lain yang belum sempat diceritakan?	1. “Yang paling sulit menjaga pola makan supaya tidak salah makan.” a. “Pengobatan dan dukungan keluarga.” b. “Kalau tekanan darah naik biasanya badan terasa lemas dan kepala pusing, jadi saya harus segera istirahat dan minum obat.”	Ya		Ya	
			Ya		Ya	
			Ya		Ya	

Keluarga Informan 1

Yang Menyatakan,

Perawat Petugas

(.....)

(.....)

No	Pertanyaan	Jawaban	Validasi Dari Keluarga Pasien		Validasi Dari Perawat Petugas	
			Ya	Tidak	ya	tidak
1.	1. Bapak/Ibu bisa ceritakan bagaimana perasaan Bapak/Ibu Ketika pertama kali mengetahui terkena Hipertensi?	1. “Awal mengetahui hipertensi tahun 2024 saya merasa kaget karena sebelumnya badan sering terasa tidak enak dan kepala pusing.”	Ya		Ya	
	a. Apa yang Bapak/Ibu khawatirkan saat itu?	a. “Khawatir tekanan darah semakin tinggi dan mengganggu kesehatan.”	Ya		Ya	
	b. Bagaimana reaksi keluarga ?	b. “Keluarga menyarankan saya segera berobat dan menjaga kesehatan.”	Ya		Ya	
	c. Apakah ada perubahan langsung setelah mengetahui diagnosis?	c. “Ada, saya mulai mengurangi garam dan rutin memeriksa tekanan darah.”	Ya		Ya	
	2. Apakah Hipertensi mempengaruhi kehidupan sehari – hari?	2. “Kalau hipertensi kambuh badan terasa demam dan gemetar.”	Ya		Ya	
	a. Dalam hal aktivitas, pekerjaan, atau emosi?	a. “Kalau kambuh badan terasa lemas dan aktivitas jadi terganggu.”	Ya		Ya	
	b. Apakah ada hal yang tidak bisa di lakukan lagi?	b. “Tidak bisa terlalu capek atau banyak aktivitas berat.”	Ya		Ya	

2.	1. Seberapa penting perubahan gaya hidup menurut Bapak/Ibu?	1. "Menurut saya penting supaya tekanan darah tetap stabil."	Ya		Ya	
	a. Apa yang mendorong Bapak/Ibu untuk berubah?	a. "Karena ingin tetap sehat dan bisa beraktivitas normal."	Ya		Ya	
	b. Apa yang membuat sulit untuk berubah?	b. "Kadang sulit mengurangi makanan yang asin."	Ya		Ya	
	2.. Bagaimana pola makan Bapak/Ibu sejak didiagnosis?	2. "Sekarang pola makan lebih dijaga dan mengurangi makanan asin."	Ya		Ya	
	a. Apa saja makanan yang dihindari?	a. "Mengurangi garam dan makanan yang terlalu asin, tetapi masih terkontrol kalau makan."	Ya		Ya	
	b. Apa kesulitan terbesar dalam menjaga diet?	b. "Tidak ada kesulitan yang terlalu berat."	Ya		Ya	
	c. Apakah pernah tidak menjalani diet?	c. "Tidak, sejauh ini masih berusaha menjaga makan."	Ya		Ya	
	d. Siapa yang menyiapkan makanan di rumah?	d. "Istri."	Ya		Ya	
	e. Apakah faktor ekonomi mempengaruhi pola makan?	e. "Tidak, karena berobat rutin ke dokter."	Ya		Ya	
	3. Bagaimana kebiasaan olahraga Bapak/Ibu?	3. "Jarang olahraga"	Ya		Ya	
	a. Apa yang membuat	a. "Kalau bergerak badan	Ya		Ya	

