

PENGARUH HIPERTENSI LEARNING TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PASIEN HIPERTENSI DI RUMAH SAKIT X

¹Yuliya Septiani, ²Wigyo Susanto, ³Dwi Heppy Rochmawati
^{1,2,3}Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang
yuliya.septiani@gmail.com

ABSTRAK

Perkembangan teknologi digital di bidang kesehatan telah melahirkan berbagai aplikasi pembelajaran kesehatan, salah satunya adalah aplikasi edukasi khusus hipertensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh hipertensi learning terhadap tingkat kecemasan pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Sari Asih Serang. Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan *pretest & posttest* design, menggunakan teknik *total sampling*. Uji hipotesis menggunakan *marginal homogeneity test*. Kuesioner menggunakan *Zung Self Anxiety Scale*. Hasil: Nilai *P Value* sebesar : 0,157 yaitu lebih besar dari 0,05 ($>0,05$), yang artinya tidak terdapat perbedaan yang bermakna antara Tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi. Nilai *koefisien korelasi* (*r*) tidak dapat dihitung karena seluruh nilai kecemasan pada *post test* berada pada satu kategori, yaitu ringan semua (tidak terdapat variasi data). Arah hubungan positif, karena ke arah perbaikan semuanya (kearah ringan), kerapatan hubungan secara klinis kuat, karena 100% hasil *post test* berada dikategori terbaik (ringan). Kesimpulan: Meskipun secara statistik tidak ditemukan perbedaan bermakna, secara klinis Aplikasi Hipertensi Learning mampu mempertahankan dan memperbaiki tingkat kecemasan pasien hipertensi. Temuan ini mendukung teori bahwa edukasi digital meningkatkan self-efficacy, menurunkan persepsi ancaman penyakit, dan memperbaiki respons psikologis pasien kronis. Dengan demikian, Hipertensi Learning tetap memiliki nilai praktis dan klinis yang penting sebagai bagian dari intervensi keperawatan berbasis teknologi di era transformasi digital layanan kesehatan.

Kata Kunci: *Hipertensi Learning, Kecemasan, Pasien*

ABSTRACT

*The development of digital technology in the health sector has given birth to various health learning applications, one of which is a special education application for hypertension. This study aims to determine the effect of hypertension learning on anxiety levels in hypertension patients at Sari Asih Hospital, Serang. Method: This study uses a quantitative approach with a pretest & posttest design, using a total sampling technique. Hypothesis testing uses a marginal homogeneity test. The questionnaire uses the Zung Self Anxiety Scale. Results: The P Value is: 0.157 which is greater than 0.05 (>0.05), which means there is no significant difference between anxiety levels before and after the intervention. The correlation coefficient (*r*) cannot be calculated because all anxiety values in the post-test are in one category, namely all mild (there is no data variation). The direction of the relationship is positive, because it is towards improvement in all (towards mild), the density of the relationship is clinically strong, because 100% of the post-test results are in the best category (mild). Conclusion: Although no statistically significant differences were found, the Hypertension Learning application was clinically effective in maintaining and improving anxiety levels in hypertensive patients. These findings support the theory that digital education increases self-efficacy, reduces perceived threat of illness, and improves psychological responses in chronic patients. Therefore, Hypertension Learning continues to have important practical and clinical value as part of technology-based nursing interventions in the era of digital transformation in healthcare.*

