



PENGARUH PEMBERIAN JAHE TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI

¹Fauziah Solihah Nur Hayati, ²Nina Pamela Sari, ³Miftahul Falah, ⁴Asep Mukhsin

^{1,2,3,4}Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Article Information

Received: May, 2022

Revised: June, 2022

Available online: July, 2022

Keywords

Jahe, Nadi, Hipertensi

Correspondence

Phone: 08112112784

E-mail : ninapamelasari@gmail.com

ABSTRACT

Hipertensi atau tekanan darah sering dikaitkan dengan tekanan, kecemasan, dan hiperaktivitas oleh masyarakat. Hipertensi atau penyakit hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik (TDS) yang menetap pada derajat 140 mmHg atau lebih dan denyut nadi diastolik (TDD) pada derajat 90 mmHg atau lebih. Motivasi di balik penulisan survei ini adalah untuk memutuskan dampak pemberian jahe dalam mengurangi ketegangan peredaran darah pada pasien hipertensi. Konfigurasi eksplorasi ini menggunakan strategi menulis survey atau menulis audit. Pencarian artikel dilakukan menggunakan pencari internet Google Researcher lebih dari 10 buku harian konten lengkap yang dikoordinasikan dengan model pertimbangan. Mengingat konsekuensi dari audit buku harian, menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian jahe terhadap penurunan tekanan peredaran darah pada pasien hipertensi. Pengaruh pemberian jahe sebagian besar mempengaruhi penurunan denyut nadi, namun hal ini mungkin tidak akan membuat pasien sembuh. Pemberian jahe kemungkinan dapat menurunkan ketegangan peredaran darah saat denyut nadi tinggi, hal ini dikarenakan adanya berbagai variabel yang mempengaruhi, antara lain usia, jenis kelamin, unsur alam dan adanya infeksi bawaan. Akhir: pasien hipertensi sudah memahami konsep hipertensi, setelah pemberian jahe tekanan peredaran darah mereka turun dan menunjukkan penurunan terus menerus. Audit penulisan ini dipercaya dapat menjadi referensi dan informasi tambahan tentang hipotesis dari beberapa catatan harian untuk menjadi korelasi bagi petugas medis untuk memberikan arahan tentang dampak pemberian jahe terhadap penurunan denyut nadi pada orang yang mengalami hipertensi.

PENDAHULUAN

Seperti yang ditunjukkan oleh World Health Association (WHO), dominasi hipertensi di seluruh dunia sangat tinggi, dan angka kematian meningkat setiap hari. Istilah klinis untuk denyut nadi adalah hipertensi, yang menyiratkan bahwa regangan peredaran darah di pembagi saluran terlalu tinggi. Tekanan darah lebih tinggi dari 140/90 mmHg.

Hipertensi merupakan penyakit yang biasanya diderita oleh seluruh penduduk di Indonesia. Hipertensi tidak menimbulkan manifestasi pada pasien, namun bukan berarti tidak berisiko. Pada umumnya, semua penyakit klinis yang tampak biasanya disertai dengan tanda dan indikasi. Bagaimanapun, ini tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap hipertensi. Hipertensi adalah kondisi medis di planet ini karena merupakan faktor bahaya mendasar bagi penyakit (Tecnológico, 2018)

Di Wilayah Jawa Barat, sesuai informasi Riskedas tahun 2013, prevalensi hipertensi pada usia 18 tahun diperkirakan merupakan kejadian hipertensi keempat setelah Bangka Belitung (30,9%) di Kalimantan Selatan (29,4%) (30,8%) dan Kalimantan Timur (29,4%) dan Wilayah Jawa Barat, Kalimantan (29,6%) (Riskedas, 2013). Bersamaan dengan itu, pada tahun 2018, Jawa Barat menempati urutan kedua di Indonesia dengan 39,6% kasus hipertensi, kedua setelah Kalimantan Selatan, yaitu 44,1% (Riskedas, 2018). Tingkat hipertensi sangat tinggi, terutama pada orang tua, tingkat pervasiveness mencapai 60% hingga 80% di atas usia 60 tahun.

