



PENGARUH PEMBERIAN TRAJA NAMROT (TEH RAMBUT JAGUNG DAN MUROTAL SURAH AR-RAHMAN) TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTESI DI WILAYAH PUSKESMAS TURI LAMONGAN

The Effect of Giving Corn Silk Tea and Murrotal Surah Ar-Rahman on Blood Pressure in Hypertension Patients in The Turi Lamongan Health Center Area

Auni Amalia, Virgianti Nur Faridah, Rizky Asta Pramestirini

Prodi Sarjana Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan

Riwayat artikel

Diajukan: 18 Mei 2024

Diterima: 26 Juli 2024

Penulis Korespondensi:

- Rizky Asta Pramestirini
- Universitas Muhammadiyah Lamongan

e-mail:

rizkyastapramestirini@gmail.com

Kata Kunci:

Murottal Surah Ar-Rahman, hipertensi, the rambut jagung, tekanan darah

Abstrak

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan suatu keadaan dimana terjadinya peningkatan tekanan darah yang tidak normal dalam pembuluh darah arteri dan terjadi secara terus menerus. Penatalaksanaannya dapat dilakukan dengan terapi farmakologis dan terapi non farmakologi yaitu kombinasi terapi TRAJA NAMROT selama 7 hari. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh terapi TRAJA NAMROT terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi. Penelitian ini menggunakan desain pre eksperimental dengan pendekatan *One Group Pre-Post Test Design*, sampel sebanyak 38 penderita didapatkan dengan teknik *Purposive Sampling*. Instrumen dalam penelitian ini yaitu lembar observasi pengukuran tekanan darah menggunakan *sphygmomanometer* digital. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil penelitian sebelum diberikan terapi TRAJA NAMROT menunjukkan tekanan darah sebelum diberikan terapi TRAJA NAMROT nilai rata-rata sistolik 159.35 mmHg dan diastolik 100.50 mmHg, kemudian setelah diberikan terapi TRAJA NAMROT nilai rata-rata sistolik 143.75 mmHg dan diastolik 89.83 mmHg. Dan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh nilai signifikan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang artinya ada pengaruh terapi TRAJA NAMROT terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi. Pada terapi TRAJA NAMROT terjadi karena peranan rebusan rambut jagung yang mengandung flavonoid terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi, dan diberikan murottal surah Ar-Rahman yang dapat membuat rileks/tenang terhadap penderitanya saat mendengarkan.

Abstract

Hypertension or high blood pressure is a condition in which there is an abnormal increase in blood pressure in arterial blood vessels and occurs continuously. It can be managed with pharmacological therapy and non-pharmacological therapy, such as a combination of corn silk tea and murrotal surah Ar-Rahman TRAJA NAMROT therapy for 7 days. The purpose of this study was to determine the effect of corn silk tea and murrotal surah Ar-Rahman TRAJA NAMROT therapy on blood pressure in patients with hypertension. This study used a pre-experimental design with a One group pre-posttest design approach. A sample of 38 patients was obtained by purposive sampling technique. The instrument in this study was an observation sheet for blood pressure measurement using a digital sphygmomanometer. The data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test. The results indicated that before being given the TRAJA NAMROT therapy, the average systolic blood pressure value was 159.35 mmHg, and diastolic value was 100.50 mmHg. After being given the TRAJA NAMROT therapy, the average systolic value was 143.75 mmHg and diastolic value was 89.83 mmHg. The Wilcoxon Signed Rank Test obtained a significant value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$), meaning that there was an effect of corn silk tea and murrotal surah Ar-Rahman (TRAJA NAMROT) therapy on blood pressure in hypertensive patients. In TRAJA NAMROT therapy, the role of boiled corn silk containing flavonoids plays a role in reducing blood pressure in hypertensive patients, and murottal of Surah Ar-Rahman is given which can relax/calm the sufferer when listening.

PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan suatu keadaan dimana terjadinya peningkatan tekanan darah yang tidak normal dalam pembuluh darah arteri dan terjadi secara terus menerus. *Hipertensi* menjadi salah satu Penyakit Tidak Menular (PTM) yang menjadi masalah kesehatan penting di seluruh dunia karena distribusinya yang tinggi dan terus meningkat (Mutiaranti & Tahun, 2023).