Keywords: *Hypertension Learning, Anxiety, Patients*

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis tidak menular yang prevalensinya terus meningkat secara global. Menurut *World Health Organization* (WHO), lebih dari 1,2 miliar orang di seluruh dunia mengalami hipertensi, dan hanya 1 dari 5 orang yang berhasil mengontrolnya secara optimal (WHO, 2021). Di Indonesia sendiri, hasil Riset Kesehatan Dasar 2018 menunjukkan prevalensi hipertensi sebesar 34,1%. Kondisi ini bukan hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga psikologis, salah satunya adalah meningkatnya kecemasan akibat ketidaktahuan pasien tentang kondisi dan cara pengelolannya (Kemenkes RI, 2018). Kecemasan pada pasien hipertensi dapat memperburuk kondisi penyakit akibat peningkatan aktivitas sistem saraf simpatik yang menyebabkan tekanan darah semakin tinggi. Sebuah studi menyebutkan bahwa lebih dari 40% pasien hipertensi mengalami kecemasan sedang hingga berat, yang jika tidak ditangani dapat menghambat keberhasilan terapi jangka panjang (Taal et al., 2019). Terapi medis pada pasien hipertensi umumnya berfokus pada pengendalian tekanan darah secara farmakologis. Namun, sebagian besar pasien hipertensi masih mengalami kecemasan meskipun telah mendapatkan terapi medis. Kondisi ini menunjukkan bahwa penatalaksanaan hipertensi tidak hanya memerlukan pendekatan medis, tetapi juga intervensi edukatif dan psikologis. Oleh karena itu, intervensi non-farmakologis berbasis edukasi dan teknologi menjadi salah satu pendekatan penting untuk membantu pasien mengelola penyakitnya sekaligus menurunkan tingkat kecemasan (Kirkman et al., 2015).

Perkembangan teknologi digital di bidang kesehatan telah melahirkan berbagai aplikasi pembelajaran kesehatan, salah satunya adalah aplikasi edukasi khusus hipertensi. Aplikasi ini dapat menyajikan informasi interaktif terkait pengetahuan hipertensi, pengendalian gaya hidup, serta teknik relaksasi. Studi yang dilakukan oleh Lee et al. (2020) menunjukkan bahwa penggunaan

aplikasi edukasi hipertensi secara teratur selama 4 minggu dapat menurunkan tingkat kecemasan dan meningkatkan *self-efficacy* pasien dalam pengelolaan tekanan darah.

Penelitian lain oleh Safitri & Sari (2022) juga mengungkapkan bahwa pemberian edukasi melalui media digital seperti aplikasi seluler memiliki efektivitas lebih tinggi dibandingkan metode konvensional, karena bersifat fleksibel, berulang, dan visual. Hasil penelitian mereka menunjukkan adanya penurunan signifikan pada skor kecemasan pasien setelah menggunakan aplikasi edukasi hipertensi selama dua minggu. Hal ini mendukung peran penting dari *digital health tools* dalam meningkatkan kualitas hidup pasien kronis.

Mengingat pentingnya pengelolaan kecemasan dalam tatalaksana hipertensi, serta potensi besar dari aplikasi berbasis pembelajaran digital, maka perlu dilakukan penelitian untuk mengkaji pengaruh Hipertensi *Learning* terhadap tingkat kecemasan pasien hipertensi. Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Sari Asih Serang sebagai upaya mendukung program transformasi digital pelayanan kesehatan dan penguatan edukasi pasien secara berkelanjutan (Fitriani et al., 2023).

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan *pretest & posttest* design, menggunakan teknik *total sampling*. Uji hipotesis menggunakan *marginal homogeneity test*. Kuesioner menggunakan *Zung Self Anxiety Scale*.

HASIL

Nilai *P Value* sebesar : 0,157 yaitu lebih besar dari 0,05 ($>0,05$), yang artinya tidak terdapat perbedaan yang bermakna antara Tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi. Nilai *koefisien korelasi* (*r*) tidak dapat dihitung karena seluruh nilai kecemasan pada *post test* berada pada satu kategori, yaitu ringan semua (tidak terdapat variasi data). Arah hubungan positif, karena ke arah perbaikan semuanya (kearah ringan), kerapatan hubungan secara klinis kuat, karena 100% hasil *post test* berada dikategori terbaik (ringan)

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (54%), berusia dewasa tengah 40–59 tahun (52%), dan sebagian besar bekerja sebagai karyawan pabrik (24%). Karakteristik ini sesuai dengan epidemiologi hipertensi di Indonesia yang menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi meningkat pada usia produktif akhir dan lebih tinggi pada perempuan setelah usia 40 tahun akibat perubahan hormonal dan peningkatan stres psikososial (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018; Junaedi et al., 2013).