Di Indonesia, jika dilihat dari studi daerah yang dilakukan selama ini, informasi yang dikumpulkan menunjukkan bahwa hipertensi mewakili 6-15% dari total penduduk Indonesia (Santoso, 2015). Masyarakat Indonesia pada hipertensi normal tetap melalui pengobatan, khususnya pengobatan yang diberikan sebagai obat. Selain pengobatan dengan obat, pengobatan non obat juga dapat diberikan kepada pasien dengan hipertensi lengkap. Non-narkotika pada pasien hipertensi adalah mengubah cara hidup, seperti olahraga dan

makan variasi makanan yang baik untuk mengontrol berat badan untuk menjaga gaya hidup sehat, menjauhi kegemukan, berhenti merokok, mencari cara untuk mengontrol tekanan dan mengurangi penerimaan garam (Tecnológico, 2018).

Pemeriksaan yang dilakukan oleh Ojulari, Okesina, dan Owoyele (2014) pada 60 orang yang diwawancarai menunjukkan bahwa konsentrat jahe menurunkan tekanan peredaran darah setelah 2 jam. Jahe dapat mempercepat aliran darah dan menjaga denyut nadi rendah (Bhuiyan, 2015). Menurut World Wellbeing Association (WHO), prevalensi hipertensi di seluruh dunia sangat tinggi, dan angka kematian meningkat setiap hari. Istilah klinis untuk denyut nadi adalah hipertensi, yang menyiratkan bahwa ketegangan peredaran darah di pembagi koridor terlalu tinggi. Strain sirkulasi lebih tinggi dari 140/90 mmHg.

Hipertensi merupakan penyakit menular yang sering diderita oleh seluruh penduduk di Indonesia. Hipertensi tidak menimbulkan manifestasi pada pasien, namun bukan berarti tidak berbahaya. Sebagai aturan umum, semua penyakit klinis yang tampak biasanya disertai dengan tanda dan manifestasi. Bagaimanapun, ini tidak membuat perbedaan pada hipertensi. Hipertensi adalah masalah medis di planet ini karena merupakan faktor bahaya mendasar untuk infeksi (Tecnológico, 2018)

Di Wilayah Jawa Barat, sebagaimana ditunjukkan oleh informasi Riskedas tahun 2013, prevalensi hipertensi pada usia 18 tahun diperkirakan merupakan kejadian hipertensi keempat setelah Bangka Belitung (30,9%) di Kalimantan Selatan (29,4%) (30,8%) dan Kalimantan Timur. (29,4%) dan Wilayah Jawa Barat, Kalimantan (29,6%) (Riskedas, 2013). Bersamaan dengan itu, pada tahun 2018, Jawa Barat menempati posisi kedua di Indonesia dengan 39,6% kasus hipertensi, kedua setelah Kalimantan Selatan, yaitu 44,1% (Riskedas, 2018). Angka kejadian hipertensi cukup tinggi, terutama pada usia lanjut, angka kejadiannya mencapai 60% sampai 80% di atas usia 60 tahun.

Di Indonesia, jika dilihat dari tinjauan daerah setempat hingga saat ini, informasi yang dikumpulkan menunjukkan bahwa hipertensi mewakili 6-15% dari seluruh penduduk Indonesia (Santoso, 2015). Masyarakat Indonesia pada hipertensi normal tetap melalui terapi obat, khususnya terapi obat yang diberikan sebagai obat. Selain pengobatan dengan obat, pengobatan non obat juga dapat diberikan kepada pasien dengan hipertensi lengkap. Non-narkotika pada pasien hipertensi adalah mengubah cara hidup, seperti olahraga dan makan varietas makanan berkualitas untuk mengontrol berat badan untuk menjaga gaya hidup sehat, untuk menjauh dari kekar, berhenti merokok, mencari cara untuk mengontrol tekanan dan mengurangi penerimaan garam (Tecnológico, 2018).

Investigasi yang dipimpin oleh Ojulari, Okesina, dan Owoyele (2014) pada 60 orang yang diwawancarai menunjukkan bahwa konsentrat jahe menurunkan denyut nadi setelah 2 jam. Jahe dapat mempercepat aliran darah dan menjaga denyut nadi rendah (Bhuiyan, 2015).