Hipertensi ditandai dengan peningkatan tekanan darah secara kronis dengan nilai tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik >90 mmHg. Tekanan atas (sistolik) merupakan kondisi yang menunjukkan tekanan ke atas pembuluh arteri pada saat jantung berdetak atau berdenyut, sedangkan tekanan bawah (diastolik) merupakan suatu kondisi pada tekanan saat jantung beristirahat sejenak sebelum kembali memompa. Peningkatan tekanan darah dapat terjadi karena jantung bekerja keras memompa darah untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi didalam tubuh (Husni et al., 2022).

Menurut *World Health Organisation* (WHO) tahun (2018), menyebutkan bahwa jumlah penderita *Hipertensi* akan terus meningkat dengan penduduk yang bertambah pada tahun 2025 mendatang diperkirakan sekitar 29% warga dunia terkena *Hipertensi*. WHO tahun 2018 menyebutkan negara ekonomi berkembang memiliki penderita *Hipertensi* sebanyak 40% sedangkan di negara maju hanya 35%, kawasan Afrika berada di posisi paling tinggi penderita *Hipertensi*, yakni sebesar 40% Kawasan Amerika sebanyak 35% dan Asia Tenggara 36%. Kawasan Asia penyakit ini membunuh 1,5 juta orang di setiap tahunnya. Hal ini menandakan satu dari tiga orang mengalami *Hipertensi*, sedangkan di Indonesia cukup tinggi yaitu mencapai 32% dari total jumlah penduduk (Putra et al., 2021).

Ada pula estimasi jumlah kasus *hipertensi* di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, dan angka kematian akibat *hipertensi* sendiri sebesar 427.218 kematian. *Hipertensi* pada kelompok umur 31-34 tahun 31,6%, umur 45- 54 tahun 45,3%, dan umur 55-64 tahun 55,2%. Dari prevalensi *hipertensi* sebesar 8,8% terdiagnosis *hipertensi* tidak minum obat 32% serta tidak rutin minum obat. Hal ini menunjukkan sebagian besar penderita *hipertensi* tidak mengetahui bahwa dirinya *hipertensi* sehingga tidak mendapatkan pengobatan (Riskesdas, 2018).

Tingkat angka kejadian penyakit *hipertensi* di Provinsi Jawa Timur itu sekitar 36,3% atau 11.008.334 penduduk, dengan proporsi perempuan sebesar 51,17% dan proporsi laki-laki sebesar 48,83%. Dari jumlah tersebut, penderita *hipertensi* yang mendapatkan pelayanan kesehatan sebesar 35,60% atau 3.919.489 penduduk. Di Kabupaten Lamongan sendiri penyakit tekanan darah tinggi merupakan penyakit terbanyak nomor 4 di Lamongan yaitu 15,44% (1.300.987 penduduk), dan terus mengalami peningkatan secara signifikansi (Dinkes Jatim, 2021).

Berdasarkan data survei awal yang ada di wilayah Puskesmas Turi tepatnya di Desa Sukoanyar Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan pada tanggal 02 November 2023 bahwa rata-rata pasien *hipertensi* berusia 45-65 tahun dengan rata-rata tekanan darah sistolik 150-200 mmHg dan tekanan diastolik 90-100 mmHg. Dari 10 pasien yang diobservasi 3 (30%) mengalami *pra-hipertensi*, 4 (40%) mengalami *hipertensi* stadium I, 2 (20%) mengalami *hipertensi* stadium II, 1 (10%) mengalami *hipertensi* stadium III.

