

DAFTAR PUSTAKA

- Ahsana, N. M., & Herdiani, N. (2022). Hubungan Status Gizi dengan Tingkatan Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Klampis Ngasem Surabaya. *Kesehatan Masyarakat Mulawarman*, 4(1), 52–58.
- Amira, I., Suryani, & Hendrawati. (2021). Hubungan Tingkat Stres Dengan Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Guntur Kabupaten Garut. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-Ilmu Keperawatan, Analis Kesehatan Dan Farmasi*, 21(1), 21. <https://doi.org/10.36465/jkbth.v21i1.677>
- Ananta, R. N. A. (2023). *Hubungan Persentase Lemak Tubuh dan Sedentay Lifestyle Dengan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kaliwates* (pp. 31–41).
- Anatasta, L., Ainiyah, N., Hatmanti, N. M., & Maimunah, S. (2023). Hubungan Obesitas dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi Diwilayah Puskesmas Wonokromo Surabaya. *Sehat Rakyat: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(3), 380–387. <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v2i3.1854>
- Aqsho, I. B., & Pudjijuniarto. (2021). Hubungan Tingkat Stress Terhadap Tekanan Darah Pada Usia Madya Di Desa Katikan Kabupaten Ngawi. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 9(4), 75–84.
- Arieska, P. K., & Herdiani, N. (2020). *Hubungan Pengetahuan dan Pola Konsumsi dengan Status Gizi pada Mahasiswa Kesehatan*. 4(2), 203–211.
- Ariyani, A. R. (2020). Kejadian Hipertensi pada Usia 45-65 Tahun. *Higeia Journal of Public Health Research and Development*, 4(3), 506–518.
- Aryati, K. (2018). Peningkatan Tekanan Darah pada Pasien Perokok. *Jurnal Kesehatan Dan Agromedicine*, 2(3), 307.
- Asnaldi, A., & Richi, A. P. (2020). *Deskripsi Status Gizi dan Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar*. 1(1), 75–84.
- Ayu, M. S. (2021). Analisis Klasifikasi Hipertensi dan Gangguan Fungsi Kognitif pada

- Lanjut Usia. *JUMANTIK (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)*, 6(2), 131.
<https://doi.org/10.30829/jumantik.v6i2.8246>
- Azizah, R., & Hartanti, R. D. (2016). *Hubungan Antara Tingkat Stress Dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Wonopringgo Pekalongan*. 261–278.
- Baringbing, E. P. (2023). Pengaruh Karakteristik Pendidikan dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien Rawat Jalan di RSUD dr. Doris Sylvanus Provinsi Kalimantan Tengah. *Jurnal Surya Medika*, 9(3), 124–130.
<https://doi.org/10.33084/jsm.v9i3.6492>
- Cristanto, M., Saptiningsih, M., & Indriarini, M. Y. (2021). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Pencegahan Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda: Literature Review. *Jurnal Sahabat Keperawatan*, 3(01), 53–65.
<https://doi.org/10.32938/jsk.v3i01.937>
- Darmawan, H., Tamrin, A., & Nadimin, N. (2018). Hubungan Asupan Natrium dan Status Gizi Terhadap Tingkat Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan Di RSUD Kota Makassar. *Media Gizi Pangan*, 25(1), 11. <https://doi.org/10.32382/mgp.v25i1.52>
- De Cocker, K., De Bourdeaudhuij, I., Cardon, G., & Vandelanotte, C. (2015). Theory-driven, web-based, computer-tailored advice to reduce and interrupt sitting at work: Development, feasibility and acceptability testing among employees. *BMC Public Health*, 15(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-015-2288-y>
- Delavera, A., Siregar, K. N., Jazid, R., & Eryando, T. (2021). Hubungan Kondisi Psikologis Stress dengan Hipertensi pada Penduduk Usia Diatas 15 Tahun di Indonesia The Correlation of Psychological Stress Conditions with Hypertension Among People Over 15 Years Old in Indonesia. *Jurnal BIKFOKES (Biostatistik, Kependudukan, Dan Informatika Kesehatan)*, 3, 148–159.
<http://journal.fkm.ui.ac.id/bikfokes/article/view/5249/1214>
- Dharmansyah, D., & Budiana, D. (2021). Indonesian Adaptation of The International Physical Activity Questionnaire (IPAQ): Psychometric Properties. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 7(2), 159–163.

