

Health counseling and education hypertension to families

Penyuluhan Kesehatan dan Edukasi Hipertensi kepada Keluarga

Sultan¹, Sukmara¹, Tiya Rizki¹, Tiara Cahaya¹, dan Trimman¹

¹STikes Muhammadiyah Ciamis, Ciamis, Indonesia

Korespondensi: Sultan Al Adami Pradana

Email: sultanjanuary2000@gmail.com

Alamat: Dusun Ciawitali RT13/RW03, Purwadadi, Purwadadi, Ciamis, 46380, Jawa barat, 0856 7576 544

KOLABORASI

Inspirasi

Masyarakat Madani

Vol. 001, No. 001

PP. 10-21

ABSTRACT

Introduction: Hypertension is a health problem in the world. Complications have a major impact on the quality of daily life, including in life. Maximizing blood pressure control has become a benchmark for improving overall health. In addition to pharmacological treatment, non-pharmacological treatment such as dietary regulation plays a very important role in controlling blood pressure. Many food constituents such as potassium, sodium, magnesium, and potassium have been thoroughly studied in recent times. Meanwhile, of all the nutrients it has been shown to clearly recommend it and some things remain and continue to be studied. Dietary modification is often debated with patients which can then provide considerable benefits for controlling blood pressure. Hypertension or high blood pressure is a scourge that continues to heat up and becomes a major problem and priority in this country and around the world, because in the long term chronic elevated blood pressure will increase the risk of cardiovascular and renovascular complications. and cerebrovascular. The analysis of Kearney et al, shows that this increase in the incidence of hypertension is not uncommon.

Objective: The purpose of health promotion is to control, prevent, and treat hypertension as well as provide broad insight to families in the community about hypertension.

Methods: The counseling method used is a direct approach method through education and interviews as well as screening a short video about hypertension.

Result: Participants are able to answer all the questions that have been prepared by the counseling team.

Conclusion: The conclusion from the counseling results ended well with evidence of increased knowledge of participants who were given counselling.

Keywords: Hipertensi, Knowledge, Pencegahan

Pendahuluan

Hipertensi hingga saat ini masih menjadi penyakit pembunuh nomor satu di Negara Indonesia (Subrata & Wulandari, 2020). Hipertensi dapat diartikan sebagai peningkatan tekanan darah 140 mmHg dan peningkatan tensi darah diastolik sampai 90 mmHg. Hipertensi adalah penyakit yang sangat umum atau banyak dalam praktek medis utama, sederhananya hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan keadaan tekanan darah meningkat di atas batas normal (Uswandari, 2017). Menurut National Heart, Lung, and Blood Institute (NHLB), sepertiga pasien menderita tekanan darah tinggi. Hipertensi juga merupakan faktor risiko serangan jantung, stroke, gagal ginjal akut serta kematian (Yakin et al., 2021). Penyakit Hipertensi merupakan suatu ancaman bagi kesehatan manusia di dunia (Setiawan, Suhandha, Sopatilah, et al., 2018)

Di Indonesia, masalah tekanan darah tinggi meningkat. Dari hasil tinjauan kesehatan keluarga tahun 2001 membuktikan 8,3% penduduk mengidap hipertensi, di tahun 2004 meningkat menjadi 27,5%. Insiden hipertensi meningkat dengan bertambahnya umur, mulai dari 15% pada orang muda hingga 60% pada orang dewasa di usia 65 tahun ke atas. Di Indonesia, angka kejadian hipertensi pada anak dan remaja berkisar antara 3,11% hingga 4,6%. (Rahajeng & Tuminah, 2021). Perlu diketahui bahwa hipertensi dapat menyebabkan penyakit komplikasi seperti jantung koroner, Stroke, gagal ginjal, dan lain-lain (Tarwoto et al., 2018).

Adapun unsur risiko hipertensi dibagi menjadi dua faktor ireversibel yaitu usia, jenis genetik, kelamin, serta turunan atau ras. Faktor pemicu tekanan darah tinggi juga dapat dibagi menjadi unsur yang sulit bahkan tidak terkontrol (seperti usia, genetik, dan jenis kelamin,) serta unsur yang bisa dikontrol (seperti obesitas, mengurangi kegiatan merokok, olahraga, konsumsi alkohol, serta asupan natrium atau garam) (Saing, 2016)

Priority utama pelayanan medis, meskipun diketahui resiko negatifnya cukup besar, antara lain stroke pada otak, jantung koroner hingga kardiovaskular dan otot jantung menurut (Sesrianty et al., 2020).