METODE

Eksplorasi yang telah dilakukan oleh para ahli menggunakan metode kuantitatif dengan konfigurasi penelitian semi eksploratori prepost, dilengkapi dengan tes terhadap korban hipertensi yang mengalami peningkatan denyut nadi dengan subjek

dilihat sebelum syafaat, kemudian, kemudian menggunakan konsentrat tulisan melalui penelitian. artikel/buku harian sebagai sumber informasi yang didapat dengan memanfaatkan google scholar menggunakan semboyan hipertensi, jahe, gangguan peredaran darah

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konsekuensi dari pemeriksaan dapat digambarkan dari semua artikel diary, khususnya 6 artikel diary. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada dampak pemberian jahe terhadap penurunan denyut nadi pada pasien hipertensi dengan hasil yang baik secara umum. Karena pemberian jahe berperan dalam menurunkan tekanan peredaran darah korban. Pemberian jahe ini dapat diberikan dengan cara merebus jahe, tambahan jahe, dan menyiram kaki, agar denyut nadi terus berkurang dengan pemberian jahe. Walaupun dampak dari pemberian jahe ke daerah sudah diatur sedemikian besar, masih ada masyarakat yang percaya dan ada juga yang tidak. Hal ini dikarenakan orang hanya memikirkan khasiat jahe, namun tidak benar-benar memahami manfaatnya. Jahe memiliki manfaat dalam menurunkan denyut nadi melalui barikade saluran kalsium bawahan tegangan, Jahe juga dapat menurunkan tekanan peredaran darah dengan menekan aktivitas Pro (Al-Azzawie, Aziz, dan Ruaa, 2014).

**ANALISIS JURNAL 1
PENGARUH PEMBERIAN JAHE TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADAPASIE
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BATUA**

No	Kriteria	Jawab	Pembenaran dan clinical thinking
1.	P (patient/population)	YA	<ul style="list-style-type: none"> Masalah klinik pada penelitian jurnal ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian jahe terhadap perubahan tekanan darah pada hipertensi di wilayah kerja puskesmas Batua. Population pada jurnal ini adalah penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Batua

2.	I (intervention)	YA	<ul style="list-style-type: none"> • Metode sampel adalah Purposive Sampling dengan jumlah responden 22 orang sesuai kriteria inklusi • Jenis penelitian yang digunakan adalah Melakukan pengukuran tekanan darah (pre test) dengan menggunakan stetoskop dan tensimeter
3.	C (comparasion)	YA	<ul style="list-style-type: none"> • Rancangan ini dimaksudkan untuk untuk mengetahui bagaimana pengaruh pemberian jahe terhadap perubahan tekanan darah pada hipertensi di wilayah kerja puskesmas Batua.
4.	O (outcome)	YA	<ul style="list-style-type: none"> • hasil penelitian adalah Pada kelompok intervensi, terdapat pengaruh pemberian ekstrak jahe terhadap tekanan darah diastolik setelah 2 minggu ($p=0,015$) tetapi tekanan darah sistolik tidak terdapat pengaruh yang signifikan ($p=0,086$). Sedangkan pada kelompok kontrol, tidak terdapat pengaruh yang signifikan terhadap tekanan darah sistolik ($p=0,086$) dan diastolik ($p=0,123$). Perbedaan tekanan darah antara kelompok intervensi dan kontrol setelah 2 minggu pemberian jahe dengan $p=0,523$ untuk sistolik dan $p=0,915$ untuk diastolik tidak memiliki perbedaan yang signifikan. Namun secara klinis, terdapat penurunan tekanan darah sistolik maupun diastolik pada kelompok intervensi setelah 2 minggu pemberian jahe dan 1 minggu pemberian jahe dihentikan tetapi tidak signifikan.
5.	T (time)	YA	<ul style="list-style-type: none"> • 7 februari tahun 2018

ANALISIS JURNAL 2

PENERAPAN REBUSAN ZINGIBER (JAHE) UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA KELUARGA TN. A KHUSUSNYA NY. A DI JORONG LADANG HUTAN KEC. BASOKAB. AGAM TAHUN 2019

No	Kriteria	Jawab	Pembenaran dan clinical thinking
1.	P (patient/population)	YA	<ul style="list-style-type: none"> • Masalah klinik pada penelitian jurnal ini adalah untuk mengetahui bagaimana penerapan jahe untuk menurunkan tekanan darah pada keluarga Tn.A khususnya Ny.A di jorong ladang hutan Kecamatan. Baso Kabupaten. Agam Tahun 2019 • Population pada jurnal ini adalah Ny.A di jorong ladang hutan Kecamatan. Baso Kabupaten. Agam Tahun 2019