	Bapak/Ibu rajin atau tidak rajin olahraga?	terasa lebih ringan.”				
	b. Apakah pernah berhenti? Kenapa?	b.“Tidak juga, karena memang jarang olahraga, tetapi saya sering berkegiatan seperti menjemput cucu sekolah.”	Ya		Ya	
	c. Apa manfaat yang dirasakan setelah olahraga atau banyak bergerak?	c.“Badan terasa lebih enak karena ada keringat yang keluar.”	Ya		Ya	
	4. Kebiasaan merokok Apakah Bapak/Ibu pernah merokok?	4. Tidak pernah merokok.”	Ya		Ya	
	a..Apa alasan mulai merokok?	a.“Tidak merokok.”	Ya		Ya	
	b.. Apa alasan ingin berhenti/tidak berhenti?	b.“Tidak merokok.”	Ya		Ya	
	c..Apa hambatan terbesar untuk berhenti?	c.“Tidak ada karena tidak memiliki kebiasaan merokok.”	Ya		Ya	
	5. Bagaimana kualitas tidur Bapak/Ibu?	5.“Tidur cukup aman dan nyenyak.”	Ya		Ya	
	a.Apakah sering terbangun?	a.“Iya, kadang terbangun saat ingin buang air kecil.”	Ya		Ya	
	b. Apakah ada pikiran atau stres yang mengganggu tidur?	b.“Tidak ada, hanya terbangun saat buang air kecil saja.”	Ya		Ya	
3.	1.Bagaimana pengalaman Bapak/Ibu dalam menjalani	1.“Saya rutin menjalani pengobatan dan kontrol	Ya		Ya	

pengobatan?	tekanan darah.”				
a. Apakah rutin minum obat?Kenapa bisa/tidak?	a.“Iya, rutin minum obat setiap pagi.”	Ya		Ya	
b. Apa yang di rasakan setelah minum obat?	b.“Badan terasa enakan dan kepala ringan”	Ya		Ya	
c. Apakah pernah berhenti minum obat?Kenapa?	c.“Tidak pernah berhenti karena takut tekanan darah naik lagi.”	Ya		Ya	
d. Bagaimana akses mendapatkan obat?(jarak/biaya)	d.“Lancar karena berobat jalur mandiri ke dokter dan juga ke puskesmas.”	Ya		Ya	
2. Apakah pernah mencoba pengobatan lain dari tenaga medis?	2.“Tidak pernah.”	Ya		Ya	
a. Kenapa memilih terapi lain?	a.“Karena merasa obat dari dokter sudah membantu mengontrol tekanan darah.”	Ya		Ya	
b. Apakah dirasa lebih efektif?	b.“Iya, cukup efektif karena badan terasa lebih baik.”	Ya		Ya	
3. Apa yang membuat Bapak/Ibu tidak menjalani pengobatan secara rutin?	3.“Karena ingin tekanan darah tetap stabil dan badan tetap sehat.”	Ya		Ya	
a. Apakah karena lupa,bosan,atau efek samping?	a.“Tidak, saya selalu minum obat setiap pagi.”	Ya		Ya	
b. Apakah ada pengaruh dari lingkungan sekitar?	b.“Keluarga selalu mendukung supaya rutin berobat.”	Ya		Ya	
c. Bagaimana perasaan					

	Bapak/Ibu harus minum obat terus-terusan?	c. "Tidak masalah karena obat membantu mengurangi sakit kepala dan tremor." d. "Kalo sekarang sudah menjadi kewajiban untuk <u>menggurungin</u> tekanan darah"	Ya Ya		Ya Ya	
4.	1. Apakah ada dukungan dari keluarga atau orang sekitar? a. Bagaimana bentuk dukungan tersebut? b. Apakah dukung tersebut membantu?	1. "Ada." a. "Keluarga mengingatkan untuk minum obat dan menjaga makan." b. "Iya, sangat membantu supaya tetap disiplin."	Ya Ya Ya		Ya Ya Ya	
5.	1.. Menurut Bapak/Ibu apa penyebab hipertensi? a. Dari mana Bapak/Ibu mendapatkan informasi tersebut? b. Apakah pernah mendapat edukasi dari tenaga Kesehatan?	1. "Menurut saya hipertensi disebabkan pola makan, faktor usia, dan kurang menjaga kesehatan." a. "Dari dokter dan petugas kesehatan." b. "Iya, pernah saat kontrol dan pemeriksaan tekanan darah."	Ya Ya Ya		Ya Ya Ya	