Penelitian telah menunjukkan bahwa risiko hipertensi ini tinggi seiring bertambahnya usia. Wanita memiliki risiko lebih tinggi terkena hipertensi dibandingkan pria, yang berkaitan erat dengan manajemen stres dan spesifisitas karakter pada masing-masing Gender (Setiawan, Suhandha, Rosliati, et al., 2018). Maka dari itu pentingnya dan perlunya edukasi kesehatan yang cukup bagi masyarakat terkait penyakit hipertensi tersebut.

Pendidikan kesehatan yakni kegiatan pendidikan yang dijalankan dengan cara menyebarkan pesan luas tentang kesehatan, kemudian menanamkan rasa percaya diri, agar masyarakat menyadari, tahu dan paham, namun juga mau dan mampu membuat rekomendasi terkait kesehatan. Edukasi kesehatan dasarnya merupakan suatu upaya untuk menyebarkan pesan kesehatan ke masyarakat luas, suatu kelompok, atau individu agar mereka dapat mendapatkan pengetahuan terkait kesehatan yang beresiko menjadi dampak pada perubahan perilaku (Nurhidayat et al., 2021).

Tujuan

Mengontrol, mencegah, dan menanggulangi hipertensi serta memberikan wawasan luas kepada keluarga di masyarakat

Metode

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat yang dilaksanakan merupakan kerjasama Team kelompok Mahasiswa D3 Keperawatan Tingkat II Stikes Muhammadiyah Ciamis. Kegiatan perencanaan diawali dengan analisis situasi dan mencari target subjek penyuluhan. Setelah dilakukan pembentukan anggota kelompok dan struktur personel kegiatan kemudian segera dilakukan studi pendahuluan untuk menentukan waktu, tempat dan topik yang tepat sesuai dengan kebutuhan keluarga setempat. Koordinasi intensi dilakukan dengan kepala RT setempat guna memohon perizinan untuk mencari target subjek penyuluhan kepada keluarga setempat, hal tersebut bertujuan agar rangkaian kegiatan dapat tersampaikan secara sah. Kegiatan dilaksanakan di salah satu perumahan Imba Negara Raya, Banagara, ciamis, pada tanggal 07 November 2021 mulai pukul 10.30 – 12.30. Jumlah panitia yang terlibat adalah lima orang yang merupakan Mahasiswa D3 Keperawatan tingkat II STIKes Muhammadiyah Ciamis. Pengamat dan narasumber adalah anggota tim pengabdian masyarakat. Peserta yang mengikuti penyuluhan sebanyak 1 orang Mewakili sejumlah keluarga.

Penyuluhan dilakukan dengan mengacu pada Unit Program Penyuluhan (SAP) yang telah disiapkan, yaitu:

Pembukaan

Mengucapkan salam.

Pengantar

Moderator memperkenalkan diri dan membacakan curriculum vitae narasumber.

Evaluasi Pra-Implementasi

Evaluasi pada bagian ini bertujuan untuk menggali pengetahuan peserta tentang topik yang akan diangkat meliputi pengertian Hipertensi, Penyebab, Dampak, Tanda dan gejala, Penanganan dan pencegahan. Metode yang digunakan adalah tanya jawab langsung antara informan dan Narasumber

Materi utama

Metode yang digunakan untuk menyampaikan materi adalah Presentasi secara langsung dan Tanya jawab dengan peserta. Bahan utama yang disajikan adalah meliputi pengertian Hipertensi, Penyebab, Dampak, Tanda dan gejala, Penanganan dan pencegahan.

Diskusi

Setelah materi utama disampaikan, moderator membuka kesempatan kepada peserta untuk bercerita tentang riwayat penyakit yang pernah dialami oleh keluarganya dan mengajukan pertanyaan tentang materi yang masih memerlukan penjelasan.

Evaluasi pasca implementasi

Evaluasi Pasca Pelaksanaan bertujuan untuk menggali pengetahuan peserta setelah penyuluhan diberikan. Pada tahap pertama, Panitia menanyakan beberapa pertanyaan yang telah disiapkan untuk dijawab Oleh peserta. Sedangkan pada tahap kedua, Panitia memberik kesempatan peserta untuk menjawab pertanyaan.