2.	I (intervention)	YA	<ul style="list-style-type: none"> • Metode sampel adalah Metode kualitatif dengan pendekatan terhadap keluarga • Jenis penelitian yang digunakan adalah teknik eksperimental
3.	C (comparasion)	YA	<ul style="list-style-type: none"> • Rancangan ini dimaksudkan untuk mengetahui bagaimana penerapan jahe untuk menurunkan tekanan darah pada keluarga Tn.A khususnya Ny.A di jorong ladang hutan Kecamatan. Baso Kabupaten. Agam Tahun 2019
4.	O (outcome)	YA	<ul style="list-style-type: none"> • hasil penelitian adalah menunjukkan penurunan yang signifikan dalam tekanan darah sistolik dan diastolik yang awalnya 160/100 mmHg menjadi 130/90. Jadi, jahe mampu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Pengurangan tekanan darah terjadi setelah 5 hari pemberian jahe.
5.	T (time)	YA	<ul style="list-style-type: none"> • 2019

ANALISIS JURNAL 3

Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe (Zingiberaceae) Dan Bawang Putih (Allium sativum L) Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi

No	Kriteria	Jawab	Pembenaran dan clinical thinking
1.	P (patient/population)	YA	<ul style="list-style-type: none"> • Masalah klinik pada penelitian jurnal ini adalah untuk mengetahui bagaimana Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe (Zingiberaceae) Dan Bawang Putih (Allium sativum L) Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi • Population pada jurnal ini adalah h seluruh pasien hipertensi di ruang inap penyakit dalam di RSUD Dr. Achmad Mochtar Bukittinggi dengan jumlah sampel kelompok perlakuan 19 orang dan kelompok kontrol 19 orang
2.	I (intervention)	YA	<ul style="list-style-type: none"> • Metode sampel adalah Teknik pengambilan sampel dengan teknik accidental sampling • Jenis penelitian yang digunakan adalah Analisis data yang digunakan adalah uji Paired-Sample T-Test
3.	C (comparasion)	YA	<ul style="list-style-type: none"> • Rancangan ini dimaksudkan untuk untuk mengetahui bagaimana Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe (Zingiberaceae) Dan Bawang Putih (Allium sativum L) Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi

4.	O (outcome)	YA	<ul style="list-style-type: none"> hasil penelitian adalah ditemukan terdapat perbedaan tekanan darah sistolik dan diastolik setelah perlakuan. Berdasarkan hasil penelitian ini diharapkan penderita hipertensi agar mengkonsumsi air rebusan bawang putih dan jahe sebanyak 5 gr : 25 gr/hari selama 7 hari untuk menurunkan tekanan darah.
5.	T (time)	YA	<ul style="list-style-type: none"> 2020

ANALISIS JURNAL 4
PEMBERIAN MINUMAN JAHE TERHADAP TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSIDI
POSYANDU LANSIA SURYA KENCANA BULAK JAYA SURABAYA

No	Kriteria	Jawab	Pembenaran dan clinical thinking
1.	P (patient/population)	YA	<ul style="list-style-type: none"> Masalah klinik pada penelitian jurnal ini adalah untuk mengetahui bagaimana Pemberian minuman jahe terhadap tekanan darah penderita hipertensi di posyandu lansia Surya Kencana Bulak Jaya Surabaya Population pada jurnal ini adalah lansia penderita hipertensi tanpa memiliki riwayat penyakit hiperkalemia, penyakit ginjal dan gastritis sebanyak 30 responden
2.	I (intervention)	YA	<ul style="list-style-type: none"> Metode sampel adalah menggunakan simple random sampling Jenis penelitian yang digunakan adalah Analisis data yang digunakan adalah menggunakan uji Mann Whitney U.
3.	C (comparasion)	YA	<ul style="list-style-type: none"> Rancangan ini dimaksudkan untuk untuk mengetahui bagaimana Pemberian minuman jahe terhadap tekanan darah penderita hipertensi di posyandu lansia Surya Kencana Bulak Jaya Surabaya
4.	O (outcome)	YA	<ul style="list-style-type: none"> hasil penelitian adalah menunjukkan ada pengaruh pemberian minuman jahe terhadap tekanan darah penderita hipertensi. Pemberian minuman jahe dapat digunakan sebagai alternatif mengontrol tekanan darah pada penderita hipertensi dan mudah dilakukan secara mandiri karena bahan yang dibutuhkan mudah didapat dan terjangkau.
5.	T (time)	YA	<ul style="list-style-type: none"> Desember 2020