6.	1.. Dari semua yang sudah dibahas apa yang paling sulit dalam mengelola Hipertensi? a. Apa yang paling membantu Bapak/Ibu? b. Apakah ada pengalaman lain yang belum sempat diceritakan?	1.“Yang paling sulit menjaga makanan supaya tidak terlalu asin.” a.“Rutin minum obat dan dukungan keluarga.” b.“Kalau tekanan darah naik biasanya badan terasa gemetar dan kepala pusing, tetapi setelah minum obat kondisi membaik.”	Ya Ya Ya		Ya Ya Ya	

Keluarga Informan 2

Yang Menyatakan,

Perawat Petugas

(.....)

(.....)

No	Pertanyaan	Jawaban	Validasi Dari Keluarga Pasien		Validasi Dari Perawat Petugas	
			Ya	Tidak	Ya	tidak
1.	1.Bapak/Ibu bisa ceritakan bagaimana perasaan Bapak/Ibu Ketika pertama kali mengetahui terkena Hipertensi?	1.“Awal pertama kali mengetahui hipertensi tahun 2015, saya merasa takut dan khawatir karena sering sakit kepala dan badan terasa lemas. Saya juga pernah mengalami stroke akibat hipertensi sehingga badan sebelah kanan sempat mati rasa selama kurang lebih 4 bulan.”	Ya		Ya	
	a.Apa yang Bapak/Ibu khawatirkan saat itu?	a.“Takut penyakit bertambah parah dan takut terkena stroke lagi.”	Ya		Ya	
	b.Bagaimana reaksi keluarga ?	b.“Keluarga sangat khawatir dan menyarankan saya rutin berobat serta menjaga pola makan.”	Ya		Ya	
	c.Apakah ada perubahan langsung setelah mengetahui diagnosis?	c.“Ada, saya mulai mengurangi aktivitas berat dan lebih memperhatikan kesehatan setelah pernah terkena stroke.”	Ya		Ya	
	2.Apakah Hipertensi mempengaruhi kehidupan sehari – hari?	2.“Ya, hipertensi sangat mempengaruhi aktivitas sehari-hari karena badan cepat lelah dan kepala sering pusing. Setelah terkena stroke, aktivitas juga menjadi lebih	Ya		Ya	

	a. Dalam hal aktivitas, pekerjaan, atau emosi? b. Apakah ada hal yang tidak bisa dilakukan lagi?	terbatas.” a. “Emosi menjadi tidak stabil dan mudah marah. Kadang badan juga terasa lemah.” b. “Tidak bisa melakukan pekerjaan terlalu berat karena cepat capek dan badan sebelah kanan pernah sulit digerakkan.”	Ya Ya		Ya Ya	
2.	1. Seberapa penting perubahan gaya hidup menurut Bapak/Ibu? a. Apa yang mendorong Bapak/Ibu untuk berubah? b. Apa yang membuat sulit untuk berubah? 2.. Bagaimana pola makan Bapak/Ibu sejak didiagnosis? a. Apa saja makanan yang dihindari?	1. “Menurut saya perubahan gaya hidup sangat penting supaya tekanan darah tidak naik dan stroke tidak terulang lagi.” a. “Karena ingin kesehatan membaik dan tidak mengalami stroke lagi.” b. “Sulit mengurangi makanan yang disukai dan kadang malas menjaga pola hidup.” 2. “Pola makan masih belum teratur dan belum bisa menjaga pantangan makanan sepenuhnya.” a. “Kadang mengurangi makanan asin dan berlemak, tetapi belum bisa menjalankan	Ya Ya Ya Ya Ya		Ya Ya Ya Ya Ya	

