

## Gambaran Kejadian Hipertensi dan Cara Pengobatannya pada Masyarakat Pesisir Pantai Serambi Deli Serdang Sumatra Utara

*Haryanti Sinaga, Hazira Yulistia Tanjung, Mira Siskia Ningrum, Indi Anggesti, Diajeng Ayu Sekar Zahroh*

*Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, Indonesia*

### INFORMASI ARTIKEL

Diterima Redaksi: 14 Maret 2023  
Revisi Akhir: 30 Maret 2023  
Diterbitkan Online: 01 April 2023

### KATA KUNCI

Hipertensi; Pengobatan; Masyarakat Pesisir

### KORESPONDENSI

Phone: +6281377081722  
E-mail: ayysinaga@gmail.com

### A B S T R A K

Hipertensi sebagian besar disebabkan oleh konsumsi makanan yang tinggi natrium seperti cumi-cumi, udang, kepiting, dan makanan yang diawetkan dengan garam. Masyarakat yang sering mengonsumsi makanan tinggi natrium akan berisiko terkena hipertensi. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran kejadian hipertensi dan pengobatannya pada masyarakat pesisir Pantai Labu Deli Serdang Sumatra Utara. Jenis penelitian yang digunakan yaitu metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Berdasarkan dari hasil wawancara yang telah dilakukan, sebagian masyarakat Pantai Labu banyak yang mengidap penyakit Hipertensi yang disebabkan sering mengonsumsi makanan laut yang tinggi natrium, seperti kerang, cumi, kepiting dan olahan lainnya yang diawetkan dengan garam. Dalam mengatasi Hipertensi, masyarakat pesisir pantai Labu lebih sering menggunakan obat herbal/ tradisional dan melalui terapi/orang pintar. Selain itu, mereka juga mengonsumsi timun, air kelapa, dan nanas untuk mengatasi Hipertensi.

### PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular masih menjadi salah satu masalah kesehatan tingkat nasional maupun global. Pada tahun 2008, WHO menyatakan ada sekitar 36 juta dari 57 juta kematian disebabkan oleh penyakit tidak menular dengan 29% terjadi kematian pada usia kurang dari 60 tahun untuk negara dengan tingkat ekonomi menengah kebawah. Penyakit tidak menular atau PTM dikenal juga sebagai penyakit kronis yang tidak ditularkan dari orang ke orang. Perkembangan penyakit tidak menular yang umumnya lambat dan membutuhkan durasi yang panjang (Sudayasa et al., 2020).

Berdasarkan dari profil WHO mengenai penyakit tidak menular di Asia Tenggara, ada lima penyakit tidak menular dengan angka kesakitan dan kematian yang tinggi, yaitu penyakit kardiovaskuler, kanker, penyakit pernapasan kronis, diabetes mellitus, dan cedera. Dari ke lima penyakit tersebut, hipertensi menjadi salah satu penyebab kematian yang ada di Asia Tenggara. Data WHO (2018) menyatakan bahwa sekitar 972 juta orang di seluruh dunia atau sekitar 24 % penduduk dunia mengidap hipertensi dengan perbandingan 26,6 % pria dan 26,1 % wanita.

Berdasarkan Riskesdas (2018) prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia 18 tahun sebesar 34,1%, tertinggi di Kalimantan Selatan (44.1%), sedangkan terendah di Papua (22,2%). Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%) (Wilda et al., 2022). Sedangkan untuk Sumatra Utara, hipertensi mengalami kenaikan dari 25,8% menjadi 34,1% dengan prevalensi usia penduduk rata-rata diatas 18 tahun (Kemenkes RI, 2018).

