

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS TAMALANREA JAYA MAKASSAR

Peni Lungan^{1*}, Muzakkir², Htasnita³

^{1,2,3} STIKES Nani Hasanuddin, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245
*e-mail: penulis-korespondensi: (penilungan1997@gmail.com/085343762531)

(Received: 02.03.2024; Reviewed: 07.03.2024; Accepted: 06.04.2024)

ABSTRACT

Stress is a condition in which a person experiences tension because of conditions that influence him, this condition can be obtained from within a person or from the environment outside a person. Objective: It is known that there is a relationship between stress levels and the incidence of hypertension in pregnant women at the Tamalanrea Jaya Makassar Community Health Center. This research was carried out from 10-26 July 2023 at the Tamalanrea Jaya Makassar Community Health Center. The population in this study were all patients with stress problems and hypertension at the Tamalanrea Jaya Makassar Community Health Center with a population of 91 with a sample of 47 respondents. The sampling technique is an accidental sampling technique. The instrument in this study used a questionnaire measuring stress in pregnant women. The research method in this study uses a descriptive with a cross sectional approach to identify relationships between variables. The measuring instrument used in this research uses a Likert scale. Data analysis was processed using the Chi-Square test. Based on the results of statistical tests with the Chi-Square Test, a p value of 0.003 was obtained, where α was 0.05. Because the p value is 0.003 - 0.05, it can be concluded that there is a relationship between stress levels and the incidence of hypertension in pregnant women at the Tamalanrea Jaya Makassar Community Health Center. Based on research conducted at the Tamalanrea Jaya Makassar Community Health Center, it was concluded that there is a relationship between stress levels in pregnant women at the Tamalanrea Jaya Makassar Community Health Center.

Keywords: pregnant women, incidence of hypertension, stress level

ABSTRAK

Stress merupakan suatu kondisi keadaan seseorang mengalami ketegangan karena adanya kondisi yang mempengaruhinya, kondisi tersebut dapat diperoleh dari dalam diri seseorang maupun lingkungan diluar diri seseorang. Tujuan Telah diketahui Ada Hubungan Tingkat Stres Kejadian Hipertensi Pada Ibu Hamil di Puskesmas Tamalanrea Jaya Makassar. Penelitian ini dilaksanakan mulai dari tanggal 10-26 juli 2023 di Puskesmas Tamalanrea Jaya Makassar. Populasi dalam penelitian ini seluruh pasien dengan masalah stress kejadian hipertensi yang berada di Puskesmas Tamalanrea Jaya Makassar dengan berjumlah Populasi 91 dengan sampel 47 responden. Teknik pengambilan sampel adalah teknik aksidental sampling. Instrument dalam penelitian ini menggunakan alat ukur kuesioner stres pada ibu hamil. Metode penelitian pada penelitian ini menggunakan deskriptif dengan pendekatan cross Sectional untuk mengidentifikasi hubungan antar Variabel. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala likert. Analisa data diolah dengan menggunakan uji Chi-Square. Berdasarkan hasil uji statistik dengan Uji Chi-Square diperoleh p value 0.003 dimana α 0,05. Karena p value 0.003 0.05 maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan tingkat stres dengan kejadian Hipertensi Pada ibu hamil di Puskesmas Tamalanrea Jaya Makassar. Berdasarkan penelitian yang dilakukan dipuskesmas Tamalanrea Jaya Makassar kesimpulan dapat diperoleh bahwa Ada Hubungan Antara Tingkat Stres Pada Ibu Hamil di Puskesmas Tamalanrea Jaya Makassar.