		pantangan sepenuhnya.”				
	b. Apa kesulitan terbesar dalam menjaga diet?	b. “Tidak bisa menahan nafsu makan.”	Ya		Ya	
	c. Apakah pernah tidak menjalani diet?	c. “Iya, tidak pernah menjalani diet secara teratur.”	Ya		Ya	
	d. Siapa yang menyiapkan makanan di rumah?	d. “Anak.”	Ya		Ya	
	e. Apakah faktor ekonomi mempengaruhi pola makan?	e. “Iya, karena harus menyesuaikan dengan kondisi ekonomi keluarga.”	Ya		Ya	
	3. Bagaimana kebiasaan olahraga Bapak/Ibu?	3. “Tidak pernah olahraga karena badan sering terasa lelah setelah terkena stroke.”	Ya		Ya	
	a. Apa yang membuat Bapak/Ibu rajin atau tidak rajin olahraga?	a. “Tidak pernah olahraga karena badan cepat capek dan kadang badan terasa lemah.”	Ya		Ya	
	b. Apakah pernah berhenti? Kenapa?	b. “Iya, karena merasa cepat lelah dan badan sebelah kanan pernah sulit digerakkan.”	Ya		Ya	
	c. Apa manfaat yang dirasakan setelah olahraga atau banyak bergerak?	c. “Badan terasa sakit semua setelah olahraga.”	Ya		Ya	
	4. Kebiasaan merokok Apakah Bapak/Ibu pernah merokok?	4. “Tidak pernah merokok.”	Ya		Ya	

	a..Apa alasan mulai merokok? b.. Apa alasan ingin berhenti/tidak berhenti? c..Apa hambatan terbesar untuk berhenti? 5. Bagaimana kualitas tidur Bapak/Ibu? a.Apakah sering terbangun? b. Apakah ada pikiran atau stres yang mengganggu tidur?	a.“Tidak merokok.” b.“Tidak merokok.” c.“Tidak ada karena tidak memiliki kebiasaan merokok.” 5.“Tidur kurang nyenyak.” a.“Iya, sering terbangun saat ingin buang air kecil.” b.“Iya, sering memikirkan penyakit yang dialami dan takut stroke kambuh lagi.”	Ya Ya Ya Ya Ya Ya		Ya Ya Ya Ya Ya Ya	
3.	1.. Bagaimana pengalaman Bapak/Ibu dalam menjalani pengobatan? a. Apakah rutin minum obat?Kenapa bisa/tidak? b. Apa yang di rasakan setelah minum obat? c. Apakah pernah berhenti minum obat?Kenapa?	1.“Biasanya saya berobat saat hipertensi kambuh saja. Saya juga sering mengonsumsi obat Amlodipin 5 mg untuk membantu menurunkan tekanan darah, terutama setelah pernah terkena stroke.” a.“Tidak rutin, biasanya minum obat saat tekanan darah naik atau ketika terasa sakit kepala dan lemas.” b.”terasa mendingan dan bisa melakukan aktivitas seperti biasanya.” c “Iya, karena takut ketergantungan obat dan merasa kondisi sudah	Ya Ya Ya Ya		Ya Ya Ya Ya	

		membaik.”				
	d. Bagaimana akses mendapatkan obat?(jarak/biaya)	d.”menggunakan bpjs saat berobat “	Ya		Ya	
	2. Apakah pernah mencoba pengobatan lain dari tenaga medis?	2.”Iya, pernah minum rempah-rempah tradisional.”	Ya		Ya	
	a. Kenapa memilih terapi lain?	a. “Karena merasa obat yang dianjurkan kurang efektif.”	Ya		Ya	
	b. Apakah dirasa lebih efektif?	b. “Iya, merasa lebih enak setelah minum rempah-rempah.”	Ya		Ya	
	3. Apa yang membuat Bapak/Ibu tidak menjalani pengobatan secara rutin?	3. “Karena merasa bosan minum obat terus-menerus dan takut ketergantungan obat.”	Ya		Ya	
	a. Apakah karena lupa,bosan,atau efek samping?	a.”Lebih karena bosan dan takut ketergantungan obat.”	Ya		Ya	
	b. Apakah ada pengaruh dari lingkungan sekitar?	b. “Iya, ada yang menyarankan menggunakan obat tradisional saja.”	Ya		Ya	
	c. Bagaimana perasaan Bapak/Ibu harus minum obat terus-terusan?	c. “Merasa takut jika terlalu sering minum obat, tetapi juga takut stroke kambuh lagi.”	Ya		Ya	