Dewasa tengah merupakan fase kehidupan dengan beban peran ganda, yaitu tanggung jawab pekerjaan, keluarga, dan kondisi kesehatan yang mulai menurun. Situasi ini meningkatkan stres dan kecemasan, terutama ketika individu menderita penyakit kronis seperti hipertensi. Stuart (2016) menyatakan bahwa perubahan peran dan ancaman terhadap integritas fisik merupakan faktor presipitasi utama kecemasan. Hal ini relevan dengan karakteristik responden penelitian ini. Dominasi pekerjaan sebagai karyawan pabrik juga dapat berkontribusi terhadap kecemasan karena jenis pekerjaan ini sering dikaitkan dengan tekanan kerja, jam kerja panjang, dan keterbatasan waktu untuk mengelola kesehatan. Kondisi ini dapat memperkuat persepsi ancaman terhadap penyakit hipertensi yang diderita.

Hasil analisis menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi Hipertensi Learning, sebagian besar responden mengalami kecemasan ringan (96%) dan sebagian kecil mengalami kecemasan sedang (4%). Tidak ditemukannya kecemasan berat atau panik menunjukkan bahwa secara umum pasien masih mampu melakukan adaptasi, tetapi tetap mengalami kekhawatiran terhadap kondisi penyakitnya.

Menurut Stuart (2016), pasien dengan penyakit kronis seperti hipertensi sering mengalami kecemasan akibat ketidakpastian terhadap kondisi fisik, risiko komplikasi, serta kebutuhan pengobatan jangka panjang. Ketidaktahuan dan kurangnya pemahaman tentang penyakit memperburuk respons

psikologis pasien. Hal ini sejalan dengan latar belakang penelitian yang menyatakan bahwa kecemasan pada pasien hipertensi sering dipicu oleh kurangnya informasi dan kontrol diri terhadap penyakit (Taal et al., 2019).

a. Tingkat kecemasan setelah intervensi

Setelah diberikan intervensi Hipertensi Learning, seluruh responden (100%) berada pada kategori kecemasan ringan. Dua responden yang sebelumnya berada pada kecemasan sedang berpindah ke kategori kecemasan ringan. Hal ini menunjukkan adanya perbaikan klinis pada sebagian responden.

Temuan ini mendukung teori psikoterapi reedukasi yang menyatakan bahwa pemberian edukasi berulang dan terstruktur dapat menurunkan kecemasan dengan meningkatkan pemahaman, kontrol diri, dan kemampuan coping pasien (Pragholapati et al., 2021). Aplikasi Hipertensi Learning menyediakan informasi, video, pengingat, dan konsultasi yang membantu pasien memahami kondisi hipertensinya secara lebih komprehensif, sehingga mengurangi persepsi ancaman terhadap penyakit.

Penelitian ini juga konsisten dengan hasil Lee et al. (2020) dan Safitri & Sari (2022), yang menunjukkan bahwa edukasi digital berbasis aplikasi dapat menurunkan kecemasan dan meningkatkan *self-efficacy* pasien hipertensi.

Uji *Marginal Homogeneity* (McNemar) menunjukkan nilai $p = 0,157$ ($p > 0,05$), sehingga secara statistik tidak terdapat perbedaan yang bermakna antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi. Secara statistik, hipotesis alternatif (H_a) tidak dapat diterima. Namun secara klinis, hasil menunjukkan bahwa seluruh responden berada pada kategori kecemasan ringan setelah intervensi, dengan dua responden mengalami perbaikan dari sedang menjadi ringan. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun perubahan belum signifikan secara statistik, intervensi Hipertensi Learning memiliki manfaat klinis dalam membantu perbaikan dan stabilisasi kondisi psikologis pasien hipertensi.