Kata Kunci: Ibu Hamil, Kejadian Hipertensi, Tingkat Stres

Pendahuluan

Penyebab stress pada ibu selama kehamilan adalah merasa belum siap menjadi orang tua, takut mengganggu program Pendidikan atau pekerjaan, ada kesulitan keuangan, gangguan fisik atau perubahan fisik selama kehamilan dan yang cukup sering dialami adalah takut janin yang dikandung mengalami cacat fisik dan keterbelakangan. Penyebab stress yang lain terkait dengan banyaknya kehidupan yang penuh tekanan kejadian, tingkat kepuasan dengan layanan Antenatal Care (ANC), dan kerja berat selama kehamilan. (Meidiana Dwidiyanti, Reza Indr Wiguna, 2018)

Data dari WHO (World Health Organization) diklasifikasikan bahwa hipertensi gestasional merupakan salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas didunia, baik bagi ibu maupun janin. Secara global, 80% kematian ibu yang diklasifikasikan sebagai penyebab langsung kematian ibu adalah karena perdarahan (25%), biasanya perdarahan postpartum, dan hipertensi pada ibu hamil (12%), preeklampsia (8%), aborsi (13%) dan untuk alasan lain (7%) (Arikah et al., 2020).

Menurut profil Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2020 yaitu morbiditas dan mortalitas ibu termasuk HB 140mmHg dan diastolik > 90 mmHg, Edema, preeklampsia, perdarahan dan infeksi berat. Tekanan darah disulawesi selatan naik menjadi 25,06% pada tahun 2019 dengan pelayanan tertinggi diwilayanya bantaeng 100, kabupaten pinrang 87,67%, dimakassar, penyebab kematian sang ibu terbesar kedua adalah hipertensi pada ibu hamil dengan presentase hanya 33,3 persen, 10% perbedaan dalam penyebab utama kematian ibu aitu perdarahan 42,4% (Dinas Kesehatan Sulawesi Selatan, 2020). Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu peningkatan tekanan darah didalam arteri. Dimana hipertensi yang berlebihan, dan tensi yang artinya tekanan/tegangan, jadi hipertensi merupakan gangguan pada sistem peredaran darah yang menyebabkan kenaikan tekanan darah diatas normal (Musakkar & Djafar, 2021).

Kehamilan adalah keadaan fisiologis, tetapi situasi tertentu dapat memengaruhi kehamilan. Tekanan darah tinggi selama kehamilan adalah penyakit umum membahayakan kehamilan. Keadaan ini menyebabkan beberapa factor pada janin, misalnya (pertumbuhan janin juga melambat secara internal kehamilan, lahir mati dalam Rahim, lahir prematur), dan kondisi ini membawa kematian ibu seperti preeklampsia, eklampsia, gagal ginjal, pembentukan thrombus darah (Kaimmudin et al., 2018).

Penyebab stress pada ibu selama kehamilan adalah merasa belum siap menjadi orang tua, takut mengganggu program Pendidikan atau pekerjaan, ada kesulitan keuangan, gangguan fisik atau perubahan fisik selama kehamilan dan yang cukup sering dialami adalah takut janin yang dikandung mengalami cacat fisik dan keterbelakangan. Penyebab stress yang lain terkait dengan banyaknya kehidupan yang penuh tekanan kejadian, tingkat kepuasan dengan layanan Antenatal Care (ANC), dan kerja berat selama kehamilan. (Meidiana Dwidiyanti, Reza Indr Wiguna, 2018).

Proses adaptasi psikologis sangat berpengaruh penting dalam pencapaian kehamilan yang sehat, ibu yang sehat akan menghasilkan generasi sehat secara fisik maupun mental, wanita secara fisiologis akan berusaha untuk menyesuaikan diri dengan peran barunya menjadi ibu, berproses dalam bersosial, bio-psiko, budaya, agama dan kognitif yang lebih kompleks, ibu hamil harus memiliki keyakinan dan kemauan yang kuat serta bertanggungjawab terhadap dirinya dan janin yang dikandungnya. Beberapa ibu siap menerima kehamilan dengan penuh rasa sukacita tetapi ada pula ibu yang belum siap menghadapi kehamilan hingga ibu mengalami permasalahan baik secara fisik maupun secara psikologis. Perubahan psikologis yang disebabkan yang disebabkan karena hormonal sering memicu *mood swing* yang memunculkan perasaan emosional yang berubah-ubah, gangguan kecemasan, stress bahkan depresi (Febriati,2022).