Hipertensi disebabkan oleh peningkatan dari curah jantung dan atau resistensi perifer melalui berbagai faktor yang mempengaruhi kondisi ini. Faktor faktor predisposisi ini termasuk genetika, aktivitas sistem saraf simpatis, mekanisme gangguan fungsi ginjal seperti asupan natrium berlebih dan peningkatan tekanan natriuresis, mekanisme vaskular seperti disfungsi sel endotel dan jalur oksida nitrat, mekanisme hormonal seperti sistem renin-angiotensin-aldosteron (RAAS), obesitas terutama obesitas sentral, *obstructive sleep apnea* (OSA), resistensi insulin dan sindrom metabolik; asam urat; vitamin D, perbedaan gender, faktor ras, etnis, dan lingkungan, peningkatan gaya ejeksi ventrikel kiri dan *hipertensi* dan hubungannya dengan peningkatan aktivitas simpatis basal koneksi kortika (Saxena et al., 2021).

Pengobatan *hipertensi* dapat dilakukan secara farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan farmakologis pada *hipertensi* dapat dilakukan dengan pemberian obat-obatan. Sedangkan secara non farmakologi dapat menggunakan bahan –bahan alami. Salah satu pengobatan non farmakologis adalah melalui terapi herbal yang memiliki bermacam-macam keuntungan bagi yang mengkonsumsinya, diantaranya harganya lebih terjangkau, mudah diperoleh, tidak menimbulkan efek samping, meningkatkan daya tahan tubuh karena mengandung banyak vitamin yang berguna bagi kesehatan. Penggunaan obat herbal alami dengan formulasi yang tepat sangat penting dan tentunya lebih aman dan efektif (Rizka Febtrina, 2018).

Salah satu bahan yang mengandung antioksidan adalah rambut jagung (*Zea mays L*). Kandungan yang terdapat pada rambut jagung (*Zea mays L*) dapat memberikan efek fisiologis, seperti mengobati dan mencegah darah tinggi, diabetes, risiko gagal ginjal, risiko infeksi saluran kemih, meluruhkan batu empedu dan meredakan panas dalam. Ekstrak air dan metanol dari rambut jagung (*Zea mays L*) mengandung tanin, fenol, flavonoid, saponin, alkaloid, glikosida dan terpenoid. Pada rambut jagung (*Zea mays L*) terkandung senyawa antioksidan, seperti quercetin, myricetin, apigenin, kaempferol, rutin dan luteolin (Salsabila et al., 2021).

Selain itu, untuk mencapai hasil yang maksimal diperlukan pengobatan secara non farmakologis yang dapat dilakukan dengan terapi relaksasi yang bisa mencegah stress pada diri manusia dengan menurunkan denyut jantung dan tekanan darah serta memberikan rasa tenang. Terapi rileksasi dalam mengatasi stress secara islami dapat dilakukan dengan menggunakan terapi murottal surah Ar-Rahman. Lantunan Al-Qur'an berpengaruh pada sitem anatomi fisiologi manusia, dimana mereka dapat merasakan perubahan fisiologis yang sangat besar (Susilawati, 2019).

Berdasarkan uraian di latar belakang di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Pemberian TRAJA NAMROT (Teh Rambut Jagung dan murottal surah ar-Rahman) Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Turi Lamongan”.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan jenis penelitiannya adalah pre-eksperimental dengan menggunakan rancangan *one-group pre-test* dan *post-test design* dimana desain ini tidak ada kelompok perbandingan (kontrol). Kelompok subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi dan setelah intervensi. Waktu, pengambilan data dan tempat penelitian yang dilakukan di Desa Sukoanyar Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan pada bulan januari 2024 sampai bulan Februari 2024. Sedangkan survei awal dan pengambilan data dilakukan di Puskesmas Turi pada bulan November 2023.

Populasi yang digunakan seluruh pasien yang mengalami *hipertensi* di Desa Sukoanyar Kecamatan Turi Lamongan yang berjumlah 50 pasien. Sampel: Sebagian pasien yang mengalami *hipertensi* di Desa Sukoanyar Kecamatan Turi Lamongan yang berjumlah sebanyak 48 orang yang memenuhi kriteria inklusi, Penentuan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Pada penelitian ini uji normalitas data menggunakan uji shapiro wilk karena jumlah responden < 50 orang.