4.	1.. Apakah ada dukungan dari keluarga atau orang sekitar? a. Bagaimana bentuk dukungan tersebut? b. Apakah dukung tersebut membantu?	1.“Ada.” a.“Keluarga mengingatkan untuk berobat dan menjaga kesehatan, terutama setelah saya terkena stroke.” b.“Iya, membantu saya lebih semangat menjaga kesehatan.”	Ya Ya Ya		Ya Ya Ya	
5.	1. Menurut Bapak/Ibu apa penyebab hipertensi? a. Dari mana Bapak/Ibu mendapatkan informasi tersebut? b. Apakah pernah mendapat edukasi dari tenaga Kesehatan?	1.“Menurut saya hipertensi disebabkan pola makan yang tidak teratur, terlalu banyak pikiran, dan faktor usia.” a. “Dari petugas kesehatan dan orang sekitar.” b. “Iya, pernah saat berobat di puskesmas terutama setelah terkena stroke.”	Ya Ya Ya		Ya Ya Ya	
6.	1..Dari semua yang sudah dibahas apa yang paling sulit dalam mengelola Hipertensi a. Apa yang paling membantu Bapak/Ibu?	1. “Yang paling sulit adalah menjaga pola makan dan rutin minum obat.” a.“Dukungan keluarga dan obat saat tekanan darah naik.”	Ya Ya		Ya Ya	

	b. Apakah ada pengalaman lain yang belum sempat diceritakan?	b. "Waktu terkena stroke badan sebelah kanan sempit mati rasa selama sekitar 4 bulan sehingga sulit beraktivitas. Sejak itu saya lebih takut kalau tekanan darah naik lagi karena kepala terasa berat, tengkuk sakit, dan badan lemas."	Ya		Ya	
--	--	---	----	--	----	--