Terjadinya hipertensi dapat didukung oleh pola konsumsi masyarakat itu sendiri, apalagi di wilayah masyarakat pesisir yang sangat berpotensi menderita penyakit hipertensi, seperti mengonsumsi makanan hasil tangkapan laut yang mengandung natrium tinggi (seperti, udang, kerang, sotong, cumi-cumi, ikan asin, ikan sarden, ikan pindang, ikan teri

kering) dan makanan lain yang diawetkan dengan garam. Rata-rata mata pencaharian masyarakat pesisir adalah sebagai nelayan. Sebagian besar dari mereka sering mengonsumsi kafein sebanyak 1-3 gelas perhari untuk menghilangkan kantuk di malam hari. Kebiasaan mengonsumsi kopi itu sudah turun temurun, mulai dari kelompok nelayan muda hingga kelompok nelayan tua. Kandungan kopi yang mengandung kafein inilah yang dapat meningkatkan tekanan darah (Susanti et al., 2020).

Pantai serambi sendiri terletak di Desa Paluh Sibaji dengan luas wilayah 206 km<sup>2</sup> yang jumlah pendudukannya berjumlah 4.525 jiwa, yang terdiri dari laki-laki sebanyak 2.299 jiwa dan perempuan sebanyak 2.226 jiwa. Pantai Serambi terletak di pesisir desa Paluh Sibaji, Kecamatan Pantai Labu, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara yang sebagian besar penduduknya berprofesi sebagai nelayan, pedagang, tambak ikan/udang, dan guru. (*Kecamatan Pantai Labu Dalam Angka 2021* |, 2021). Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran kejadian hipertensi dan cara pengobatannya pada masyarakat pesisir Pantai Labu, Deli Serdang, Sumatra Utara.

## TINJAUAN PUSTAKA

### *Penyakit Hipertensi*

Gaya hidup modern telah mengubah sikap dan perilaku manusia, termasuk makan, merokok, minum dan penggunaan narkoba yang dapat meningkatkan jumlah orang yang menderita penyakit degeneratif (penyakit yang disebabkan oleh penurunan fungsi organ) dan mengancam kehidupan mereka. Salah satu penyakit yang di timbulkan oleh gaya hidup yang tidak baik yaitu Hipertensi. Hipertensi menjadi salah satu penyakit serius yang menyebabkan risiko penyakit jantung, stroke, gagal ginjal dan sebagainya. Dikatakan hipertensi jika mencapai 140/90 mmHg lebih (Susanti et al., 2020)

Berdasarkan penelitian oleh Wahdah & Rosalina (2020) menyatakan bahwa pola makan salah satu faktor yang dapat menyebabkan tekanan darah tinggi. Seseorang dapat mengalami hipertensi karena pola makan yang tidak sehat dan lebih suka dengan makan makanan yang asin, dan berlemak.. Makanan yang dapat memicu tekanan darah tinggi jika dikonsumsi terus menerus dalam jangka waktu yang lama, seperti ikan asin, ikan pindang, ikan teri kering dan makanan lain yang diawetkan dengan garam (Siregar et al., 2020). Selain itu, jenis kelamin, stress, keturunan, konsumsi alkohol, merokok dan kurangnya aktivitas fisik juga dapat menyebabkan terjadinya hipertensi (Sekar Siwi et al., 2020).

Untuk pengobatan dapat dilakukan dengan terapi farmakologi yang menggunakan obat-obatan dan terapi non-farmakologi yang tanpa obat, dimulai dengan gaya hidup sehat. Gaya hidup sehat telah banyak terbukti menurunkan tekanan darah dan umumnya sangat bermanfaat dalam mengurangi risiko penyakit kardiovaskular. Aktivitas fisik secara teratur juga membantu meningkatkan efisiensi jantung secara keseluruhan. Orang yang banyak berolahraga umumnya memiliki tekanan darah rendah dan kecil kemungkinannya untuk mengalami tekanan darah tinggi. Mereka yang aktif secara fisik cenderung memiliki fungsi otot dan persendian yang lebih baik karena organ-organ tersebut lebih kuat dan fleksibel. Selain gaya hidup kebiasaan merokok, minum kopi juga dapat mempengaruhi tekanan darah tinggi (hipertensi), dan berbagai penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara minum kopi dan tekanan darah tinggi (hipertensi). Oleh sebab itu, masyarakat perlu melakukan aktivitas fisik yang sehat agar terhindar dari berbagai macam penyakit (Kartika et al., 2021).