<https://doi.org/10.17509/jpki.v7i2.39351>

Diartin, S. A., Zulfitri, R., & Erwin. (2022). Gambaran Interaksi Sosial Lansia Berdasarkan Klasifikasi Hipertensi Pada Lansia Di Masyarakat. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 2(2), 126–137. <https://doi.org/10.55606/jikki.v2i2.864>

Dinkes, J. (2023). *Profil Kesehatan Kabupaten Jember*.

Dinkes, J. T. (2022). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur*.

Djalil, R. H., Kasim, Z., & Bawenti, S. H. (2024). *Hubungan Sedentary Lifestyle dengan Tekanan Darah pada Mahasiswa Keperawatan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Manado Universitas Muhammadiyah Manado , Indonesia*. 8.

Ekasari, M. F., Suryati, E. S., Badriah, S., & Amini, S. R. N. F. I. (2021). *Hipertensi: Kenali penyebab, Tanda Gejala dan Penanganannya*.

Fadillah, R. N., & Rindarwati, A. Y. (2023). Pengaruh Edukasi Terapi Non Farmakologi pada Pasien Hipertensi The. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Delima*, 5(2), 117–121. <https://doi.org/10.60010/jikd.v5i2.97>

Fariqi, M. Z. A.-. (2021). Hubungan antara Status Gizi dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Narmada Lombok Barat. *Nutriology: Jurnal Pangan,Gizi,Kesehatan*, 2(2), 15–22. <https://doi.org/10.30812/nutriology.v2i2.1584>

Ferencia, C., Rahayu, N. S., & Purwaningtyas, D. R. (2023). Hubungan Konsumsi Gula, Garam, Lemak dan Sedentary Lifestyle Terhadap Tekanan Darah Pada Usia Dewasa. *Muhammadiyah Journal of Geriatric*, 4(2), 117. <https://doi.org/10.24853/mujg.4.2.117-128>

Fikriana, R. (2018). *Sistem Kardiovaskuler*. Deepublish.

Firmansyah, D., & Dede. (2022). Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi Penelitian: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, 1(2), 85–114. <https://doi.org/10.55927/jiph.v1i2.937>

Gao, W., Sanna, M., Chen, Y. H., Tsai, M. K., & Wen, C. P. (2024). Occupational

- Sitting Time, Leisure Physical Activity, and All-Cause and Cardiovascular Disease Mortality. *JAMA Network Open*, 7(1), E2350680. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2023.50680>
- Hardin, F., & Manao, M. E. S. (2024). Hubungan Tingkat Stres Dengan Tingkat Hipertensi Usia Produktif Dipuskesmas Eho, Hibala Kabupaten Nias Tahun 2023. *Menara Ilmu*, 18(1), 45–55. <https://doi.org/10.31869/mi.v18i1.4868>
- Hasanudin, Adriyani, V. M., & Perwiraningtyas, P. (2018). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Masyarakat Penderita Hipertensi Di Wilayah Tlogosuryo Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. *Journal Nursing News*, 3(1), 787–799.
- Imelda, I., Sjaaf, F., & Puspita, T. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Air Dingin Lubuk Minturun. *Health & Medical Journal*, 2(2), 68–77. <https://doi.org/10.33854/heme.v2i2.532>
- Inyang, D. M. P., & Stella, O.-O. (2015). Sedentary Lifestyle: Health Implications Dr. *Beijing Huagong Daxue Xuebao(Ziran Kexueban)/Journal of Beijing University of Chemical Technology*, 4(2). <https://doi.org/10.9790/1959-04212025>
- Jabani, A. S., Kusnan, A., & B, I. M. C. (2021). Prevalensi dan Faktor Risiko Hipertensi Derajat 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Poasia Kota Kendari. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*, 12(4), 31–42. <https://stikes-nhm.e-journal.id/NU/article/view/494>
- Jayanti, I. G. A. N., Wiradnyani, N. K., & Ariyasa, I. G. (2017). Hubungan pola konsumsi minuman beralkohol terhadap kejadian hipertensi pada tenaga kerja pariwisata di Kelurahan Legian. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(1), 65–70. <https://doi.org/10.14710/jgi.6.1.65-70>
- Kati, R. K., Opod, H., & Pali, C. (2018). Gambaran Emosi dan Tingkat Kecemasan pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Bahu. *Jurnal E-Biomedik*, 6(1). <https://doi.org/10.35790/ebm.6.1.2018.18679>
- Kumayas, V., Malonda, N. S. H., & Punuh, M. I. (2019). Hubungan Antara Status Imunisasi dan Penyakit Infeksi dengan Status Gizi Pada Balita Usia 24 -59 Bulan di Desa Tateli Dua Kecamatan mandolang Kabupaten Minahasa. *Jurnal KESMAS*,