Metode

Penelitian ini dilaksanakan mulai dari tanggal 10-26 juli 2023 di Puskesmas Tamalanrea Jaya Makassar. Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan desain penelitian yang menggunakan metode penelitian deskriptif dengan pendekatan cross sectional untuk mengidentifikasi hubungan antar variable. Populasi dalam penelitian ini seluruh pasien dengan masalah stress kejadian hipertensi yang berada di Puskesmas Tamalanrea Jaya Makassar dengan berjumlah Populasi 91 dengan sampel 47 responden. Teknik pengambilan sampel adalah teknik aksidental sampling. Instrument dalam penelitian ini menggunakan alat ukur kuesioner stres pada ibu hamil. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala likert. Analisa data diolah dengan menggunakan uji Chi-Square. Penelitian ini menggunakan analisis univariat yang digunakan untuk melihat distribusi frekuensi dan analisis bivariat taraf signifikan sebesar $p \text{ value } 0,003 < \alpha (0,05)$. Penelitian ini telah lulus kelayakan etik dengan nomor *134/STIKES-NH/KEPK/VI/2023* yang telah dikeluarkan pada tanggal 24 juni 2023. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nani Hasanuddin.

1) Kriteria inklusi

- a. Pasien yang mengalami hipertensi
- b. Pasien yang bersedia menjadi responden

2) Kriteria Ekslusi

- a. Pasien dengan keterbatasan fisik seperti tuna wicara, tuna netra, tuna rungu.
- b. Pasien dengan keterbatasan fisik seperti tuna wicara, tuna netra, tuna rungu.

Hasil

1. Analisis Univariat

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Umum Responden

Karakteristik	F	%
Umur		
20-29 Tahun	34	72.3
30-36 Tahun	13	27.7
Pendidikan		
SD	16	34.0
SMP	9	19.1
SMA/SMK	17	36.2
S1	5	10.6
Tekanan darah saat ini		
Hipertensi I	17	36.2
Hipertensi II	30	63.8
Tingkat Stres		
Tingkat Stres Tinggi	32	68.1
Tingkat Stres Sedang	15	31.9
Total	47	100.0

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 47 responden distribusi frekuensi umur responden diperoleh 34 responden (72,3%) berumur 20-29 tahun dan 13 responden (27,7) berumur 30-36 tahun, karakteristik responden yang berpendidikan diperoleh 16 responden (34,0%) berpendidikan SD, 9 responden (19,1) berpendidikan SMP, 17 responden (36,2) berpendidikan SMA/SMK dan 5 responden (10,6) berpendidikan S1, karakteristik responden berdasarkan tekanan darah saat ini menunjukkan bahwa dari 47 responden distribusi frekuensi berdasarkan kejadian hipertensi responden saat ini diperoleh 17 responden (36,2%) menunjukkan tekanan darah hipertensi stadium 1 dan 30 responden (63,8) menunjukkan tekanan darah hipertensi stadium 2, karakteristik responden berdasarkan tingkat stres menunjukkan bahwa dari 47 responden distribusi frekuensi berdasarkan tingkat stress responden diperoleh 32 responden (68,1%) menunjukkan tingkat stres tinggi dan 15 responden (31,9) menunjukkan tingkat stres sedang.

2. Analisis Bivariat

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi

Tingkat Stres	Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi				Total	P Value
	Kejadian Hipertensi					
	Stadium 1		Stadium 2			
N	%	N	%	N	%	
Tinggi	7	41,2	25	83,3	32	68,1
Sedang	10	58,8	5	33,3	15	31,9
Total	17	100,0	30	100,0	47	100,0

Berdasarkan hasil uji statistik pada tabel 2 menunjukkan bahwa ada hubungan anatara tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada ibu hamil.