### *Masyarakat Pesisir*

Masyarakat pesisir merupakan sekelompok orang yang tinggal di daerah pesisir (pantai) dan sebagian besar berprofesi sebagai nelayan serta sebagian masyarakatnya bergantung pada laut. Biasanya masyarakat pesisir bersifat keras dan terbuka, selain itu masyarakat pesisir berinteraksi social secara intensif antara masyarakat. Dalam hal mencari nafkah, mereka lebih bersikap bergotong royong dan saling membantu. Masyarakat pesisir tidak semua bermata pencaharian dari nelayan, tetapi juga memiliki industri lain seperti wisata bahari, angkutan antar pulau, pedagang eceran hasil tangkapan ikan, dan industri lain yang berhubungan dengan laut dan pesisir (Saputri, 2016). Pengelolaan sumberdaya alam di wilayah pesisir masih bersifat tradisional dan local, serta struktur sosial dan kegiatannya sangat sederhana. Karakteristik mereka berbeda dengan masyarakat lainnya, dikarenakan adanya keterkaitan erat dengan karakteristik ekonomi, daerah, latar belakang budaya, dan ketersediaan sarana dan prasarana pendukung. Umumnya, budaya masyarakat pesisir sangat berorientasi pada hidup selaras dengan alam (Syahrir & Sabilu, 2021).

## METODOLOGI

Jenis penelitian yang digunakan yaitu kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Teknik pengumpulan data yang digunakan seperti transkrip wawancara, rekaman, observasi, gambar, cacatan lapangan dan sebagainya. Menurut (Fadli, 2021) metode kualitatif adalah metode penelitian yang menghasilkan data deskriptif dan perilaku yang diamati dalam bentuk tuturan atau tulisan, dengan tujuan memperoleh pemahaman umum tentang peristiwa sosial dari sudut pandang partisipan. Pemahaman diperoleh setelah analisis realitas sosial sebagai fokus sosial (I. N. Sari et al., 2022). Penelitian ini dilakukan di Pantai Serambi Deli, Kec. Pantai Labu, Kabupaten Deli Serdang, Sumatra Utara. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini dengan teknik wawancara dan observasi. Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dengan informan penelitian adalah Kepala Bidang SP2TP Puskesmas Pantai Labu, 1 orang staff bidang ST2TP Puskesmas Pantai Labu, dan 3 orang masyarakat setempat serta lingkungan sekitar sebagai data pendukung.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data yang diperoleh dari UPT Puskesmas Pantai Labu, dalam 3 tahun terakhir terdapat 10 besar penyakit yang paling banyak diderita masyarakat, salah satunya Hipertensi. Sebanyak 971 penduduk yang menderita hipertensi dengan laki-laki 509 dan perempuan 462. Berdasarkan jenis kelamin, angka penderita hipertensi pada laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan. Berdasarkan hasil wawancara dengan Kepala Bidang SP2TP Puskesmas Pantai Labu, bahwa sebagian besar masyarakat di Pantai Serambi menderita penyakit Hipertensi.

*“Penduduk di kecamatan Pantai Labu sendiri dalam keseluruhan banyak yang menderita hipertensi, totalnya ada 240 penduduk. Diketahui faktor penyebab timbulnya penyakit hipertensi di masyarakat adalah faktor makanan, pola hidup yang kurang sehat, kurangnya aktivitas fisik dan asupan makanan yang tidak sehat.” (Bidang ST2TP)*

Hipertensi sendiri bisa dialami oleh siapa saja baik anak-anak, remaja dan orang dewasa. Akan tetapi, umumnya penyakit ini dialami oleh orang dewasa. Hipertensi bisa terjadi disertai gejala atau pun tanpa gejala yang menimbulkan ancaman terus-menerus terhadap kesehatan (Ainurrafiq et al., 2019). Gejala yang sering terjadi, seperti sakit kepala atau rasa berat di leher, pusing, dada berdebar-debar, mudah lelah, penglihatan kabur, *tinnitus* (telinga berdenging), dan mimisan. Dikatakan hipertensi jika pemeriksaan menunjukkan hasil di atas 140/90 mmHg dengan dua kali pemeriksaan (Y. N. I. Sari, 2022).

