

Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Mantangai

Risa Antriani¹, Aloysia Ispriantari^{2*}

^{1,2} Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen, Malang, Indonesia

Open Access Freely Available Online

Dikirim: 8 Mei 2026

Direvisi: 16 Mei 2026

Diterima: 17 Mei 2026

*Penulis Korespondensi:

E-mail:

aloyiai@itsk-soepraoen.ac.id

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang banyak dipengaruhi oleh faktor psikologis, salah satunya adalah stres. Tingkat stres yang tinggi dapat memicu peningkatan tekanan darah melalui respons fisiologis tubuh yang berlangsung secara terus-menerus. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Mantangai. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Penelitian dilaksanakan pada bulan Maret hingga April 2026 dengan jumlah sampel sebanyak 60 responden yang dipilih menggunakan teknik accidental sampling. Tingkat stres diukur menggunakan instrumen *Perceived Stress Scale* (PSS-10), sedangkan kejadian hipertensi diukur menggunakan tensimeter dan stetoskop berdasarkan klasifikasi PERKI. Analisis data dilakukan menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji Spearman's rho. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kelompok usia 36–45 tahun sebanyak 18 responden (30,0%), berjenis kelamin perempuan sebanyak 37 responden (61,7%), dan memiliki tingkat pendidikan SMA sebanyak 23 responden (38,3%). Sebagian besar responden memiliki tingkat stres rendah sebanyak 23 responden (38,3%) dan berada pada kategori hipertensi stadium 1 sebanyak 23 responden (38,3%). Hasil uji Spearman's rho menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan kejadian hipertensi dengan nilai $p = 0,004$ dan koefisien korelasi $r = 0,365$, yang menunjukkan hubungan positif dengan kekuatan korelasi rendah hingga sedang. Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan positif dan signifikan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi. Semakin tinggi tingkat stres yang dialami individu, maka semakin tinggi pula risiko terjadinya hipertensi. Oleh karena itu, pengelolaan stres perlu menjadi bagian penting dalam upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi.

Kata kunci: hipertensi, stres, tekanan darah

ABSTRACT

Hypertension is one of the most common non-communicable diseases influenced by psychological factors, particularly stress. High levels of stress can elevate blood pressure through sustained physiological responses. This study aimed to determine the relationship between stress levels and the incidence of hypertension in the working area of UPT Puskesmas Mantangai. This study employed a quantitative research design with a cross-sectional approach. The research was conducted from March to April 2026 involving 60 respondents selected using an accidental sampling technique. Stress levels were measured using the Perceived Stress Scale (PSS-10), and hypertension was assessed with a sphygmomanometer and stethoscope according to the PERKI classification. Data analysis was performed using univariate and bivariate analyses with Spearman's rho test. The results showed that the majority of respondents were aged 36–45 years (30.0%), female (61.7%), and had a senior high school education level (38.3%). Most respondents experienced low stress levels (38.3%) and were categorized as having stage 1 hypertension (38.3%). The Spearman's rho test demonstrated a significant relationship between stress level and hypertension incidence with a p-value of 0.004 and a correlation coefficient of $r = 0.365$, indicating a positive relationship with low to moderate correlation strength. In conclusion, there was a positive and significant relationship between stress levels and the incidence of hypertension. Higher stress levels were associated with an increased risk of

hypertension. Therefore, stress management should be considered an essential component in the prevention and management of hypertension.

Keywords: *blood pressure, hypertension, stress*

PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi tetap menjadi salah satu tantangan kesehatan global yang memerlukan perhatian serius karena prevalensinya yang terus meningkat. Secara klinis, kondisi ini didefinisikan sebagai peningkatan tekanan darah di atas ambang batas normal, yakni apabila hasil pengukuran tekanan darah sistolik mencapai ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik mencapai ≥ 90 mmHg (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024). Kondisi ini terjadi akibat gangguan pada pembuluh darah yang menyebabkan aliran darah, oksigen, dan nutrisi ke berbagai organ tubuh menjadi tidak optimal (Unja, Chrismilasari, & Rachman, 2022). Jika tidak ditangani dengan baik, hipertensi dapat menimbulkan berbagai komplikasi serius seperti stroke, penyakit jantung koroner, gagal ginjal, hingga kematian.