Pembahasan

Berdasarkan hasil uji statistik dengan Uji Chi-Square diperoleh *p value* 0.003 dimana $\alpha=0,05$. Karena *p value* $0.003 < 0.05$ maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan tingkat stres dengan kejadian Hipertensi Pada ibu hamil di Puskesmas Tamalanrea Jaya Makassar. Selanjutnya peneliti menggunakan uji chi-square dengan jenis penelitian hubungan tingkat stres dan kejadian hipertensi. Stres adalah suatu kondisi yang dapat memicu tekanan darah tinggi dengan mengaktifkan sistem saraf simpatis, sehingga terjadi peningkatan tekanan darah yang tidak teratur (intermiten). Ketika seseorang kurang tidur, curah jantung nokturnal berubah karena aktivitas simpatis dipembuluh darah. Ini menyebabkan peningkatan detak jantung dan meningkatkan tekanan darah. (Jayanti 2022).

Stres kehamilan dapat membuat Adrenalin dan Hormon Sekretori kortisol. kortisol dapat meningkatkan kelumpuhan pada sistem kekebalan tubuh, jadi Wanita hamil rentan terhadap Berbagai penyakit dan kondisi, seperti Masalah jantung, tekanan darah tinggi, gangguan pencernaan, preeklampsia dll. preeklampsia bisa terjadi karena hati akan melakukannya Kompensasi dengan meningkatkan curah jantung output yang menyebabkan tekanan darah tinggi. (Pusparini 2021). Stres adalah suatu respon fisiologis dan psikologis manusia yang mencoba untuk mengadaptasi dan mengatur baik tekanan internal dan eksternal. (Widya Sari et al., 2018). Kejadian hipertensi pada saat itu Stres Dapat Memicu Kehamilan Ibu. stres adalah salah satunya Gangguan atau kondisi tubuh Karena stres psikologis atau penyakit 7 Selain itu, usia ibu hamil kurang dari 20 tahun atau lebih dari 35 tahun Ini

juga meningkatkan risiko tekanan darah tinggi selama kehamilan dibandingkan dengan ibu usia kehamilan 20-30 tahun. (Jayanti 2022). Tekanan darah tinggi pada kehamilan dapat mempengaruhi ibu dan janin, seperti solusio plasenta, kegagalan organ (gagal ginjal akut). Koagulasi intravaskular, preeklampsia, preeklampsia yang ditumpangkan pada eklampsia. Risiko pertumbuhan intrauterin, kelahiran prematur (kelahiran prematur kurang dari 37 minggu) dan kematian intrauterin karena berkurangnya sirkulasi uteroplasenta dan berkurangnya efek pada janin. (Sapardi & Hamdayani, 2022) Peneliti (vivi Syofia sapardi 2022) menganalisis bahwa kejadian tekanan darah tinggi pada ibu hamil disebabkan karena kurangnya tenaga kesehatan pada ibu untuk memeriksakan kehamilan atau pemeriksaan kehamilan. Terlihat dari jawaban pengetahuan bahwa 35,7% ibu tidak mengetahui tentang pemeriksaan kehamilan selama kehamilan, bila terjadi hipertensi akibat kehamilan sebaiknya memeriksakan diri ke fasilitas kesehatan terdekat untuk deteksi dini, 45,7% ibu bersikap negatif dan mengungkapkan ketidaksetujuan mereka. Pencegahan tekanan darah tinggi pada ibu hamil sebaiknya mengikuti anjuran dokter.

Hasil Penelitian Yang di Lakukan Oleh Widya Sari rt al.,2018 menunjukkan bahwa dari 40 orang responden, responden paling banyak terdapat pada kategori stres sedang yaitu sebanyak 18 orang (45%) dan responden paling banyak terdapat pada kategori prehipertensi sebanyak 15 orang (37,5%). Dari hasil uji statistik menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan hipertensi di Puskesmas Sidomulyo Rawat Inap Kota Pekanbaru, Mei Juni 2018. Berdasarkan hasil analisis bivariat dengan menggunakan uji korelasi Spearman didapatkan hasil nilai p-value = 0,000 (pvalue < 0,05), nilai koefisien korelasi ($r = 0,003$) dan arahnya positif.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Resty jayanti 2022) dengan hasil penelitian yang diperoleh yakni dari 62 responden hasil penelitian ini mendapatkan bahwa ibu hamil yang mengalami stres tingkat berat dengan hipertensi sebanyak 68,4% dan analisis data menggambarkan ada hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada ibu hamil ($p=0,002$). Kejadian stres dengan tingkat berat yang dialami oleh responden disebabkan oleh banyannya beban pikiran dan gangguan pada tidur. Ibu rumah tangga yang memiliki masalah keuangan sehingga menjadi pemicu stres dan hipertensi.