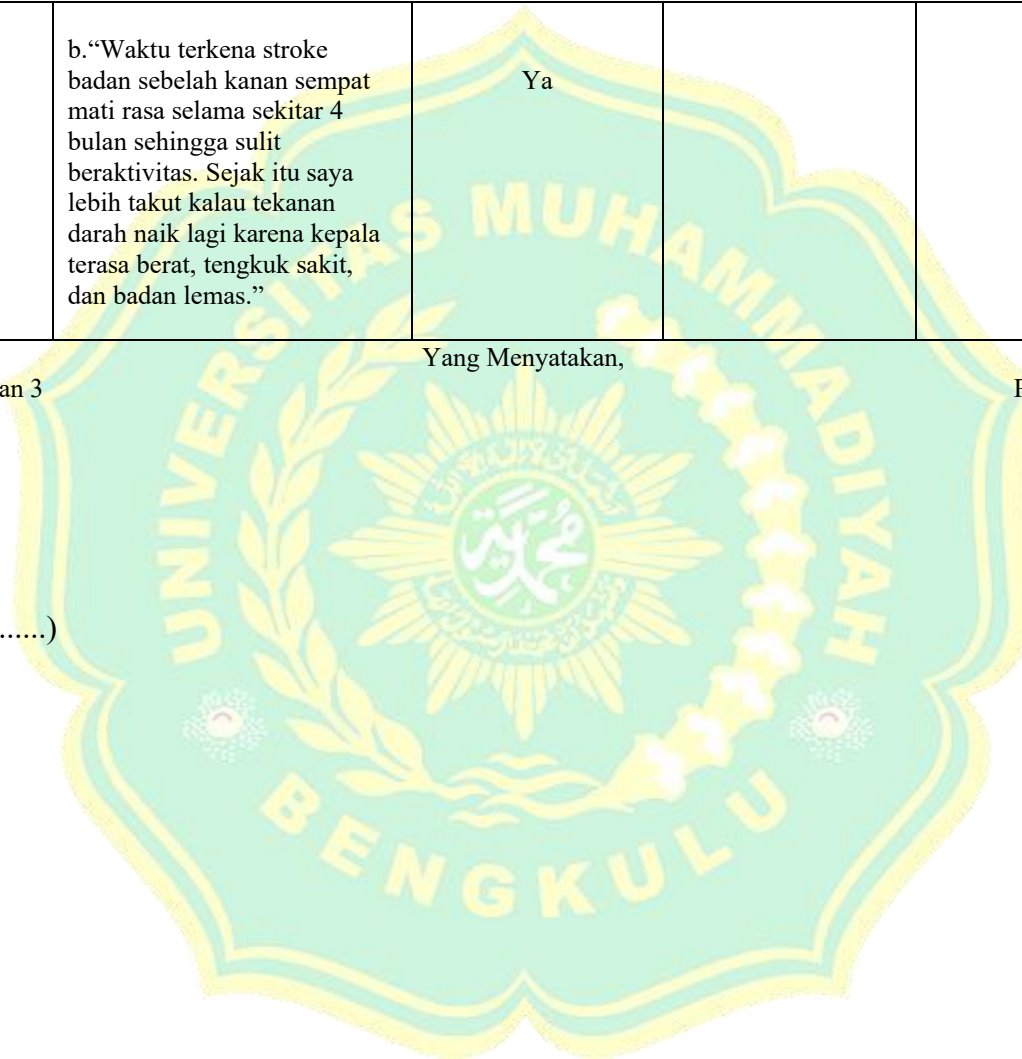
Keluarga Informan 3

Yang Menyatakan,

Perawat Petugas

(.....)

(.....)



VALIDASI DATA KE -2

No	Pertanyaan	Jawaban	Validasi Dari Keluarga Pasien		Validasi Dari Perawat Petugas	
			Ya	Tidak	Ya	tidak
1.	1. Keturunan dari ayah/ibu atau kedua orang tua?	1. “Dari kedua orang tua saya”	Ya		Ya	
	2. Seberapa rutin untuk pengobatan anda?	2. “1 bulan sekali”	Ya		Ya	

Keluarga Informan 1

(.....)

Yang Menyatakan,

Perawat Petugas

(.....)

No	Pertanyaan	Jawaban	Validasi Dari Keluarga Pasien		Validasi Dari Perawat Petugas	
			Ya	Tidak	ya	tidak
1.	1. Awal mula kena 2024 karna apa?	1. "Karna saya dulu tidak mengontrol pola makan tetapi sejak tau kena hipertensi saya mulai mengontrol pola makan"	Ya		Ya	
	2. Kehawatiran seperti apa yang anda takutkan?	2. "Takut terkena stroke"	Ya		Ya	
	3. Menjaga kesehatan seperti apa?	3. "Menjaga pola makan dengan teratur dan mengurangi pantang makan dengan sewajarnya saja"	Ya		Ya	

Keluarga Informan 2

(.....)

Perawat Petugas

(.....)

No	Pertanyaan	Jawaban	Validasi Dari Keluarga Pasien		Validasi Dari Perawat Petugas	
			Ya	Tidak	Ya	tidak
1.	1. Apakah tau penyebab awal terkena pada tahun 2015?	1. “Karna saya makan tidak ada memantang walaupun saya sudah mengalami gejala 2015 dan tidak saya priksa dan pada tahun 2019 saya langsung terkena stroke pertama kali akibat hipertensi”	Ya		Ya	
	2. Pada bulan berapa dan berapa lama?	2. “Juni-september 2019 selama 4 bulan itu badan saya sebelah kanan kaku atau mati total tetapi langsung di obati ke dokter dan tradisional atau di urut”	Ya		Ya	
	3. Apakah pernah terkena stroke lagi setelah stroke pertama?	3. “Juni-september 2019 selama 4 bulan itu badan saya sebelah kanan kaku atau mati total tetapi langsung di obati ke dokter dan tradisional atau di urut”	Ya		Ya	
	4. Sesulit apa mengurangi makan yang disukai?	4. “Lumayan sulit karna saya sebelumnya orang yang paling tidak pernah memantang makan sama sekelli sebelum terkena stroke”	Ya		Ya	

Yang Menyatakan,

Keluarga Informan 3

(.....)



Perawat Petugas

(.....)