8(6), 299–305.

Kuriyan, R. (2018). *Body composition techniques*. May, 517–520.
<https://doi.org/10.4103/ijmr.IJMR>

Langingi, A. R. C. (2021). Hubungan Status Gizi dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia Di Desa Tombolango Kecamatan Lolak. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 9(1), 46.
<https://doi.org/10.24843/coping.2021.v09.i01.p07>

Larionov, P. (2021). Psychological methods in treatment of essential hypertension. *Arterial Hypertension (Poland)*, 25(2), 53–62.
<https://doi.org/10.5603/AH.a2021.0002>

Lestari, P., Yudanari, Y. G., & Saparwati, M. (2020). Hubungan Antara Aktifitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Di Puskesmas Kedu Kabupaten Temanggung. *Jurnal Kesehatan Primer*, 5(2), 21–30.

Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The Structure Of Negative Emotional States: Comparison Of The Depression Anxiety Stress Scales (DASS) With The Beck Depression And Anxiety Inventories. *Medical and Biological Engineering and Computing*, 34(4), 313–315. <https://doi.org/10.1007/BF02511245>

Ma'dika, Y. K., Mutmainna, A., & Asdar, F. (2023). Hubungan Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Paccellekang Desa Panaikang Kecamatan Pattallassang Kabupaten Gowa. *JIMPK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 3, 2023.

Machsus, A. L., Anggraeni, A., Indriyani, D., Anggraini, D. S., Putra, D. P., Rahmawati, D., Nurfazriah, F., Azizah, H., Indri Lestari¹, Lisdianti Syafitri¹, N. S. F., Lailah, N. N., & Nurhaliza, N. (2020). Pengobatan Hipertensi Dengan Memperbaiki Pola Hidup Dalam Upaya Pencegahan Meningkatnya Tekanan Darah. *Journal of Science Technology and Entrepreneurship*, 2(2), 51–56.

Maes, I., Ketels, M., Van Dyck, D., & Clays, E. (2020). The occupational sitting and physical activity questionnaire (OSPAQ): A validation study with accelerometer-assessed measures. *BMC Public Health*, 20(1), 1–10.

<https://doi.org/10.1186/s12889-020-09180-9>

Maidartati, Hayati, S., Anggraeni, D. E., Irawan, E., Damayanti, A., & Silviani, D. A. R. (2022). Gambaran Sedentary Lifestyle Pada Remaja Di SMA Kota Bandung. *Jurnal Keperawatan BSI*, 10(2), 250–265.

Manurung. (2016). *Terapi Reminiscence*.

Marlita, Lestari, R. M., & Ningsih, F. (2022). The Relationship Of Lifestyle With Hypertension In Productive Age. *Jurnal Surya Medika*, 1–7. <http://journal.umpalangkaraya.ac.id/index.php/jsm>

Maulia, M., Hengky, H. K., & Muin, H. (2021). Analisis Kejadian Penyakit Hipertensi Di Kabupaten Pinrang. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 4(3), 324–331. <https://doi.org/10.31850/makes.v4i3.614>

Merthayani, N. L. M., Lestari, P., & Wijayanti, F. (2020). Hubungan Aktifitas Kurang Gerak (Sedentary) dengan Kejadian Hipertensi pada Pekerja Pabrik Garmet Di Kelurahan Candirejo, Ungaran Barat. *Satuan Tekad Menuju Indonesia Sehat*.