Secara global, hipertensi merupakan salah satu faktor risiko utama penyakit kardiovaskular. Data World Health Organization (WHO) menunjukkan bahwa sekitar 1,28 miliar orang dewasa di dunia mengalami hipertensi dan hampir dua pertiga di antaranya tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Diperkirakan hampir setengah dari penderita hipertensi tidak mengetahui bahwa dirinya menderita hipertensi. Setiap tahunnya sekitar 9,4 juta kematian terjadi akibat hipertensi dan komplikasi yang ditimbulkannya (World Health Organization, 2023). Di Indonesia, prevalensi hipertensi juga masih cukup tinggi. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun masih berada pada angka sekitar 30,8% (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2023). Prevalensi hipertensi di Provinsi Kalimantan Tengah sekitar 38,7%, yang merupakan salah satu angka tertinggi di Indonesia (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2023).

Hipertensi dipengaruhi oleh berbagai faktor risiko, baik yang tidak dapat dimodifikasi maupun yang dapat dimodifikasi (Pulungan et al., 2022). Faktor yang tidak dapat dimodifikasi antara lain usia, jenis kelamin, dan faktor genetik. Sedangkan faktor yang dapat dimodifikasi meliputi pola makan, aktivitas fisik, kebiasaan merokok,

konsumsi alkohol, obesitas, serta faktor psikologis seperti stres (Wahidin, Mustikawati, Handayani, & Letelay, 2025).

Stres merupakan respon fisiologis dan psikologis seseorang terhadap tekanan atau tuntutan yang dianggap mengganggu keseimbangan dirinya (Hutmacher & Hutmacher, 2021). Ketika seseorang mengalami stres, tubuh akan mengaktifkan sistem saraf simpatis dan meningkatkan produksi hormon stres seperti adrenalin dan kortisol (Knezevic, Nenic, Milanovic, & Knezevic, 2023). Kondisi ini dapat menyebabkan peningkatan denyut jantung dan penyempitan pembuluh darah sehingga dapat meningkatkan tekanan darah (Kim, 2023). Stres yang terjadi secara terus-menerus atau kronis dapat meningkatkan risiko terjadinya hipertensi. Hal ini disebabkan oleh aktivasi sistem saraf simpatis yang berkepanjangan sehingga menyebabkan peningkatan tekanan darah secara berulang dan akhirnya menjadi menetap (Qiu, Jiang, Chen, Dai, & Zhao, 2023).

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi. Penelitian yang dilakukan di Desa Tarai Bangun wilayah kerja UPT Puskesmas Tambang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi dengan nilai p -value = 0,000 ($< 0,05$), yang berarti semakin tinggi tingkat stres seseorang maka semakin besar risiko terjadinya hipertensi (Jannah & Harmia, 2025). Penelitian lain yang dilakukan di Puskesmas Guguk Panjang Kota Bukittinggi juga menemukan adanya hubungan antara stres dengan derajat hipertensi pada responden berdasarkan analisis penelitian dengan desain cross-sectional (Utami, Anissa, & Widiastuti, 2022). Selain itu, penelitian serupa yang dilakukan di Puskesmas Belimbing Kota Padang menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami stres sedang hingga berat dan terdapat hubungan bermakna antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi dengan nilai p = 0,001, sehingga dapat disimpulkan bahwa stres merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap peningkatan tekanan darah (Putri, Restipa, & Suci, 2026). Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan tingkat stres dengan

kejadian hipertensi di wilayah kerja UPT Puskesmas Mantangai.

METODE

Desain dan Lokasi Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Penelitian dilaksanakan pada bulan Maret hingga April 2026 di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Mantangai.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien yang datang Puskesmas Mantangai pada bulan Maret-April 2026. Sampel penelitian berjumlah 60 responden yang dipilih menggunakan teknik accidental sampling, yaitu responden yang secara kebetulan datang ke puskesmas dan memenuhi kriteria penelitian pada saat pengumpulan data berlangsung.

Variabel dan Instrumen Penelitian

Variabel independen dalam penelitian ini adalah tingkat stres. Tingkat stres diukur menggunakan instrumen Perceived Stress Scale (PSS-10) (Program State of New Hampshire Employee Assistance, 2020). Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kejadian hipertensi.

Pengukuran tekanan darah dilakukan secara langsung oleh peneliti menggunakan tensimeter dan stetoskop dengan satuan mmHg (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021). Data hipertensi dicatat menggunakan lembar observasi. Klasifikasi hipertensi diadaptasi dari Pedoman Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia (PERKI, 2015) dan penelitian sebelumnya (Masturah, 2023).