Hasil dan Penutupan

Moderator menyampaikan kesimpulan dari seluruh rangkaian acara dan ditutup dengan doa dan salam penutup. Tahap terakhir adalah evaluasi. Semua tim yang terlibat dalam kegiatan penjangkauan melakukan evaluasi berdasarkan pada indikator dan kriteria hasil yang tercantum dalam SAP. Daftar periksa atau lembar evaluasi disiapkan oleh pengamat untuk mengendalikan rangkaian kegiatan penyuluhan sehingga catatan evaluasi akan dibahas dalam kegiatan evaluasi.

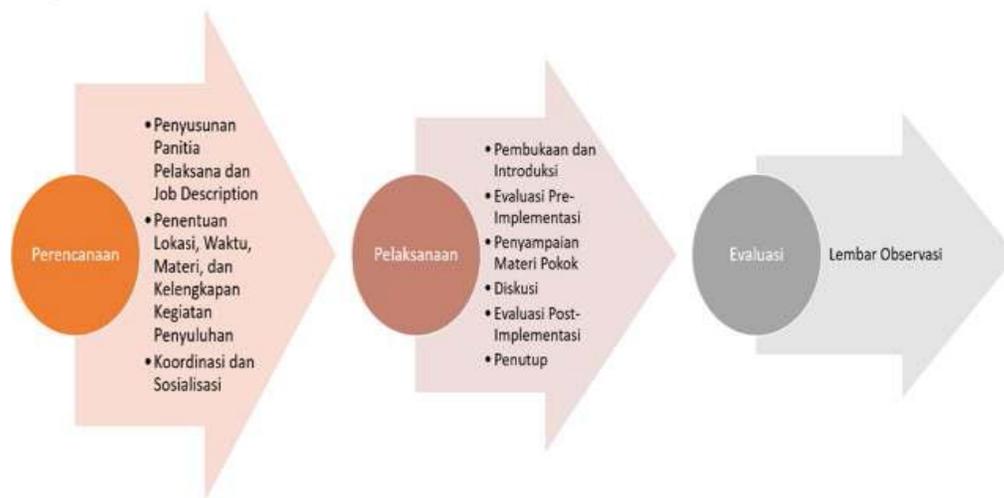


Figure 1. Conceptual Framework for Extension Activities

Hasil dan Pembahasan

Hasil evaluasi menunjukkan kegiatan telah dilaksanakan sesuai dengan indikator dan kriteria hasil pada instrumen Lembar Evaluasi dengan baik . Lembar Evaluasi didasarkan pada lima Hal, yaitu Ketepatan Waktu dan Durasi, Partisipasi, Pengetahuan, Pekerjaan Deskripsi dan Pemecahan Masalah (Firmansyah et al., 2020). Lembar evaluasi diisi oleh seluruh anggota kelompok.

Ketepatan waktu dan Durasi

Ketepatan waktu dan durasi merupakan salah satu Hal penting dalam mengukur keberhasilan suatu Kejadian (Firmansyah et al., 2019). Bahkan, dalam beberapa aktivitas besar dan penting,. Kegiatan penyuluhan dilakukan selama 70 menit dari waktu yang telah direncanakan dengan rincian detail nya dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Evaluation of Timeliness and Duration

Indicator	Time line	Plot	Evaluasi	Skala Likert
Salam dan perkenalan	10.30-10.45	15	0 10.30-10.45	4
Evaluasi pre implementasi	10.45-11.00	15	-10 10.45-10.50	4
Materi utama	11.00-11.45	45	-10 10.50-11.35	4
Diskusi	11.45-12.00	15	-10 11.35-11.50	4
Evaluasi pasca implementasi	12.00-12.15	15	-15 11.50-12.00	4
Hasil dan Penutupan	12.15-12.30	15	-5 12.00-12.25	4
	TOTAL DURASI	120	70	4
	Total point			24

Tabel 1 menunjukkan bahwa total plot durasi yang direncanakan untuk kegiatan penyuluhan adalah 120 menit. Namun dalam prakteknya kegiatan tersebut selesai dalam waktu 70 menit. Jadi, secara umum bisa disimpulkan bahwa kegiatan penyuluhan cukup tepat waktu dengan total 24 poin. Walaupun kegiatan penyuluhan lebih cepat dari target yang telah ditentukan, kecepatan dan kelebihan durasi dalam setiap sesi masih dalam kisaran yang wajar. selisih durasi paling sedikit dari target terjadi selama sesi hasil dan penutupan (-5 menit) karena acara berjalan dengan lancar.