ANALISIS JURNAL 5
EFEKTIFITAS PEMBERIAN REBUSAN JAHE TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA
LANSIA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KARTASURA

No	Kriteria	Jawab	Pembenaran dan clinical thinking
1.	P (patient/population)	YA	<ul style="list-style-type: none"> Masalah klinik pada penelitian jurnal ini adalah untuk mengetahui pemberian rebusan jahe terhadap perubahan tekanan darah pada lansia hipertensi di wilayah kerja puskesmas Kartasura Population pada jurnal ini adalah lansia penderita hipertensi sebanyak 44 responden
2.	I (intervention)	YA	<ul style="list-style-type: none"> Metode sampel adalah dengan menggunakan purposive sample Jenis penelitian yang dilakukan adalah jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan Quasi 23 eksperimen dengan Nonequivalent (Pretest and Posttest) Control Group
3.	C (comparison)	YA	<ul style="list-style-type: none"> Rancangan ini dimaksudkan untuk untuk mengetahui bagaimana pemberian rebusan jahe terhadap perubahan tekanan darah pada lansia hipertensi di wilayah kerja puskesmas Kartasura
4.	O (outcome)	YA	<ul style="list-style-type: none"> hasil penelitian adalah menunjukkan diketahui bahwa nilai rerata tekanan darah sistolik pada kelompok intervensi sebelum diberikan rebusan jahe 160,00 dan diastolik 76,00. Nilai rerata setelah diberikan rebusan jahe sistolik 144,00 dan diastolik 71,00. Hasil pengukuran tekanan darah pada lansia menggambarkan bahwa rerata tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan rebusan jahe mengalami penurunan. Hipertensi yang terjadi pada lansia terjadi karena faktor usia, genetik, pola makan, dan asumsi pada lansia sendiri yang cenderung kurang menyadari bahwa penatalaksanaan hipertensi itu penting walaupun belum terjadi gejala-gejala yang lebih parah yang diakibatkan karena hipertensi.

ANALISIS JURNAL 6

PENGARUH JAHE PUTIH TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI DESA PADANGJAYA KECAMATAN MAJENANG KABUPATEN CILACAP TAHUN 2020

No	Kriteria	Jawab	Pembenaran dan clinical thinking
1.	P (patient/population)	YA	<ul style="list-style-type: none"> Masalah klinik pada penelitian jurnal ini adalah untuk mengetahui bagaimana pengaruh jahe putih terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Desa Padangjaya Kecamatan Majenang Kabupaten Cilacap Tahun 2020 Population pada jurnal ini adalah 20 lansia dengan hipertensi di Desa Padangjaya Kecamatan Majenang Kabupaten Cilacap Tahun 2020
2.	I (intervention)	YA	<ul style="list-style-type: none"> Metode sampel adalah studi kasus kontrol untuk pengujian hipotesis terhadap Odds Ratio sehingga banyak sampel menjadi 40, kelompok kontrol 20 orang lansia penderita hipertensi dan kelompok intervensi 20 orang lansia penderita hipertensi. H\ Jenis penelitian yang digunakan adalah quasi experiment
3.	C (comparasion)	YA	<ul style="list-style-type: none"> Rancangan ini dimaksudkan untuk mengetahui bagaimana pengaruh jahe putih terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Desa Padangjaya Kecamatan Majenang Kabupaten Cilacap Tahun 2020
4.	O (outcome)	YA	<ul style="list-style-type: none"> hasil penelitian adalah ada pengaruh jahe putih terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Desa Padangjaya Kecamatan Majenang Kabupaten Cilacap Tahun 2020. Saran diharapkan agar penderita hipertensi melakukan pengobatan dengan menggunakan jahe putih untuk menurunkan tekanan darah.
5.	T (time)	YA	<ul style="list-style-type: none"> 2020

Berdasarkan hasil survei dari 6 artikel buku harian, ada analis yang mengatakan (Nadia, 2020, Badriyah et al., 2020, Middleton, 2019), bahwa campuran yang terkandung dalam jahe memiliki sifat untuk menurunkan tekanan peredaran darah bagi individu dengan hipertensi.