Hasil uji didapatkan $P < 0,05$ yang artinya data berdistribusi tidak normal maka pemilihan uji hipotesis pada penelitian ini yaitu menggunakan uji Wilcoxon dengan nilai signifikansi $P \leq 0,05$. Pada penelitian ini didapatkan hasil distribusi data signifikan (P Value = 0,000) yang artinya ada pengaruh terapi kombinasi TRAJA NAMROT (teh rambut jagung dan murottal surah Ar-Rahman) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah puskesmas Turi Lamongan.

HASIL PENELITIAN

Data Umum

1). Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Secara geografis di Puskesmas Turi Lamongan Merupakan Wilayah Lamongan Kabupaten Lamongan. Di alamat Jl. Raya Talun, Wudi, Sukoanyar, Kec. Turi, Kabupaten Lamongan, Jawa Timur 62252 Kabupaten Lamongan. Dibatasi dengan desa-desa sebagai berikut: sebelah utara Desa Wangunrejo, sebelah selatan Desa Karanglangit, sebelah barat Desa Kedangean, sebelah timur Desa Sukorejo. Jarak tempuh Desa Sukoanyar ke Kecamatan adalah 3 km, yang dapat ditempuh dengan waktu sekitar 15 menit. Sedangkan jarak tempuh ke Kabupaten 21 km, yang dapat ditempuh dengan waktu sekitar 30 menit. Daerah ini mudah dijangkau dengan alat transportasi roda 2 maupun roda 4 karena kondisi jalan yang memadai. Dan secara umum mata pencarian warga sekitar mayoritas petani, wiraswasta, dan ibu rumah tangga.

2). Karakteristik Responden

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Pasien Hipertensi di Wilayah Puskesmas Turi Lamongan

No	Karakteristik	F	%
1.	Usia		
	26–35 tahun	13	27,1
	36–45 tahun	35	72,9
2.	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	17	35,4
	Perempuan	31	64,6
3.	Pekerjaan		
	Petani/Nelayan	9	18,8
	Wiraswasta	11	22,9
	PNS	2	4,2
	TNI/Polri	0	0
	Lain-lain	26	54,2
4.	Riwayat Pendidikan		
	SD	21	43,8
	SMP	8	16,7
	SMA	14	29,2
	Perguruan Tinggi	5	10,4
	Tidak sekolah	0	0
Total		48	100

Tabel 1 di atas menunjukkan bahwa karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin, pekerjaan, dan riwayat pendidikan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan umur terbanyak 36-45 tahun, yaitu sebanyak 35 orang (72,9%). Jenis kelamin lebih banyak perempuan, yaitu sebanyak 31 orang (64,6%). Berdasarkan pekerjaan lebih banyak lain-lain (IRT), yaitu sebanyak 26 orang (54,2%), Dan riwayat pendidikan lebih banyak tingkat pendidikan SD, yaitu sebanyak 21 orang (43,8%).

Data Khusus

1) Tekanan darah sebelum pemberian TRAJA NAMROT (teh rambut jagung dan murotal surah Ar-Rahman).

Tabel 2 Distribusi Tekanan Darah Pasien Hipertensi Sebelum Pemberian TRAJA NAMROT (teh rambut jagung dan murotal surah Ar-Rahman) di Wilayah Puskesmas Turi Lamongan.

Tekanan Darah	PRE TEST			
	Sistolik		Diastolik	
	F	%	F	%
Normal	0	0	0	0
Prehipertensi	0	0	0	0
Hipertensi tahap 1	25	52,1	25	52,1
Hipertensi tahap 2	23	47,9	23	47,9
Total	48	100	48	100

Berdasarkan tabel 2 di atas menunjukkan bahwa sebelum Pemberian TRAJA NAMROT (teh rambut jagung dan murotal surah Ar-Rahman) sebagian besar pasien mengalami hipertensi pada hipertensi tahap 1 sebanyak 25 responden (52,1%), dan hampir sebagian pasien yang mengalami hipertensi tahap 2 sebanyak 23 responden (47,9%).

2) Tekanan darah setelah pemberian TRAJA NAMROT (teh rambut jagung dan murotal surah Ar-Rahman).

Tabel 3 Distribusi Tekanan Darah Pasien Hipertensi Setelah Pemberian TRAJA NAMROT (teh rambut jagung dan murotal surah Ar-Rahman) di Wilayah Puskesmas Turi Lamongan.