Lampiran 10 Surat Izin Kesbagpol



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Kampus IV, Jl. Adam Malik KM 8.5, Sido Mulyo, Gading Cempaka, Kota Bengkulu, 38221
 fikes.umb.ac.id
 fikes@umb.ac.id

(0736) 22765
 (0736) 26161

Nomor : 705-IP /DF.05-UMB/2024
 Lampiran : 1 (satu) berkas
 Perihal : **Mohon Izin Penelitian**

Kepada Yth,
 Kepala Kesbangpol Kota Bengkulu
 di
 Bengkulu

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dalam rangka penyusunan skripsi mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu, dengan ini kami mengajukan permohonan izin penelitian atas mahasiswa:

Nama	: Ayu Diliyani
N P M	: 2214201105
Program Studi	: Ilmu Keperawatan

Untuk dapat melakukan penelitian skripsi di:

Tempat Penelitian	: Wilayah Kerja Puskesmas Muara Bangkahulu
Lama Penelitian	: 1 Bulan
Judul Penelitian Skripsi	: Pengalaman Gaya Hidup dan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Bangkahulu

Sebagai bahan pertimbangan, kami lampirkan proposal skripsi yang telah disetujui oleh dosen pembimbing.

Demikianlah atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami haturkan terima kasih.

Nasrun Minallah
Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Bengkulu, 29 April 2024
 An Dekan
 Wakil Dekan



Ns. Liza Fitri Lita, S. Kep, M. Kep
 NIDN. 0223038601

Lampiran 11 Surat izin Penelitian Dinas Kesehatan


UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Kampus IV, Jl. Adam Malik KM 8.5, Sido Mulyo, Gading Cempaka, Kota Bengkulu, 38221
 fikes.umb.ac.id
 fikes@umb.ac.id

(0736) 22765
 (0736) 26161

Nomor : 705-IP /DF.05-UMB/2024
 Lampiran : 1 (satu) berkas
 Perihal : **Mohon Izin Penelitian**

Kepada Yth,
 Kepala Dinas Kesehatan Kota Bengkulu
 di
 Bengkulu

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dalam rangka penyusunan skripsi mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu, dengan ini kami mengajukan permohonan izin penelitian atas mahasiswa:

Nama : Ayu Diliyani
 N P M : 2214201105
 Program Studi : Ilmu Keperawatan

Untuk dapat melakukan penelitian skripsi di:

Tempat Penelitian : Wilayah Kerja Puskesmas Muara Bangkahulu
 Lama Penelitian : 1 Bulan
 Judul Penelitian Skripsi : Pengalaman Gaya Hidup dan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Bangkahulu

Sebagai bahan pertimbangan, kami lampirkan proposal skripsi yang telah disetujui oleh dosen pembimbing.

Demikianlah atas perhatian dan kerjasamanya yang baik, kami haturkan terima kasih.

Nasrun Minallah
Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Bengkulu, 29 April 2024
 An Dekan
 Wakil Dekan



Ns. Liza Fitriana, S.Kep., M. Kep
 NIDN. 0223038601

Lampiran 12 Surat Balasan Dinas Kesehatan



PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS KESEHATAN

Jl. Letjen Basuki Rahmat No. 8 Kel. Belakang Pondok Kec. Ratu Samban Kota Bengkulu
 Email dinkeskotabengkulu1@gmail.com / www.dinkes.bengkulkota.go.id Kode Pos 34223

REKOMENDASI

Nomor : 000.9.2 / / D.Kes / 2026

Dasar Surat

1. Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu Nomor : 705-IP/DF.05-UMB/2026 Tanggal 29 April 2026.
2. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Bengkulu Nomor : 000.9.2/1070/KESBANGPOL-REK/2026 Tanggal 30 April 2026, Perihal : Izin Penelitian, atas nama :

Nama : Ayu Diliyani
NIM / NPM : 2214201105
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Judul : Pengalaman gaya hidup dan pola makan dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Muara Bangkahulu
Lokasi Penelitian : Puskesmas Muara Bangkahulu Kota Bengkulu
Lama Kegiatan : 30 April 2026 s/d 30 Mei 2026
No Hp / Email : -

Pada prinsipnya Dinas Kesehatan Kota Bengkulu tidak berkeberatan diadakan penelitian/kegiatan yang dimaksud dengan catatan ketentuan :

- a. Tidak dibenarkan mengadakan kegiatan yang tidak sesuai dengan penelitian yang dimaksud.
- b. Harap mentaati semua ketentuan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat setempat.
- c. Apabila masa berlaku Rekomendasi Penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan belum selesai maka yang bersangkutan harus mengajukan surat perpanjangan Rekomendasi Penelitian.
- d. Setelah selesai mengadakan kegiatan diatas agar melapor kepada Kepala Dinas Kesehatan Kota Bengkulu (tembusan).
- e. Surat Rekomendasi Penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak mentaati ketentuan seperti tersebut diatas.