Pemeriksaan (Badriyah et al., 2020), ditemukan dari hasil eksplorasinya bahwa nilai normal regangan peredaran darah sebelum diberi mediasi sebagai air jahe bergelembung adalah 158,56 dan setelah diberi syafaat sebagai air jahe bergelembung adalah 153,25. Penurunan nilai normal nadi pada responden sebelum dan sesudahnya adalah 5,4, sehingga dapat dikatakan bahwa terjadi penurunan tekanan peredaran darah sebelum dan sesudah diberikan syafaat. Pemeriksaan (Rafika Ramadhanti vidya, 2019) Strain sirkulasi normal kelompok mediasi pada lansia dengan hipertensi di ruang fungsi Puskesmas Kartasura sebelum perawatan sistolik adalah 162,95 mmHg dan diastolik 77,18 mmHg. Strain sirkulasi normal setelah sistolik adalah 146,36 mmHg dan diastolik adalah 72,64. Eksplorasi (Middleton, 2019), menunjukkan bahwa sebelum dilakukan hidroterapi, denyut nadi sistolik normal adalah 152,8 mmHg dandiastolik adalah 97,1 mmHg.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian tertulis tentang organisasi jahe untuk mengurangi denyut nadi pada orang yang mengalami hipertensi, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian jahe terhadap penurunan tekanan peredaran darah. Dampak dari pemberian gula merah yang besar dan memadai harus mendorong masyarakat untuk konsisten bertindak dengan cara yang baik, menangani makanan mereka.

DAFTAR PUSTAKA

Association, a. H. (2014). How potassium can help control high blood pressure. *Mayo clinic*, 5,australi.

Badriyah, d. N., rohita, t., & rosdiana, n. (2020). Pengaruh jahe putih terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di desa padangjaya kecamatan majenang kabupaten cilacap tahun 2020.

Dasar, r. K. (2018). Prevalensi kejadian hipertensi. *Badan penelitian dan pengembangan kesehatan kementerian ri tahun 2018*.

Kebidanan, p. S., tinggi, s., & kesehatan, i. (2018). *Bina husada*.

Keperawatan, a., keluarga, p., dengan, i. R., dengan, h., terapi, p., yaitu, k., daun, r., di, s., ladang, j., kecamatan, h., & kabupaten, b. (2019). *Karya ilmiah akhir ners*.[Http://repo.stikesperintis.ac.id/914/](http://repo.stikesperintis.ac.id/914/)
Khare, c. P. (2007). Zingiber officinale rosc. *Indian medicinal plants*, 007, 1–1. https://doi.org/10.1007/978-0-387-70638-2_1802

Kurniawan. (2016). Laporan ujian tengah semester etnobotani dan etnofarmakologi. *Kajian etnobotani dan etnofarmakologi bahan-bahan utama jamu gendong sebagai obat herbal tradisional etik jawa, tanggerang, universitas surya*.

Middleton, e. L. (2019). No no utama kesehatan indikator yang berhubungan dengan kesehatan analisis struktur ko-dispersi.

Nadia, e. A. (2020). Efek pemberian jahe terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi. *Jurnal medika hutama*, 02(01), 343–348.

Nurpratiwi. (2019). Rendam kaki air hangat jahe dalam menurunkan

Tekanan darah pada pasien hipertensi pendahuluan penelitian ini dilatarbelakangi berdasarkan pengalaman pribadi peneliti sebagai mahasiswa perawat pada waktu melakukan pengkajian asuhan keperawatan pada pasien. *Keperawatan*, 43, 8–19.

- Nursiyah. (2013). Studi deskriptif tanaman obat tradisional yang digunakan orangtua untuk kesehatan anak usia dini di gugus melati kecamatan kalikacar kabupaten wonosobo.semarang: universitas negri semarang.nurhayati nunung 2014. *Biologi untuk sma kelas x. Bandung : yrama widya.*
- Sanghal, a. P. (2012). An experimental study to evaluate the preventive effect of zingiber officinale (ginger) on hypertension and hyperlipidaemia and its comparison with allium sativum (garlic) in rats. *Journal of medicine plant research*, vol 6, 4231-4238.
- Setyanda, y. O. (2015). Hubungan merokok dengan kejadian hipertensi pada laki-laki usi 35-65 tahun di kota padang. . *Jurnal kesehatan andalas.*
- Susilo, y. Dan w. (2011). Cara jitu mengatasi hipertensi. *Keperawatan medikal bedah, yogyakarta.*
- Tecnológico, t. Y. (2018). No perasaan kesehatan tubuh utama dipusatkan di pusat rumah, dan mereka yang tinggal di rumah adalah indikator terkait kesehatan analisis struktur yang tersebar bersama judul 1–26.