Tidak adanya signifikansi statistik dapat

disebabkan oleh: 1). Efek lantai (*floor effect*), sebanyak 96% responden sudah berada pada kecemasan ringan sebelum intervensi, sehingga ruang untuk perbaikan secara statistik sangat kecil. 2). Tidak adanya variasi data pada *post-test*, semua responden berada pada satu kategori (ringan), sehingga analisis korelasi dan uji perbedaan menjadi terbatas. 3). Durasi dan intensitas intervensi, Intervensi mungkin belum cukup lama untuk menghasilkan perubahan yang signifikan secara statistik, meskipun perubahan klinis sudah terlihat.

Hasil analisis *post-test* juga menunjukkan bahwa data bersifat homogen, yang menandakan bahwa efek intervensi Hipertensi Learning konsisten pada seluruh responden. Kondisi ini bukanlah kelemahan instrumen maupun kesalahan analisis statistik, melainkan merupakan karakteristik dari hasil penelitian. Intervensi yang diberikan berperan dalam mempertahankan dan menstabilkan tingkat kecemasan pasien hipertensi, sehingga tidak terjadi peningkatan kecemasan pasca intervensi. Hal ini sejalan dengan teori kognitif sosial, yang menyatakan bahwa pemberian informasi dan edukasi secara terstruktur dapat meningkatkan kontrol diri dan mengurangi ketidakpastian, sehingga individu mampu mengelola kecemasan dengan lebih baik. Selain itu, penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa intervensi edukasi berbasis aplikasi pada pasien hipertensi dapat menstabilkan tingkat kecemasan dan meningkatkan kepatuhan terhadap pengelolaan penyakit kronis. Oleh karena itu, homogenitas data *post-test* mencerminkan keberhasilan Hipertensi Learning dalam memberikan efek yang beragam dan positif pada responden.

Terdapat beberapa penelitian terdahulu yang menunjukkan hasil yang berbeda dengan temuan penelitian ini. Diantaranya adalah penelitian: Prasetya (2024), dalam penelitian yang berjudul : Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat ansietas klien hipertensi. Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai, menyatakan bahwa : “Pendidikan kesehatan signifikan menurunkan tingkat

anxiety pada pasien hipertensi dibanding kontrol”. Shabrina (2024), dalam penelitian yang berjudul : Pengaruh edukasi kesehatan tentang hipertensi terhadap tingkat kecemasan pada pasien hipertensi. Universitas Widya Husada Semarang, menyatakan bahwa : “Edukasi kesehatan hipertensi menurunkan kecemasan ($p < 0,05$)”.

Utami et al. (2025) dalam penelitian yang berjudul : Upaya peningkatan kemampuan klien hipertensi dalam menurunkan kecemasan melalui psikoedukasi. Jurnal Peduli Masyarakat, menyatakan bahwa : “Psikoedukasi menurunkan kecemasan, meningkatkan pengetahuan dan coping kemampuan”. Tiveni (2025) dalam penelitian yang berjudul : Edukasi penanganan dan penilaian tingkat ansietas pada lansia yang mengalami hipertensi. Jurnal Peduli Masyarakat, menyatakan bahwa : “Edukasi terkait ansietas pada lansia dengan hipertensi menunjukkan efektivitas dalam konteks populasi elderly”.

Apriyanti et al. (2025) dalam penelitian yang berjudul : Psikoedukasi keluarga pada klien dan caregiver lansia dengan hipertensi. Jurnal Keperawatan Silampari, menyatakan bahwa : “Psikoedukasi keluarga meningkatkan pengetahuan dan kemampuan coping terhadap kecemasan”.