Analisis Data

Analisis data dilakukan menggunakan analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik responden serta distribusi variabel penelitian dalam bentuk frekuensi dan persentase. Sementara itu, analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dan kejadian hipertensi menggunakan uji Spearman's rho karena data berskala ordinal. Nilai signifikansi ditentukan pada $p < 0,05$.

HASIL

Karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, tingkat stres, dan kategori hipertensi. Distribusi karakteristik responden disajikan pada tabel berikut.

Tabel 1
Karakteristik Responden

Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Usia	17–25 tahun	0	0
	26–35 tahun	13	21,7
	36–45 tahun	18	30
	46–55 tahun	11	18,3
	56–65 tahun	16	26,7
	>65 tahun	2	3,3
Jenis Kelamin	Perempuan	37	61,7
	Laki-laki	23	38,3
Pendidikan	SD	15	25
	SMP	14	23,3
	SMA	23	38,3
	Diploma	1	1,7
	Sarjana	7	11,7

Berdasarkan Tabel 1, mayoritas responden berada pada kelompok usia 36–45 tahun sebanyak 18 responden (30,0%), berjenis kelamin perempuan sebanyak 37 responden (61,7%),

sedangkan responden laki-laki sebanyak 23 responden (38,3%) dan memiliki tingkat pendidikan SMA sebanyak 23 responden (38,3%).

Tabel 2
Hubungan Tingkat Stres dan Kejadian Hipertensi

Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)	r (p-value)
Tingkat Stres	Tinggi	18	30,0%	0,365 (0,004)
	Sedang	19	31,7%	
	Rendah	23	38,3%	
Kejadian Hipertensi	Tinggi	18	30,0%	

Sedang	19	31,7%
Rendah	23	38,3%

Berdasarkan Tabel 2, sebagian besar responden memiliki tingkat stres rendah sebanyak 23 responden (38,3%) dan berada pada kategori hipertensi stadium 1 sebanyak 23 responden (38,3%). Hasil uji korelasi menggunakan Spearman's rho menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres dan hipertensi. Nilai koefisien korelasi diperoleh sebesar $r = 0,365$ dengan nilai signifikansi $p = 0,004$ ($p < 0,01$) dan jumlah sampel sebanyak 60 responden.

Nilai koefisien korelasi positif menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat stres, maka kecenderungan terjadinya hipertensi juga semakin meningkat. Berdasarkan kekuatan korelasi, nilai 0,365 menunjukkan hubungan dalam kategori rendah hingga sedang. Karena nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05, maka hubungan antara stres dan hipertensi dinyatakan bermakna secara statistik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara tingkat stres dan kejadian hipertensi pada responden penelitian.

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 2, ditemukan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara tingkat stres dan kejadian hipertensi pada responden penelitian. Penelitian sama seperti penelitian sebelumnya menyatakan hubungan kuat mengenai adanya hubungan positif dan signifikan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada berbagai kelompok populasi. Penelitian di Indonesia dan mancanegara secara konsisten menunjukkan bahwa individu dengan tingkat stres yang lebih tinggi memiliki risiko yang jauh lebih besar untuk menderita hipertensi. Sebagai contoh, studi pada pekerja di Cilacap dan wilayah Sei Langkai, Batam, melaporkan bahwa stres dapat meningkatkan risiko hipertensi mulai dari 5,7 hingga 9 kali lipat dibandingkan dengan mereka yang tidak mengalami stres (Hernawan & Annam, 2023);(Suryani, Alba, & Roza, 2025).

Hubungan antara tingkat stres dan kejadian hipertensi secara konsisten di berbagai kelompok usia dan profesi, mulai dari dewasa awal, ibu rumah tangga, hingga lansia. Studi pada kelompok khusus seperti wanita masa menopause dan sopir juga menunjukkan korelasi yang sangat kuat (r mencapai 0,830), yang menandakan bahwa semakin tinggi tekanan psikologis yang dialami,

semakin tinggi pula tekanan darah yang dihasilkan (Saputri, Muniroh, & Paramita, 2020);(Iskandar, Uly, & Ikhsan, 2022). Hasil uji statistik pada mayoritas penelitian ini menunjukkan nilai signifikansi (p -value) yang sangat kecil ($p < 0,05$ hingga $p = 0,000$), yang menegaskan bahwa hubungan tersebut bukanlah suatu kebetulan semata (Gusti, Eka, Veronika, Florensa, & Pakpahan, 2022).