Adapun hasil wawancara yang telah dilakukan kepada 2 masyarakat setempat yang mengidap penyakit Hipertensi dan pengobatannya. Berdasarkan keterangan yang diperoleh, bapak RS mengidap penyakit Hipertensi dari beberapa tahun yang lalu.

*“Saya terkena hipertensi 3 tahun yang lalu, penyakit ini datang tiba-tiba mungkin karna sering capek. Mungkin juga karna ada keluarga saya yang kena hipertensi, makanya saya kena juga. Bapak tidak merokok dan tidak meminum kopi apalagi minum alcohol bapak tidak pernah meminumnya.” (Bapak RE)*

*“Untuk memasak kami gak gunakan garam banyak-banyak, tapi kami untuk makanan laut kami sering memakannya karena disini kan dekat laut, kayak udang, kepiting, ikan-ikan yang hasil tangkapan nelayan disini. Tiga bulan terakhir ini, tekanan darah saya mencapai 180 sampai tengkuk saya menjadi sakit/nyeri.”*

Dapat dikatakan bahwa, bapak RE terkena hipertensi karena adanya riwayat keturunan. Riwayat keturunan dan faktor genetik dari keluarga dengan riwayat hipertensi memiliki resiko lebih besar untuk terkena dibandingkan dengan yang tidak memiliki riwayat hipertensi. Jika kedua orang tua menderita hipertensi, maka keturunan mereka 15 kali lebih besar untuk mengalami hipertensi dibandingkan yang memiliki tekanan darah normal. Jika kedua orang tua memiliki hipertensi esensial (tekanan darah meningkat tanpa diketahui lebih pasti apa penyebabnya) maka 44,8% anak mereka akan mengalami hipertensi. Jika hanya satu orang tua yang memiliki tekanan darah tinggi, 12,8 % keturunannya akan mengalami tekanan darah tinggi (Y. H. Sari et al., 2019). Selain adanya riwayat keturunan, bapak RE setiap harinya sering mengonsumsi makanan yang mengandung natrium tinggi, seperti ikan asin, cumi, udang, kepiting sehingga menyebabkan leher bagian belakang menjadi nyeri/sakit. Untuk mengatasi hipertensi tersebut, bapak RE tidak

melakukan pengobatan ke puskesmas atau ke bidan tetapi lebih memilih minum obat pil atau mengkonsumsi minuman tradisional, seperti racikan jahe merah yang di konsumsi setiap hari.

*“Untuk mengobati, bapak lebih memilih meminum pil atau meminum minuman tradisional yang dibuat dari jahe merah terus itu di minum setiap hari dari hari senin sampai sabtu. Bapak jugak minum air kelapa, makan nanas, dan timun pas kumat darah tinggi bapak.” (Bapak RE)*

Sama halnya dengan bapak RE, bapak RS juga terkena hipertensi satu setengah tahun lalu selama hampir satu bulan yang menyebabkan beliau mengalami sulit tidur hingga pernah mengalami stroke dibagian wajah sehingga sulit berbicara.

*“Pernah kena hipertensi, sempat sampai pernah kena stroke gara-gara semua makanan laut sering dimakan, cumi-cumi, kepiting, udang dan sotong. Pernah, badan gak bisa bebas digerakan, sekarang pun masih ada bekasnya, bapak masih celat kalau ngomong. Bapak tidak minum alkohol, minum kopi.” (Bapak RS)*

Namun, untuk pengobatan beliau tidak melakukan pemeriksaan ke dokter atau puskesmas, mereka hanya menggunakan obat herbal/tradisional melalui orang pintar/terapi dikarenakan akses jalan ke puskesmas sangat jauh dari rumah dan malas untuk mengkonsumsi obat-obatan medis. Dengan obat herbal tersebut tekanan darah bapak RS menurun dari tekanan darah awal 200/80 mmHg menjadi 140/80 mmHg.