Demikianlah Rekomendasi ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, Mei 2026

Kepala Dinas Kesehatan
Kota Bengkulu


Nelli Hartati, SKM, MM
 Pembina - IV/a

Nip. 19720419 199101 2 001

Tembusan :

1. Yth.Sdr.Ka.UPTD Puskesmas Muara Bangkahulu Kota Bengkulu
2. Yang Bersangkutan

Lampiran 13 Surat Izin Penelitian Puskesmas Muara Bangkahulu



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

● Kampus IV, Jl. Adam Malik KM 8.5, Sido Mulyo, Gading Cempaka, Kota Bengkulu, 38221
 ● fikes.umb.ac.id
 ● fikes@umb.ac.id

☎ (0736) 22765
 ☎ (0736) 26161

Nomor : 705-IP /DF.05-UMB/2026
 Lampiran : 1 (satu) berkas
 Perihal : **Mohon Izin Penelitian**

Kepada Yth,
 Kepala Puskesmas Muara Bangkahulu
 di
 Bengkulu

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dalam rangka penyusunan skripsi mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu, dengan ini kami mengajukan permohonan izin penelitian atas mahasiswa:

Nama : Ayu Diliani
 N P M : 2214201105
 Program Studi : Ilmu Keperawatan

Untuk dapat melakukan penelitian skripsi di:

Tempat Penelitian : Wilayah Kerja Puskesmas Muara Bangkahulu
 Lama Penelitian : 1 Bulan
 Judul Penelitian Skripsi : Pengalaman Gaya Hidup dan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Bangkahulu

Sebagai bahan pertimbangan, kami lampirkan proposal skripsi yang telah disetujui oleh dosen pembimbing.

Demikianlah atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami haturkan terima kasih.

Nasrun Minallah
Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Bengkulu, 29 April 2026
 An Dekan
 Wakil Dekan

Ns. Liza Fitri Lina S. Kep., M. Kep.
 NIDN. 022303860



Lampiran 14 Surat Selesai Penelitian

	PEMERINTAH KOTA BENGKULU DINAS KESEHATAN Badan Layanan Umum Daerah UPTD PUSKESMAS MUARA BANGKAHULU Jl.Wr Supratman No 22 Rt 04 Kel Pematang Gubernur Bengkulu TELP. (0736) 7310378 Email : pkmmuarabangkahulu04@gmail.com Kode :38125	
<u>SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN</u> No : 800/225/PMB/VII/2026		
Berdasarkan Surat Rekomendasi Dinas Kesehatan Kota Bengkulu Nomor : 000.9.2/1597/D.Kes/2026 tentang Rekomendasi Penelitian. Yang Bertanda Tangan dibawah ini Kepala UPTD Puskesmas Muara Bangkahulu dengan ini menerangkan bahwa :		
Nama	: Ayu Diliani	
NPM	: 2214201105	
Judul Penelitian	: Pengalaman gaya hidup dan pola makan dengan kejadian hipertensi di wilayah Puskesmas Muara Bangkahulu Kota Bengkulu	
Yang bersangkutan telah melaksanakan Penelitian di UPTD Puskesmas Muara Bangkahulu dari tanggal 30 April 2026 s.d 30 Mei 2026. Demikianlah Surat Keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.		
DIKELUARKAN : BENGKULU PADA TANGGAL: 16 Juli 2026 Plt. Kepala UPTD Puskesmas Muara Bangkahulu Kota Bengkulu		
 <u>H. Dedy Haryanto, S.Kep.Ners</u> NIP. 198012112010011009		