Meskipun hubungan yang ditemukan berada pada kategori rendah hingga sedang, hasil ini tetap menunjukkan bahwa stres memiliki peran penting terhadap kejadian hipertensi. Hal tersebut mengindikasikan bahwa hipertensi tidak hanya dipengaruhi oleh faktor psikologis, tetapi juga oleh berbagai faktor lain seperti usia, pola makan, aktivitas fisik, riwayat keluarga, obesitas, dan gaya hidup (Amlan, Darwis, & Asdar, 2023). Oleh karena itu, pengendalian hipertensi memerlukan pendekatan multidimensional yang tidak hanya berfokus pada terapi farmakologis, tetapi juga pada pengelolaan stres dan peningkatan kesehatan mental (Hidayah, Nurmayunita, & Zakaria, 2026).

Hubungan antara tingkat stres dan kejadian hipertensi dapat terjadi melalui aktivitas sistem saraf simpatik dan respons hormonal terhadap stres. Ketika seseorang mengalami stres, tubuh melepaskan hormon katekolamin seperti adrenalin, yang memicu jantung untuk berdetak lebih cepat dan kuat. Proses ini meningkatkan tekanan pada dinding arteri secara langsung (Tinah & Harijun Kapabela Siregar, 2022). Jika stres terjadi secara kronis, aktivasi hormonal yang terus-menerus ini dapat menyebabkan perubahan menetap pada sistem kardiovaskular, yang akhirnya bermanifestasi sebagai hipertensi klinis (Manutmasa, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian ini, diperlukan upaya promotif dan preventif untuk membantu masyarakat dalam mengelola stres secara efektif. Intervensi seperti edukasi kesehatan, relaksasi, aktivitas fisik teratur, dukungan sosial, serta konseling psikologis dapat menjadi strategi yang bermanfaat dalam menurunkan tingkat stres dan mencegah peningkatan tekanan darah. Dengan pengelolaan stres yang baik, risiko hipertensi dan komplikasi kardiovaskular diharapkan dapat diminimalkan.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan

kejadian hipertensi. Hasil analisis menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat stres yang dialami individu, maka semakin tinggi pula kecenderungan terjadinya hipertensi. Meskipun kekuatan hubungan berada pada kategori rendah hingga sedang, stres tetap menjadi salah satu faktor yang berperan dalam peningkatan tekanan darah. Oleh karena itu, pengelolaan stres yang efektif perlu menjadi bagian penting dalam upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi melalui pendekatan promotif, preventif, dan edukatif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada seluruh responden atas partisipasinya dalam penelitian ini.