*“Minum ramuan sirih merah dikasih induk bawang putih yang ada tunggalnya, itu direbus kira-kira 1 galon dan disaring lalu diminum. Alhamdulillah juga lah gak sampek 1 bulan, kenaknya di bulan 11 tanggal 20 pas bulan 12 saat natal sembuh dan udah normal dan itu juga melalui orang pinter juga atau melalui terapi.” (Bapak RS).*

Dalam hal pengobatan, sebaiknya melakukan pengobatan ke puskesmas atau instalasi terkait sebagai penanganan awal dan kontrol. Obat-obatan yang biasanya digunakan untuk antihipertensi tekanan darah tinggi seperti obat sintetik. Namun, dalam penelitian sebelumnya banyak membuktikan sebagian masyarakat banyak yang menggunakan obat-obatan herbal sebagai penyembuh penyakit hipertensi mereka. Adapun beberapa obat yang digunakan, seperti jus belimbing manis, the buah mengkudu, parutan kunyit, dan konsumsi buah semangka. Makanan ini, dapat menurunkan tekanan darah tinggi bagi penderitanya (Machus et al., 2020).

## KESIMPULAN DAN SARAN

Sebagian besar, masyarakat Pantai Serambi banyak yang mengidap penyakit Hipertensi. Hal ini dipicu oleh masyarakat yang sering mengkonsumsi makanan laut yang mengandung natrium tinggi, seperti kerang, cumi, kepiting dan olahan lainnya yang diawetkan dengan garam. Kondisi ini diperparah dengan kurangnya kesadaran masyarakat untuk berobat ke pelayanan kesehatan dan kurangnya aktifitas fisik.

Dalam mengatasi Hipertensi, masyarakat pesisir pantai Serambi lebih sering menggunakan obat herbal/tradisional dan melalui terapi/orang pintar. Selain itu, mereka juga mengkonsumsi timun, air kelapa, dan nanas untuk mengatasi Hipertensi.

Diharapkan kepada masyarakat Pantai Serambi dapat melakukan pemeriksaan kesehatan ke instalasi kesehatan setidaknya 1 kali dalam sebulan terutama pemeriksaan tekanan darah tinggi serta dapat mengurangi konsumsi makanan yang tinggi natrium.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ainurrafiq, A., Risnah, R., & Ulfa Azhar, M. (2019). Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: Systematic Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 2(3), 192–199. <https://doi.org/10.56338/mppki.v2i3.806>
- Dewi, Y. K., Pratomo, H., & Karjoso, T. (2022). Faktor Sosial dan Budaya yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(8), 890-898.