Penelitian ini juga sejalan oleh penelitian Masyudi et al, (2019) Di Puskesmas Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar dengan uji chi square didapatkan nilai p value 0.004-0.05 yang menunjukkan ada hubungan antara umur dengan hipertensi kehamilan.

Tekanan darah yang tinggi merupakan faktor resiko yang kuat dan penting untuk Penyakit penyakit kardiovaskuler dan penyakit ginjal, seperti penyakit jantung koroner, gagal jantung, dan gagal ginjal. Tekanan darah yang tinggi dapat dipengaruhi oleh faktor genetik, faktor lingkungan dan interaksi antara kedua faktor tersebut. Berdasarkan penyebab hipertensi dapat dibagi menjadi dua kelompok besar yaitu hipertensi esensial atau hipertensi primer, yaitu hipertensi dengan penyebab yang belum diketahui dengan jelas dan hipertensi sekunder, dimana hipertensi terjadi sebagai akibat dari penyakit lain (Pikir,dkk., 2015).Hipertensi sering disebut sebagai “silent killer” (pembunuh siluman), karena seringkali

Peneliti (vivi Syofia sapardi 2022) menganalisis bahwa kejadian tekanan darah tinggi pada ibu hamil disebabkan karena kurangnya tenaga kesehatan pada ibu untuk memeriksakan kehamilan atau pemeriksaan kehamilan. Terlihat dari jawaban pengetahuan bahwa 35,7% ibu tidak mengetahui tentang pemeriksaan kehamilan selama kehamilan, bila terjadi hipertensi akibat kehamilan sebaiknya memeriksakan diri ke fasilitas kesehatan terdekat untuk deteksi dini, 45,7% ibu bersikap negatif dan mengungkapkan ketidaksetujuan mereka. Pencegahan tekanan darah tinggi pada ibu hamil sebaiknya mengikuti anjuran dokter. Selanjutnya, hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara jumlah kelahiran dengan hipertensi pada ibu hamil ($p = 0,001$), dengan persentase primigravida yang mengalami hipertensi sebesar 75% Pada primipara ketika menghadapi persalinan sering kali mengalami stres.

Hal ini akan meningkatkan produksi corticotropic-releasing hormone (CRH) oleh hipotalamus. Hormon ini akan menstimulasi produksi hormon kortikotropin/adrenocorticotropik hormone (ACTH) yang kemudian menstimulasi produksi kortisol, dan memicu pelepasan vasopresin. Vasopresin menyebabkan vaso- konstriksi arterioli dan menjadi pencetus terjadinya hipertensi. 15,17 Selain itu, mayoritas kehamilan primigravida pada minggu ke-28 sampai minggu ke-32 memperlihatkan peningkatan tekanan diastolik sebesar 20 mmHg sehingga dapat menyebabkan preeklamsia pada masa kehamilan. Penelitian lain menyebutkan bahwa 80% kasus hipertensi pada kehamilan, 3 - 8 % pasien terutama pada primigravida, terjadi pada kehamilan trimester kedua 15 Menurut Wiknjastro (2002) paritas 1-2 merupakan paritas yang paling aman ditinjau dari sudut kesehatan, sedangkan lebih dari 3 merupakan paritas yang berisiko tinggi untuk terjadinya hipertensi.

Berdasarkan hasil uji statistik rank Spearman menunjukkan terdapat adanya hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi dengan nilai $p=0,04$ ($p<0,05$). Adapun Asumsi Peneliti bahwa seorang ibu Hamil Yang mengalami Stres Sangat Berbahaya pada janin dan terkait hipertensi sendiri yaitu ibu yang mengalami hipertensi akan menyebabkan kematian pada ibu dan janin

sendiri karena stress dan hipertensi akan menyebabkan salah satu kecacatan pada janin tersebut. Untuk itu diharapkan pada ibu yang mempunyai riwayat hipertensi untuk segera melakukan pengobatan secara teratur sehingga dapat mencegah terjadinya hipertensi.