Muttaqin, D., & Ripa, S. (2021). Psychometric properties of the Indonesian version of the Depression Anxiety Stress Scale: Factor structure, reliability, gender, and age measurement invariance. *Psikohumaniora*, 6(1), 61–76. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v6i1.7815>

Nariswari, K. T. (2024). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Batu Ampar*. 4(02), 7823–7830.

Naseem, R., Adam, A. M., Khan, F., Dossal, A., Khan, I., Khan, A., Paul, H., Jawed, H., Aslam, A., Syed, F. M., Niazi, M. A., Nadeem, S., Khan, A., Zia, A., & Arshad, M. H. (2017). Prevalence and characteristics of resistant hypertensive patients in an Asian population. *Indian Heart Journal*, 69(4), 442–446. <https://doi.org/10.1016/j.ihj.2017.01.012>

Noor, Y., Edi Sugiarto, & Adenia Siti Fatimah. (2022). Studi Kepustakaan Gambaran Obesitas pada Ibu Rumah Tangga di Dunia. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 14(1), 34–42. <https://doi.org/10.35473/jgk.v14i1.243>

Nugraheni, A., Mulyani, S., Cahyanto, E. B., Musfiroh, M., & Sukanto, I. S. (2019).

- Hubungan Berat Badan Dan Tekanan Darah Pada Lansia. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 7(2), 55.
<https://doi.org/10.20961/placentum.v7i2.30518>
- Nugroho, A. N., Antara, A. N., & Chasanah, S. U. (2022). Hubungan status gizi dengan kejadian hipertensi pada lanjut usia di Desa Girisekar Wilayah Kerja Puskesmas Panggang II Kabupaten Gunungkidul. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 13(1), 7–10. <https://doi.org/10.55426/jksi.v13i1.187>
- Nuraini, B. (2015). Risk Factors of Hypertension. *J Majority*, 4(5), 10–19.
- Nurarif, A. H., Widyawati, M. N., & Kusuma, H. (2015). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis dan Nanda NIC-NOC* (Jilid 3). Mediacion publishing.
- Oematan, G., & Oematan, G. (2021). Durasi tidur dan aktivitas sedentari sebagai faktor risiko hipertensi obesitik pada remaja. *Ilmu Gizi Indonesia*, 4(2), 147. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v4i2.208>
- Paputungan, M. F. S., Warwuru, P. M., & Novitasari, D. (2020). Hubungan Status Gizi Dengan Derajat Hipertensi pada Lansia Di Desa Tombolango Kecamatan Lolak. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 3(1), 53–60.
- Park, J. H., Moon, J. H., Kim, H. J., Kong, M. H., & Oh, Y. H. (2020). Sedentary Lifestyle: Overview of Updated Evidence of Potential Health Risks. *Korean Journal of Family Medicine*, 41(6), 365–373. <https://doi.org/10.4082/KJFM.20.0165>
- Pebrisiana, P., Tambunan, L. N., & Baringbing, E. P. (2022). Hubungan Karakteristik dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien Rawat Jalan di RSUD Dr. Doris Sylvanus Provinsi Kalimantan Tengah. *Jurnal Surya Medika*, 8(3), 176–186. <https://doi.org/10.33084/jsm.v8i3.4511>
- PMI. (2016). *Panduan pelatihan manajemen stres*. In markas pusat palang merah Indonesia. <https://pustakapmi.id/wpcontent/uploads/2019/06/Rev-29apr-Manajemen-Stres>
- Pramudita, S. a R., & Nadhiroh, S. R. (2017). Gambaran Aktivitas Sedentari Dan