Partisipasi

Tujuan dari Partisipasi adalah keberhasilan atau pencapaian suatu sasaran. Hadir secara fisik di kegiatan, secara psikologis memberikan umpan balik yang baik pada seluruh rangkaian kegiatan. Nilai partisipasi diukur berdasarkan Kesiapan dan tanggapan dari peserta selama kegiatan bersedia mengikuti kegiatan dari mulai hingga berakhir secara sukarela dengan mewakili sejumlah keluarga.

Table 2. Participation Evaluation

Indikator	Target	Partisipan	Point	Skala Likert
Jumlah kehadiran	1	1	100%	4
Pre-Implementation Evaluation Feedback	1	1	100%	4
Feedback Discussion	1	1	100%	4
Post-Implementation Evaluation Feedback	1	1	100%	4
TOTAL	1	1	100%	4

Parameters:

- 1 : No Participate with poin of participate < 25%*
- 2 : Less Participate with poin of participate 26% - 50%*
- 3 : Quite Participate with poin of participate 50% - 75%*
- 4 : High Participate with poin of participate > 75%*

Metrik yang paling terlibat mendapatkan 100% poin di semua sesi. Hal ini menunjukkan bahwa antusiasme untuk menjawab semua pertanyaan yang diajukan oleh narasumber kepada peserta cukup tinggi. Kesimpulan ini diperkuat dengan menyatakan bahwa bertanya dan berdiskusi dalam pembelajaran merupakan strategi untuk meningkatkan motivasi (Kubischta, 2014). Peserta sangat antusias mengikuti kegiatan dari awal sampai akhir sesi tanya jawab. Maka dari itu, waktu perlu pertimbangan untuk dalam rangka perluasan kegiatan pengabdian kepada masyarakat baik berupa konsultasi maupun pendidikan kesehatan. Bagan waktu dan durasi sesi diskusi dapat diatur selama persiapan SAP untuk membuat pengaturan waktu menjadi efektif dan efisien. Sehingga semua peserta yang termotivasi untuk berpartisipasi aktif dalam pertemuan diskusi dapat mengakomodasi (Fitria & Sudiarti, 2021).

Pengetahuan

Pengetahuan merupakan rangkaian kegiatan belajar yang mencari penjelasan, atau metode untuk memperoleh pemahaman empiris dan rasional tentang dunia dalam segala aspek termasuk kesehatan. Promosi kesehatan dengan konsultasi merupakan salah satu kegiatan yang dapat diamati untuk menjadi pengetahuan baru atau untuk memperkuat dan memperjelas pengetahuan lama. Oleh karena itu, indikator penting yang harus dicantumkan dalam formulir evaluasi adalah status pengetahuan peserta (Roring et al., 2020). Hasil observasi yang didokumentasikan dalam lembar evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta. Evaluasi Pra-Pelaksanaan menunjukkan bahwa peserta yang memberikan tanggapan atas pertanyaan yang diberikan, dapat menjawab pertanyaan dengan benar. Namun, setelah pendidikan kesehatan dan memberikan umpan balik menjawab dengan benar. Hal ini menunjukkan perubahan status pengetahuan, sebelum dan sesudah penyuluhan dilakukan.