Tekanan Darah	POST TEST			
	Sistolik		Diastolik	
	F	%	F	%
Normal	3	6,3	3	6,3
Prehipertensi	15	31,3	15	31,3
Hipertensi tahap 1	27	56,3	27	56,3
Hipertensi tahap 2	3	6,3	3	6,3
Total	48	100	48	100

3) Pemberian TRAJA NAMROT (Teh Rambut Jagung Dan Murotal Surah Ar-Rahman) terhadap tekanan darah pada pasien *hipertensi* Di Wilayah Puskesmas Turi Lamongan.

Tabel 3 di atas menunjukkan bahwa setelah Pemberian TRAJA NAMROT (teh rambut jagung dan murotal surah Ar-Rahman) sebagian besar pasien mengalami hipertensi pada hipertensi tahap 1 sebanyak 27 responden (56,3%), pada prahipertensi sebanyak 15 responden (31,3%), kemudian hampir sebagian kecil yang mengalami hipertensi Normal yaitu sebanyak 3 responden (6,3%) dan hipertensi tahap 2 sebanyak 3 responden (6,3%).

Tabel 4: Pengaruh pemberian TRAJA NAMROT (Teh Rambut Jagung Dan Murotal Surah Ar-Rahman) terhadap tekanan darah pada pasien *hipertensi* Di Wilayah Puskesmas Turi Lamongan.

<i>Range Of Montion</i>	Min	Max	Mean	Std. Deviation	P Value
Pre Test TD Sistol	145	185	159.35	10.290	0,000
PostTest TD Sistol	115	177	143.75	14.113	
Pre Test TD Diastol	90	126	100.50	8.688	0,000
PostTest TD Diastol	80	109	89.83	6.654	

Berdasarkan Tabel 4 dapat dijelaskan bahwa tekanan darah sistol sebelum diberikan TRAJA NAMROT (Teh Rambut Jagung Dan Murotal Surah Ar-Rahman) di dapatkan nilai mean tekanan darah sistolik 159,35 mmHg dan diastolik 100,50 mmHg, dengan nilai minimum sistolik 145 mmHg dan diastolik 90 mmHg, dan nilai maximum sistolik 185 mmHg dan diastolik 126 mmHg. Setelah diberikan TRAJA NAMROT (Teh Rambut Jagung Dan Murotal Surah Ar-Rahman) nilai mean sistolik menurun menjadi 143.75 mmHg dan diastolik 89.83 mmHg, dengan nilai minimum sistol 115 mmHg dan diastolik 80 mmHg, dan maximum sistolik 177 mmHg dan diastolik 109 mmHg. Selisih mean antara pre dan post intervensi yaitu sistolik 15,6 mmHg sedangkan diastolik 10,67 mmHg. Selisih nilai rata-rata tekanan darah sistolik antara sebelum dan sesudah diberikan TRAJA NAMROT (Teh Rambut Jagung Dan Murotal Surah Ar-Rahman) adalah 15,6 mmHg dan selisih nilai rata-rata tekanan darah diastolik antara sebelum dan sesudah diberikan TRAJA NAMROT (Teh Rambut Jagung Dan Murotal Surah Ar-Rahman) adalah 10,67.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat dijelaskan bahwa sebelum diberikan Terapi Kombinasi TRAJA NAMROT (teh rambut jagung dan murotal surah Ar-Rahman) dimana sebagian besar pasien hipertensi mengalami hipertensi tahap 1 (sistolik 140-159 mmHg dan diastolik 90-99 mmHg) sebanyak (52,1%). Pada tabel usia menunjukkan sebagian besar pasien hipertensi sebanyak (72,9%) berusia 36-45 tahun. Sedangkan pada tabel jenis kelamin menunjukkan bahwa pasien hipertensi berjenis kelamin perempuan sebanyak (64,6%). Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa hipertensi lebih banyak terserang pada perempuan dibandingkan dengan laki-laki. Selain itu, dalam penelitian ini dari tabel pekerjaan menunjukkan sebagian besar pasien sebagai ibu rumah tangga (IRT) sebanyak (54,2%), Dan berdasarkan tabel pendidikan menunjukkan bahwa hampir sebagian pasien hipertensi berpendidikan SD yaitu sebanyak (43,8%). Hal tersebut kemungkinan disebabkan oleh faktor internal dan eksternal, salah satunya faktor internal meliputi usia, genetik, riwayat keluarga dan jenis kelamin.