- Ainurrafiq, A., Risnah, R., & Ulfa Azhar, M. (2019). Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: Systematic Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 2(3), 192–199. <https://doi.org/10.56338/mppki.v2i3.806>
- Fadli, M. R. (2021). Memahami desain metode penelitian kualitatif. *Humanika*, 21(1), 33–54. <https://doi.org/10.21831/hum.v21i1.38075>
- Kartika, M., Subakir, S., & Mirsiyanto, E. (2021). Faktor-Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Rawang Kota Sungai Penuh Tahun 2020. *Jurnal Kesmas Jambi*, 5(1), 1–9. <https://doi.org/10.22437/jkmj.v5i1.12396> *Kecamatan Pantai Labu Dalam Angka 2021* |. (2021).
- KEKEMENKES, R. (2018). *Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Kementerian Kesehatan RI.
- Machus, A. L., ANggraeni, A., Indriyani, D., Anggraini, D. S., Putra, D. P., & Rahmawati, D. (2020). Pengobatan Hipertensi Dengan Memperbaiki Pola Hidup Dalam Upaya Pencegahan Meningkatnya Tekanan Darah. *Journal of Science, Technology, and Entrepreneurship*, 2(NO.2), 51–56. <https://online-journal.unja.ac.id/jkmj/article/download/12396/10775/33174>
- Saputri, I. A. (2016). KOMUNITAS MASYARAKAT PESISIR DI TAMBAK LOROK, SEMARANG. *Sabda*, 152(3), 28. [file:///Users/andreataquez/Downloads/guia-plan-de-mejora-institucional.pdf%0Ahttp://salud.tabasco.gob.mx/content/revista%0Ahttp://www.revistaalad.com/pdfs/Guias\\_ALAD\\_11\\_Nov\\_2013.pdf%0Ahttp://dx.doi.org/10.15446/revfacmed.v66n3.60060.%0Ahttp://www.cenetec](file:///Users/andreataquez/Downloads/guia-plan-de-mejora-institucional.pdf%0Ahttp://salud.tabasco.gob.mx/content/revista%0Ahttp://www.revistaalad.com/pdfs/Guias_ALAD_11_Nov_2013.pdf%0Ahttp://dx.doi.org/10.15446/revfacmed.v66n3.60060.%0Ahttp://www.cenetec)
- Sari, I. N., Lestari, L. P., Kusuma, D. W., Mafulah, S., & Brata, D. P. N. (2022). *Metode Penelitian Kualitatif* (Hayat (Ed.)). UNISMA PRESS.
- Sari, Y. H., Usman, Majid, M., & Sari, R. W. (2019). FAKTOR-FAKTOR YANG BERPENGARUH TERHADAP KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MAIWA KAB.ENREKANG. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 11(1), 30–36. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.214>
- Sari, Y. N. I. (2022). *BERDAMAI DENGAN HIPERTENSI* (Y. N. I. Sari (Ed.); 1st ed.). Bumi Merdeka.
- Sekar Siwi, A., Irawan, D., & Susanto, A. (2020). Analisis Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kejadian Hipertensi. *Journal of Bionursing*, 2(3), 164–166. <https://doi.org/10.20884/1.bion.2020.2.3.70>
- Siregar, P. A., Simanjuntak, S. F. S., Ginting, F. H. B., Tarigan, S., Hanum, S., & Utami, F. S. (2020). Aktivitas Fisik , Konsumsi Makanan Asin dan Kejadian Hipertensi Masyarakat Pesisir Kota Medan Physical Activity , Consumption of Salty Foods and the Occurrence of. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 2(1), 1–8.
- Sudayasa, I. P., Rahman, M. F., Eso, A., Jamaluddin, J., Parawansah, P., Alifariki, L. O., Arimaswati, A., & Kholidha, A. N. (2020). Deteksi Dini Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular Pada Masyarakat Desa Andepali Kecamatan Sampara Kabupaten Konawe. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(1), 60–66. <https://doi.org/10.30994/jceh.v3i1.37>
- Susanti, N., P.A.S, & F, R. (2020). Determinan Kejadian Hipertensi Masyarakat Pesisir Berdasarkan Kondisi SosGambaran Tingkat Kepatuhan Diet Rendah Garam Pada Lansia dengan Hipertensi Di Desa Soddara Kecamatan Pasongsongan Kabupaten Sumenepio Demografi Dan Konsumsi Makan. *LPPM Akademik Kaper*, 2(1), 44.
- Syahrir, M., & Sabilu, Y. (2021). Hubungan Pemanfaatan Sarana Pelayanan dengan Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Pesisir Kecamatan Kolono Timur. *Nursing Care and Health Technology Journal (NCHAT)*, 1(2), 64–71. <https://doi.org/10.56742/nchat.v1i2.16>
- Wahdah, L., & Rosalina. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Di Daerah Sekitar Pesisir Kecamatan Cepiring. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 5–24.
- Wilda, I., Kebidanan, A., Negeri, S., & Timur, S. (2022). Efektifitas Buah Semangka Merah ( Citrullus Vulgaris ) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia. *Jurnal Endurance*, 6(3), 460–467. <https://doi.org/10.22216/jen.v6i3.390>