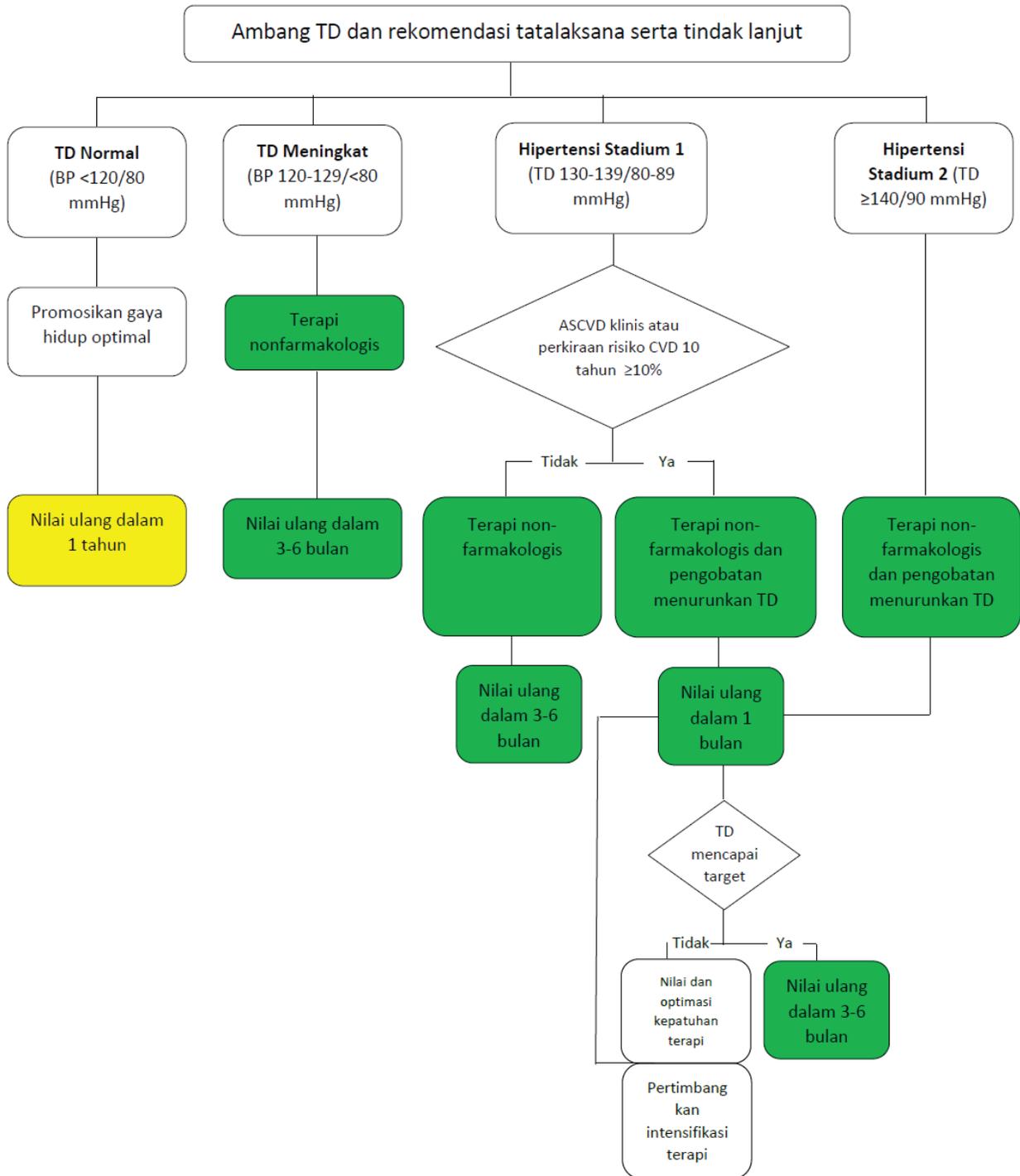
Untuk menambah kualitas kesehatan masyarakat, perawat harus memiliki posisi penting dalam melaksanakan upaya bantuan kepada masyarakat dengan melakukan preventif, promotif, rehabilitatif dan kuratif, preventif merupakan yakni cara untuk pencegahan penyakit yang dapat menurunkan tingkatan kesehatan yang ada dimasyarakat, promotif merupakan cara untuk menambah wawasan serta pengetahuan pada masyarakat tentang suatu penyakit sehingga dapat menaikkan motivasi maupun keinginan untuk pencegahan penyakit tersebut Tindakan promotif berasosiasi kuat dengan proses perubahan kepribadian pada masyarakat dalam menambah tingkatan atau strata kesehatan (Setiawan, Suhanda, Rosliati, et al., 2018).

Mengubah pola kepribadian masyarakat merupakan situasi cukup sulit, memerlukan jangka yang lumayan lama untuk menyampaikan kephahaman terhadap suatu penyakit sampai tumbuh kesadaran untuk mencegahnya sejak dari dini (Malik et al., 2021). Banyak penyakit muncul diakibatkan oleh perilaku masyarakat yang kurang sehat, atau pola hidup yang tidak sehat, diantaranya penyakit hipertensi.

(Raksha Goyal & Nandini Sarwate, 2014). menyatakan bahwa dari pola dan kebiasaan yang kurang baik seperti mengkonsumsi makanan berlemak dan berkolesterol dapat beresiko menumpuknya plak di jantung dan pembuluh darah, mengakibatkan kelenturan pembuluh darah berkurang. pasien hipertensi yang tidak memiliki riwayat hipertensi di keluarganya penyebab umumnya karena hal tersebut.