Adapun jurnal-jurnal yang sejalan dengan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut : Jafari, F. & Shahriari, M. (2022), dalam penelitian yang berjudul : *Effects of lifestyle education on depression, anxiety, stress and perceived family support among hypertensive patients. Med Surg Nursing Journal*. Menyatakan bahwa : “Beberapa studi edukasi gaya hidup tidak selalu efektif secara statistik menurunkan kecemasan/ stres dalam setting tertentu”. Febiola, S., & Hudiawati, D. (2024), dalam penelitian yang berjudul : Pengaruh edukasi kesehatan terhadap tingkat kecemasan pada penderita hipertensi. Prepotif : Jurnal Kesehatan Masyarakat. Menyatakan bahwa : “Pengetahuan meningkat tetapi kecemasan tidak menurun signifikan, terutama dalam desain pre-post tanpa kontrol”.

Pada hasil ini tidak bertentangan dengan literatur, karena penelitian sebelumnya

menunjukkan bahwa aplikasi edukasi digital lebih efektif pada pasien dengan tingkat kecemasan sedang hingga berat (Lee et al., 2020; Safitri & Sari, 2022). Pada populasi dengan kecemasan ringan, manfaatnya lebih bersifat mempertahankan kondisi baik dan mencegah perburukan. Hasil penelitian ini memperkuat peran perawat dalam pemberian edukasi berbasis teknologi. Sesuai SDKI, SLKI, dan SIKI, edukasi kesehatan dan manajemen kecemasan merupakan intervensi inti pada pasien hipertensi. Hipertensi Learning dapat menjadi media yang mendukung intervensi ini secara berkelanjutan, fleksibel, dan terpersonalisasi. Meskipun secara statistik tidak ditemukan perbedaan bermakna, secara klinis aplikasi Hipertensi Learning mampu mempertahankan dan memperbaiki tingkat kecemasan pasien hipertensi. Temuan ini mendukung teori bahwa edukasi digital meningkatkan *self-efficacy*, menurunkan persepsi ancaman penyakit, dan memperbaiki respons psikologis pasien kronis. Dengan demikian, Hipertensi Learning tetap memiliki nilai praktis dan klinis yang penting sebagai bagian dari intervensi keperawatan berbasis teknologi di era transformasi digital layanan kesehatan.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian mengenai pengaruh hipertensi learning terhadap tingkat kecemasan di Rumah Sakit Sari Asih Serang, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Responden penelitian mayoritas berjenis kelamin Perempuan yaitu sebanyak 27 Responden (54,0%).
2. Responden penelitian mayoritas berusia 40-59 tahun (dewasa tengah) yaitu sebanyak 26 Responden (52,0%).
3. Responden penelitian mayoritas bekerja sebagai karyawan pabrik, yaitu sebanyak 12 Responden (24,0%).
4. Menunjukkan mayoritas responden mengalami kecemasan ringan sebelum intervensi, yaitu sebanyak 48 responden (96,0%).
5. Mayoritas responden mengalami kecemasan ringan setelah intervensi, yaitu sebanyak 50 responden (100,0%).
6. Nilai *P Value* sebesar: 0,157 yaitu lebih besar dari 0,05 (>0,05), yang artinya tidak terdapat perbedaan yang bermakna antara Tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi. Nilai koefisien korelasi (*r*) tidak dapat dihitung karena seluruh nilai kecemasan pada *post test* berada pada satu kategori, yaitu ringan semua (tidak terdapat variasi data). Arah hubungan positif, karena ke arah perbaikan semuanya (kearah ringan), keeratan hubungan secara klinis kuat, karena 100% hasil *post test* berada dikategori terbaik (ringan).