Berdasarkan hasil penelitian sesudah diberikan terapi kombinasi TRAJA NAMROT (teh rambut jagung dan murotal surah Ar-Rahman), sebagian besar pasien hipertensi mengalami hipertensi tahap 1 sebanyak (56,3%) dan hampir sebagian kecil sebanyak (3,3%) yang mengalami hipertensi normal dan hipertensi tahap 2. Hal ini menunjukkan terdapat penurunan tekanan darah ini terjadi karena responden telah berpartisipasi dengan baik pada saat penelitian.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa didapatkan hasil ada pengaruh terapi kombinasi TRAJA NAMROT (teh rambut jagung dan murotal surah Ar-Rahman) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah puskesmas Turi Lamongan secara signifikan. Hal ini dapat dijelaskan bahwa dari 48 responden yang diteliti sebelum diberikan Terapi Kombinasi TRAJA NAMROT (teh rambut jagung dan murotal surah Ar-Rahman) pasien yang mengalami hipertensi tahap 1 sebanyak (52,1%) dan setelah diberikan Terapi Kombinasi TRAJA NAMROT (teh rambut jagung dan murotal surah Ar-Rahman) sebagian menjadi prahipertensi sebanyak (31,3%).

SIMPULAN

Penderita hipertensi yang mendapatkan terapi kombinasi TRAJA NAMROT (teh rambut jagung dan murotal surah Ar-Rahman) terhadap pengaruh dalam penurunan tekanan darah secara signifikan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi kombinasi TRAJA NAMROT (teh rambut jagung dan murotal surah Ar-Rahman) terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah puskesmas Turi Lamongan.

DAFTAR PUSTAKA

- Dinkes Jatim. 2021. Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2021. Surabaya : Dinkes Jatim.
- Husni, H., Wahyudin, E., & Kasim, H. (2022). Hubungan Tekanan Darah Sistolik dengan Kadar HbA_{1c} pada Pasien Hipertensi dan Diabetes Melitus Type 2 di RS Unhas Makassar. *Majalah Farmasi Dan Farmakologi*, 26(2), 84–87. <https://doi.org/10.20956/mff.v26i2.20482>
- Mutiaranti, R., & Tahun, O. D. (2023). Pengaruh Senam Prolanis terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia di UPT Puskesmas Jiput. *Malahayati Nursing Journal*, 5(5), 1606–1613. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i5.8459>
- Putra, A. A., Suhartiningsih, S., Yaqin, H. I., & Adawiyah, R. (2021). Pemberian Air Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Dusun Muer Wilayah Kerja Puskesmas Plampang. *PrimA: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 7(1), 30–35. <https://doi.org/10.47506/jpri.v7i1.220>
- Riskesdas. (2018). Kejadian Hipertensi. Jakarta: Indonesia.
- Rizka Febtrina, N. B. S. (2018). *Rebusan Rambut Jagung (Zea Mays L) Efektif Menurunkan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru*. 8(2).
- Salsabila, S., Sri Palupi, N., & Astawan, M. (2021). Potensi Rambut Jagung sebagai Minuman Fungsional. *Jurnal Pangan*, 30(2), 137–146. <https://doi.org/10.33964/jp.v30i2.542>
- Saxena, T., Ozefa Ali, A., & Saxena, M. (2021). Essential Hypertension: Pathophysiology & Management (Current View). *Cardiology and Cardiovascular Medicine*, 05(01), 57–60. <https://doi.org/10.26502/fccm.92920181>
- Susilawati, A. (2019). Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di PSTW Budi Luhur Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 8(2), 1–5. <https://doi.org/10.36565/jabj.v8i2.5>
- WHO. 2018. A Global Brief on Hypertension. Geneva: World Health Organization