Kepatuhan dalam melakukan terapi atau treatment terhadap penderita hipertensi diperlukan. Pengidap hipertensi diharuskan untuk memperhatikan secara bersekala tekanan darah atau rajin mengontrol dan mengonsumsi atau memakan obat yang telah ditetapkan oleh resep medis untuk mempertahankan tekanan darah yang optimal tercapai (i gede purnawadi, 2020).

Taktik Solusi yang dikembangkan dalam mengobati hipertensi yakni menganjurkan treatment kombinasi, SPC (single pill combination) terapi untuk meningkatkan kepatuhan, dan penggunaan single pill combination sebagai treatment awal mayoritas pengidap hipertensi, kecuali pada usia lanjut dan tekanan darah normal sampai tinggi. Treatment kombinasi awal lebih efisien dari monoterapi dosis maksimum (Adrian, 2019).



Gambar 3. Ambang batas tensi darah dan rekomendasi untuk tatalaksana dan tindakan lanjut.

Uraian Tugas

Deskripsi pekerjaan mencoba mengontrol peran setiap orang yang terlibat dalam aktivitas tersebut. Deskripsi pekerjaan dan fungsi setiap orang menjadi lebih terorganisir untuk mendukung kesuksesan acara (Ariyanto et al., 2021). Promosi kesehatan yang dilakukan melibatkan mahasiswa yang mampu, sehingga semua kegiatan yang dilakukan hanya diukur dari apakah ada masalah penting yang muncul selama ini, siapa yang akan menangani masalah tersebut, dan bagaimana cara mengatasinya (Widianti et al., 2021). Poin ini menjadi salah satu indikator keberhasilan acara. Namun, semua kegiatan didasarkan pada tujuan, sehingga indikator yang ditetapkan cukup untuk pendidikan kesehatan (Nurhidayat et al., 2021) .

Penyelesaian masalah

Di dalam suatu kegiatan, potensi kesalahan dan risiko tidak dapat dihindari. Namun, persiapan yang matang diperlukan untuk memprediksi berbagai kemungkinan yang akan terjadi untuk mengurangi peristiwa tersebut. Prediksi ini terkait dengan solusi yang disiapkan. Namun kegiatan ini dapat dilaksanakan tanpa kendala dan hambatan (Nurhidayat et al., 2021).

Kesimpulan

Sesuai dengan hasil dari evaluasi, kegiatan Penyuluhan kesehatan untuk memenuhi Pengetahuan Keluarga atau masyarakat terkait Hipertensi telah berhasil dengan indikator Ketepatan waktu dan Durasi, Partisipasi, Pengetahuan, Deskripsi Pekerjaan dan Pemecahan Masalah. Kegiatan ini perlu didorong dan dikolaborasikan dengan semua elemen terkait seperti Kepala keluarga dan tokoh masyarakat setempat, agar kesadaran masyarakat terus meningkat seiring dengan bertambahnya tingkat pengetahuan

Ucapan Terima Kasih

Author mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dosen Henri Setiawan STIKes Muhammadiyah Ciamis yang sudah memberikan arahan serta bimbingan dalam pembuatan jurnal laporan artikel penyuluhan kesehatan ini, dan kepada semua pihak di masyarakat yang bersangkutan yang telah berpartisipasi bekerjasama.

Daftar Pustaka

1. Adrian, S. J. (2019). Diagnosis dan tatalaksana terbaru pada dewasa. *Cdk-274*, 46(3), 172–178. <http://www.cdkjournal.com/index.php/CDK/article/view/503%0A> diakses pada tanggal 28 oktober 2020
2. Ariyanto, H., Setiawan, H., & Oktavia, W. (2021). A Case Study: Murotal Distraction to Reduce Pain Level among Post-Mastectomy Patients. *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)*, 4(3), 325–331.
3. Firmansyah, A., Andriani, A., Najamuddin, N., & Setiawan, H. (2020). Relationship Of Parents Role With Social Skills Of Mental Retardation Children. *Pelita Health and Education Journal*, 1(1), 1–5.
4. Firmansyah, A., Jahidin, A., & Najamuddin, N. I. (2019). Efektivitas Penyuluhan Dengan Menggunakan Media Leaflet Dan Video Bahasa Daerah Terhadap Pengetahuan Bahaya Rokok Pada Remaja. *Bina Generasi: Jurnal Kesehatan*, 11(1), 80–86.