REFERENSI

- Alessa, T., S Hawley, M., Alsulamy, N., & De Witte, L. (2021). Using A Commercially Available App For The Self-Management Of Hypertension: Acceptance And Usability Study In Saudi Arabia. *Jmir Mhealth And Uhealth*, 9(2), E24177. <https://doi.org/10.2196/24177>
- Apriyanti, Y., Hamid, A. Y. S., Susanti, H., & Putri, Y. S. E. (2025). *Psikoedukasi keluarga pada klien dan caregiver lansia dengan hipertensi*. *Jurnal Keperawatan Silampari*.
- Bellah, R., Nurmala, I., & Fatah, M. (2023). The Effectiveness Of Social Media On Hypertension Self-Management: A Systematic Review. *Jurnal Endurance*, 8(1), 18–29. <https://doi.org/10.22216/Jen.V8i1.1850>
- Bhandari, B., Narasimhan, P., Jayasuriya, R., Vaidya, A., & Schutte, A. E. (2022). Effectiveness And Acceptability Of A Mobile Phone Text Messaging Intervention To Improve Blood Pressure Control (Text4bp) Among Patients With Hypertension In Nepal: A Feasibility Randomised Controlled Trial. *Global Heart*, 17(1), 13. <https://doi.org/10.5334/Gh.1103>
- Diferiansyah, Okta, Septa, T., & Lisiswanti, R. (2016). Gangguan Cemas Menyeluruh. *Medical Profession*

- Journal Of Lampung [Medula]*, 2, 5–12.
- Fitriah, D W A. (2021). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Ny. Y Dengan Stroke Iskemik Dengan Faktor Penyulit Hipokalemia Di Ruang Cempaka Rumah Sakit Swasta Bekasi Barat. *Repository Stikes Mitra Keluarga.*, 1, 1–22.
- Febiola, S., & Hudiawati, D. (2024). Pengaruh edukasi kesehatan terhadap tingkat kecemasan pada penderita hipertensi. *Prepotif : Jurnal Kesehatan Masyarakat.*
- Fitriani, R., Nurhidayah, L., & Santoso, A. (2023). Transformasi Digital Pelayanan Kesehatan Berbasis Edukasi Pasien. *Jurnal Inovasi Kesehatan*, 11(2), 145–153.
- Gill, I., Oster, C., & Lawn, S. (2020). Assessing Competence In Health Professionals' Use Of Motivational Interviewing: A Systematic Review Of Training And Supervision Tools. *Patient Education And Counseling*, 103(3), 473–483. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2019.09.021>
- Hasiva, F., Nur Athi, A., & Saputro, S. (2024). Nursing Care In Hypertensive Patients: Anxiety With Five Finger Hypnosis Relaxation Therapy Intervention. *Journal Of Health Sciences*, 2(1), 155–165.
- Hotijah, S., Dewi, E., & Kurniawan. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Baru Luar Pulau Jawa Universitas Jember. *Pustaka Kesehatan*, 9(2), 111–115.
- Junaedi, E., Edi, & Ella. (2013). Etiologi Hipertensi . *Dalam Nursalam, Manajemen Keperawatan*, 2(3), 114–120.
- Jafari, F. & Shahriari, M. (2022). *Effects of lifestyle education on depression, anxiety, stress and perceived family support among hypertensive patients. Med Surg Nursing Journal.*
- Kemenkes Ri. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018. *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan.*
- Kemenkes Ri. (2019). Pedoman Nasional Pengelolaan Hipertensi. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.*
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018. *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Ri.*
- Kirkman, M. S., Rowan-Martin, M. T., Levin, R., Fonseca, V. A., Schmittiel, J. A., Herman, W. H., & Aubert, R. E. (2015). Determinants Of Adherence To Diabetes Medications: Findings From A Large Pharmacy Claims Database. *Diabetes Care*, 38(4), 604–609. <https://doi.org/10.2337/dc14-2098>
- Lobo, E. H., Karmakar, C., Abdelrazek, M., Abawajy, J., Chow, C. K., Zhang, Y., Kabir, M. A., Daryabeygi, R., Maddison, R., & Islam, S. M. S. (2023). Design And Development Of A Smartphone App For Hypertension Management: An Intervention Mapping Approach. *Frontiers In Public Health*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1092755>
- Minasari, S., Azam, M., & Rahayu, S. R. (2022). Pengembangan Aplikasi Monitoring Penyakit Hipertensi Dan Diabetes Mellitus Terintegrasi. *Jurnal Manajemen Kesehatan Indonesia*, 10(1), 28–42. <https://doi.org/10.14710/jmki.10.1.2022.28-42>
- Motta, Y. (2024). A Systematic Review And Meta Analysis Of Smartphone Apps To Support The Self Management Of Hypertension. *Sciencedirect Ssp Health*, 2(1), 56–60.
- Mukholil. (2018). Kecemasan Dalam Belajar. *Jurnal Ekspone. Psychiatric Nursing: Evidence-Based Care* , 22–24.
- Nakrys, M., Valinskas, S., Aleknavicius, K., & Jonusas, J. (2023). Pilot