REFERENSI

- Amlan, A., Darwis, D., & Asdar, F. (2023). Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada lansia. *JIMPK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 3(4), 90–99.
- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) dalam Angka Data Akurat Kebijakan Tepat*.
- Gusti, N., Eka, A., Veronika, M., Florensa, A., & Pakpahan, M. (2022). Stress associated with hypertension in middle-age and elderly in Binong, Tangerang. *Bali Medical Journal*, 11(2), 547–550. <https://doi.org/10.15562/bmj.v11i2.3356>
- Hernawan, B., & Annam, F. K. (2023). Job Stress Is More Risky Causing Hypertension Compared to Smoking Habits in Private Workers in Cilacap, Indonesia. *Herb-Medicine Journal*, 6(April), 14–18.
- Hidayah, F., Nurmayunita, H., & Zakaria, A. (2026). Hubungan Antara Self Care Management Dengan Kualitas Hidup Pada. *Department of Digital Business Journal of Artificial Intelligence and Digital Business (RIGGS)*, 4(4), 9347–9357.
- Hutmacher, F., & Hutmacher, F. (2021). Putting Stress in Historical Context: Why It Is Important That Being Stressed Out Was Not a Way to Be a Person 2, 000 Years Ago. *Front. Psychol*, 12(April). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.539799>
- Ibrahim, R. M., Nasir, N. N. M., Bakar, M. Z. A., Mahmud, R., & Razak, N. A. A. (2021). The authentication and grading of edible bird's nest by metabolite, nutritional, and mineral profiling. *Foods*, 10(7), 1–14. <https://doi.org/10.3390/foods10071574>
- Indarti, K., Apriani, E. F., Wibowo, A. E., & Simanjuntak, P. (2019). Antioxidant Activity of Ethanolic Extract and Various Fractions from Green Tea (*Camellia sinensis* L.) Leaves. *Pharmacognosy Journal*, 11(4), 771–776. <https://doi.org/10.5530/pj.2019.11.122>
- Iskandar, R., Uly, E., & Ikhsan, H. (2022). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Tekanan Darah Ibu Rumah Tangga Masa Pandemi Covid19 Di Pkm Bua Tahun 2021. *Bina Generasi: Jurnal Kesehatan*, 14(1), 108–111.
- Jannah, F. M., & Harmia, E. (2025). Hubungan Stres Dengan Kejadian Hipertensi Di Desa Tarai Bangun Wilayah Kerja UPT Blud Puskesmas Tambang Tahun 2023. *Jurnal Pahlawan Kesehatan*, 1, 194–200.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Pedoman Pengendalian Hipertensi Di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama 1*. Jakarta.
- Kim, H.-L. (2023). Arterial stiffness and hypertension. *Clinical Hypertension*, 29(1), 31. <https://doi.org/10.1186/s40885-023-00258-1>
- Knezevic, E., Nenic, K., Milanovic, V., & Knezevic, N. N. (2023). The Role of Cortisol in Chronic Stress, Neurodegenerative Diseases, and Psychological Disorders. *Cells*, 12(23). <https://doi.org/10.3390/cells12232726>
- Manutmasa, A. H. B. A. Y. S. (2023). Hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa awal (18-40 tahun). *Jurnal Keperawatan*, (20).
- Mashuri, M., Sihombing, L. D. M., Alfaqihah, S., Edyson, E., & Suhartono, E. (2019). Kelakai Extract Protects Skin from UV-Induced Oxidative Damage. *Journal of Physics: Conference Series*, 1374(1). <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1374/1/012014>
- Pulungan, R. M., Helda, H., Amar, M. I., Pembangunan, U., Veteran, N., Pembangunan, U., & Veteran, N. (2022). Original Article Risk Factors For Hypertension Incidence Among Women In Indonesia. *Malaysian Journal of Public Health Medicine*, 22(3), 310–318.
- Putri, I. I., Restipa, L., & Suci, H. (2026). Gudang Jurnal Ilmu Kesehatan Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Belimbing Kota Padang. *Gudang Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4, 316–322.

- Qiu, T., Jiang, Z., Chen, X., Dai, Y., & Zhao, H. (2023). Comorbidity of Anxiety and Hypertension: Common Risk Factors and Potential Mechanisms. *International Journal of Hypertension*, 2023, 9619388. <https://doi.org/10.1155/2023/9619388>
- Saputri, M. I., Muniroh, L., & Paramita, S. (2020). Correlation Between Fat Consumption , Smoking Habit , And Stress With Hypertension Among Drivers. *Media Gizi Indonesia (National Nutrition Journal)*, 15(3), 152–158.
- Suryani, S., Alba, A. D., & Roza, N. (2025). Hubungan Stres dan Merokok dengan Kejadian Hipertensi di Kelurahan Sei Langkai Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Sei Langkai Kota Batam Tahun 2024 Menurut World Health Organization (WHO), pada tahun 2019 Mediterania Timur memiliki. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 4(September).
- Tinah, T., & Harijun Kapabela Siregar. (2022). Hubungan tingkat stress dengan kejadian hipertensi pada lansia di posyandu lansia puskesmas tiga dolok panribuan tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Pannmed*, 18(2), 361–369.
- Unja, E. E., Chrismilasari, L. A., & Rachman, A. (2022). The " DIARII " Program To Improve Patient Independence In The Management Of Hypertension In Banjarmasin In 2022. *Jurnal Eduhealth*, 13(02), 466–473.
- Utami, I. P., Anissa, M., & Widiastuti, W. (2022). Hubungan Stres dengan Derajat Hipertensi Di Puskesmas Guguk Panjang Bukittinggi Tahun 2018. *Scientific Journal*, 63–69.
- 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 Nurtirion*, 9(3), 438–442. <https://doi.org/10.20473/amnt.v9i3.2025.438-442>
- World Health Organization. (2023). *World Hypertension Day Measure*.