5. Fitria, F., & Sudiarti, T. (2021). Pengaruh Penyuluhan terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi dan Kesehatan pada Ibu Balita di Mampang, Depok. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 2(1), 9. <https://doi.org/10.52742/jgkp.v2i1.10329>
6. I Gede Purnawadi. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Minum Obat Pasien Hipertensi. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 6(7), 35–41.
7. Kubischta, F. (2014). *Engagement and Motivation: Questioning students on study- motivation, engagement and study strategies.* 70. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/78341/Kubischta Frauke Final.pdf?sequence=1](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/78341/Kubischta_Frauke_Final.pdf?sequence=1)
8. Malik, A. A. A., Malik, A. A., Padilah, N. S., Firdaus, F. A., & Setiawan, H. (2021). Warm Compress on Lowering Body Temperature Among Hyperthermia Patients: A Literature Review. *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)*, 4(3), 344–355.
9. Nurhidayat, N., Suhanda, S., Setiawan, D., Ariyanto, H., & Setiawan, H. (2021). Health Promotion with Counseling on Fulfilling Balanced Nutritional Needs for Community Groups in Pandemic Covid-19 Outbreak. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 853–860.
10. Rahajeng, E., & Tuminah, S. (2021). Prevalensi Hipertensi dan Determinannya di Indonesia Prevalensi Hipertensi dan Determinannya di Indonesia. *Pusat Penelitian Biomedis Dan Farmasi Badan Penelitian Kesehatan Departemen Kesehatan RI, Jakarta Abstrak:*, 1, 10–22.
11. Raksha Goyal, & Nandini Sarwate. (2014). a Correlative Study of Hypertension With Lipid Profile. *IMPACT: International Journal of Research in Applied, Natural and Social Sciences (IMPACT: IJRANSS)*, 2(2), 143–150. <http://www.impactjournals.us/journals.php?id=14&jtype=2&page=7>
12. Roring, N. M., Posangi, J., & Manampiring, A. E. (2020). Hubungan antara pengetahuan gizi, aktivitas fisik, dan intensitas olahraga dengan status gizi. *Jurnal Biomedik : Jbm*, 12(2), 110–116. <https://doi.org/10.35790/jbm.12.2.2020.29442>
13. Saing, J. H. (2016). Hipertensi pada Remaja. *Sari Pediatri*, 6(4), 159. <https://doi.org/10.14238/sp6.4.2005.159-65>
14. Sesrianty, V., Amalia, E., Fradisa, L., & Arif, M. (2020). Pemberian Edukasi Tentang Pencegahan Hipertensi Di Posyandu Lansia Cendrawasih Bukittinggi. *Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis*, 1(2), 50–54.
15. Setiawan, H., Suhanda, S., Rosliati, E., Firmansyah, A., & Fitriani, A. (2018). Promosi Kesehatan Pencegahan Hipertensi Sejak Dini. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 41–45. <https://doi.org/10.35568/abdimas.v1i2.328>
16. Setiawan, H., Suhanda, S., Sopatilah, E., Rahmat, G., Wijaya, D. D., & Ariyanto, H. (2018). Hubungan tingkat pengetahuan dengan kecemasan penderita diabetes mellitus. *Proceeding of The URECOL*, 241–248.
17. Subrata, A. H., & Wulandari, D. (2020). Hubungan Stres dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Usia Produktif. *STETHOSCOPE*, 1(1).
18. Tarwoto, T., Mumpuni, M., & Widagdo, W. (2018). Pengaruh Konsumsi Air Kelapa Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Quality: Jurnal Kesehatan*, 12(1), 1–7.
19. Uswandari, B. D. (2017). Hubungan Antara Kecemasan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werda. *Skripsi. Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
20. Widianti, W., Andriani, D., Firdaus, F. A., & Setiawan, H. (2021). Range of Motion Exercise to

Improve Muscle Strength among Stroke Patients: A Literature Review. *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)*, 4(3), 332–343.

21. Yakin, A., Chotimah, I., & Dwimawati, E. (2021). Gambaran Pelaksanaan Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) Pasien Hipertensi Di Puskesmas Mekar Wangi Kota Bogor Tahun 2020. *Promotor*, 4(4), 295. <https://doi.org/10.32832/pro.v4i4.5597>

Lampiran