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dipuskesmas Tamalanrea Jaya Makassar kesimpulan dapat diperoleh bahwa Ada Hubungan Antara Tingkat Stres Pada Ibu Hamil di Puskesmas Tamalanrea Jaya Makassar.

Ucapan Terima Kasih

Terkhusus penulis persembahkan untuk kedua orang tua, sembah sujud penulis untuk beliau, orang tua, serta saudara-saudaraku yang senantiasa mendoakan, memberikan nasehat dan dorongan serta telah banyak berkorban agar penulis dapat menyelesaikan pendidikan dengan baik, dan semoga Allah SWT membalasnya dengan keberkahan yang berlimpah, dan juga kebahagiaan. Ucapan terima kasih diberikan kepada Bapak dan Ibu dosen beserta seluruh staf yang membantu selama menjenjang pendidikan S1 Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nani Hasanuddin Makassar.

Referensi

- Alatas, H. (2019). Hipertensi pada Kehamilan. *Herb-Medicine Journal*, 2(2), 27. <https://doi.org/10.30595/hmj.v2i2.4169>
- Arikah et al., (2020) Abdul Majid, S.Kep., Ns., M. K. (n.d.). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular*.
- Arikah, T., Rahardjo, T. B. W., & Widodo, S. (2020). Kejadian Hipertensi pada Ibu Hamil. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 1(2), 115–124. <https://doi.org/10.15294/jppkmi.v1i2.40329>
- Aulia Asman, I Dewa Putu Gede Putra Yasa, Siti Dyan Kusuma Wardani, Tating Nuraeni, Nyaman Ribek, Hasmar Fajriana, Ni Mde Wedri, Erit Rovendra, Noor Diah Erlinawati, Ahmad Guntur Alfianto, I Bekasi, M. K. (2022). *No Title*. 1(9), 2115–2124.
- Desmarnita, U. (2019). *Asuhan keperawatan prenatal dengan pendekatan neurosains*.
- Elisa, Nunung, U. (n.d.). *Bebas Hipertensi dgn Jus*.
- Herawati, H., & Mulyani, D. (2016). Pengaruh Kualitas Bahan Baku Dan Proses Produksi Terhadap Kualitas Produk Pada Ud. Tahu Rosydi Puspan Maron Probolinggo. *UNEJ E-Proceeding*, 463–482.
- Ira Kusumawaty, V. (2022). *Metodologi Penelitian Keperawatan*.
- Jayanti, R., Nasution, A. S., Nuraida, I., Fauzia, N. S., & Putri, D. L. (2022). Determinan Kejadian Hipertensi Pada Ibu Hamil Trimester Kedua Dan Ketiga Di Wilayah Puskesmas Tanah Sereal, Kota Bogor. *Majalah Kesehatan*, 9(2), 86–91. <https://doi.org/10.21776/majalahkesehatan.2022.009.02.4>
- Kamalia, la ode. (2022). *manajemen pelayanan rumah sakit dan puskesmas*.
- Ketut Suardana, R. U. (2023). *Manajemen tatalaksana hipertensi (Made Marti)*.
- Pustaka, P. (2022). *Terapi Spiritual Emotion Freedom Technique (SEFT) (M. Ady Sus)*.
- Sapardi, & Hamdayani. (2022). Hubungan Pengetahuandan Sikap Dengan Kejadianhipertensi Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Air Dingin Padang. *Jurnal Kesehatan Pijar*, 1–8.
- Sari, ponco indah arista. (2022). *terapi komplementer*.
- Widiani, N. N. A., & Noviani, N. W. (2020). Pengaruh Senam Hamil Terhadap Tingkat Stres Ibu Hamil Trimester III. *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 11(2), 2549–4058. <https://doi.org/10.33859/dksm.v11i2.630>
- Yanti, I., Darmawan, S., & Haskas, Y. (2022). Faktor Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Hipertensi Usia 40-50 Tahun. *JIMPK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 1(5), 603-609.