- Investigation Of Blood Pressure Control Using A Mobile App (Cardi.Health): Retrospective Chart Review Study. *Jmir Cardio*, 7, E48454.
<https://doi.org/10.2196/48454>
- Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan (Edisi Ke-3). Jakarta: Rineka Cipta., 78–90.
- Nozato, Y., & Yamamoto, K. (2024). The Effects Of Smartphone Apps Expected In Self-Management For Hypertension Management. *Hypertension Research*, 47(2), 564–565.
<https://doi.org/10.1038/S41440-023-01516-3>
- Nurarif, Amin, H., & Hardhi, K. (2015). Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis & Nanda Nic-Noc. Yogyakarta: *Mediacion* 59, 60.
- Pragholapati, A., Anna, A. N., Ratna E, S., & Hermiati, D. (2021). Implementation Of Early Detection Of Mental Nursing In The Community . *Indonesian Journal Of Community Development* , 1(1), 19–22.
- Prasetya, A. S. (2024). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat ansietas klien hipertensi. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*.
- Rahmah, R. N. (2021). Asuhan Keperawatan Pada Lansia Dengan Hipertensi (Tesis). Universitas Muhammadiyah Demak.
- Saba, R., Lisiswanti, R., & Cania, B. E. (2018). Hubungan Self-Efficacy Terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Majority. *Medical Journal Of Lampung University*, 7(3), 12–16.
- Shabrina, S. G. (2024). Pengaruh edukasi kesehatan tentang hipertensi terhadap tingkat kecemasan pada pasien hipertensi. Universitas Widya Husada Semarang.
- Safitri, D., & Sari, I. K. (2022). Efektivitas Media Aplikasi Edukasi Terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Digital*, 7(1), 25–31.
- Stuart, G. W. (2016). *Principles And Practice Of Psychiatric Nursing (10th Ed.)*. Elsevier.
- Sugiyono. (2019). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D. Bandung: Alfabeta. Syahrums & Salim. (2012). . *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Citapustaka Media.
- Taal, E., Rasker, J. J., Seydel, E. R., & Wiegman, O. (2019a). Health Education And Coping Behavior In Chronic Illness. *Patient Education And Counseling*, 102(1), 1–9.
- Taal, E., Rasker, J. J., Seydel, E. R., & Wiegman, O. (2019b). Psychological Consequences Of Hypertension: The Role Of Illness Perceptions. *Journal Of Hypertension Research*, 36(1), 45–50.
- Triyanto, E. (2014). Manajemen Keperawatan: Aplikasi Dalam Praktik Keperawatan Profesional . Salemba Medika, 4.
- Tiveni, E. (2025). Edukasi penanganan dan penilaian tingkat ansietas pada lansia yang mengalami hipertensi. *Jurnal Peduli Masyarakat*.
- Utami, T., Agustina, A., & Astuti, Y. S. (2025). Upaya peningkatan kemampuan klien hipertensi dalam menurunkan kecemasan melalui psikoedukasi. *Jurnal Peduli Masyarakat*.
- World Health Organization. (2021). *Hypertension*.