- Tingkat Kecukupan Gizi Pada Remaja Gizi Lebih Dan Gizi Normal. *Media Gizi Indonesia*, 12(1), 80. <https://doi.org/10.20473/mgi.v12i1.80-87>
- Prastika, Y. D., & Siyam, N. (2021). *Faktor Risiko Kualitas Hisap Lansia Penderita Hipertensi*. 1(3), 407–419.
- Pratama, I. B. A., Fathnin, F. H., & Budiono, I. (2020). Analisis Faktor yang Mempengaruhi Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu. *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana UNNES*, 3(1), 408–413.
- Purnama, H., & Suhada, T. (2019). *Tingkat Aktivitas Fisik Pada Lansia di Provinsi Jawa Barat, Indonesia*. 102–106.
- Putra, M. M., Widiyanto, A., Bukian, P. A. W., & Atmojo, J. T. (2019). Hubungan Keadaan Sosial Ekonomi Dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi. *Intan Husada Jurnal Ilmu Keperawatan*, 7(2), 1–13. <https://doi.org/10.52236/ih.v7i2.150>
- Rahayu, W. B., & Kusuma, D. A. (2022). Profil Sedentary Life Style Pada Remaja Umur 15-17 Tahun (Study Di Kabupaten Lamongan). *Jurnal Prestasi Olahraga*, 5(22), 114–121.
- Rahmadhani, M. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Hipertensi Pada Masyarakat Di Kampung Bedagai Kota Pinang. *Jurnal Kedokteran STM (Sains Dan Teknologi Medik)*, 4(1), 52–62. <https://doi.org/10.30743/stm.v4i1.132>
- Rasmun, R. (2014). Stress, Koping Dan Adaptasi, Edisi 1. *Cetakan Pertama, Jakarta: Sagung Seto*.
- Ratnawati, & Aswad, A. (2019). Efektivitas Terapi Pijat Refleksi Dan Terapi Benson Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jambura Health and Sport Journal*, 1(1), 33–40. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v1i1.2052>
- Refialdinata, J., Nurhaida, & Gutri, L. (2022). Tingkat Stress Dan Pengaruhnya Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Lentera 'Aisyiyah*, 5(1), 614–618.
- Riskesdas. (2018). *Riset Kesehatan Dasar 2018*.
- Sadih, W. E., Triyoga, A., & Kurniajati, S. (2019). *Gambaran Penatalaksanaan Terapi*

Non Farmakologi Aktivitas Fisik Pada Penderita Hipertensi di Komunitas. 24–34.

Sari, D. P. (2017). *Hubungan kualitas tidur dan aktivitas fisik dengan tekanan darah pada lansia di posyandu lansia desa setrorejo.*

Saroinsong, F., Kundre, R. M., & Toar, J. M. (2023). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Lanjut Usia Di Desa Tiniawangko Kecamatan Sinonsayang Kabupaten Minahasa Selatan.* 1(1), 39–45.

Sarumaha, E. K., & Diana, V. E. (2018). *Faktor Risiko Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda di UPTD Puskesmas Perawatan Plus Teluk Dalam Kabupaten Nias Selatan.* 1(2), 70–77.

Sihotang, U. (2023). *Hubungan Indeks Massa Tubuh (Imt) Dan Lingkar Pinggang Kelurahan Dataran Tinggi Kota Binjai. Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat UISU,* 12(2), 131–139.

Sitorus, S. (2018). *KHubungan Pola Hidup Dengan Hipertensi Pada Pasien Hipertensi Di Lingkungan III Sei Putih Timur II Wilayah Kerja Puskesmas Rantang Medan. Jurnal Keperawatan Priority,* 1(2), 1005–1114.

Solichatin, Hafid, M. M. F., Pangestika, W., Kusuma, T. U., Sulistiani, R. P., Nafilah, D. A. P., & Retno Ayu Widyastuti, Dwi Erma Kusumawati, M. S. (2022). *ILMU GIZI DASAR.*

Sukma, E. P., Yulawati, S., Hestiningih, R., & Ginandjar, P. (2019). *Hubungan konsumsi alkohol, kebiasaan merokok, dan tingkat stres dengan kejadian hipertensi usia produktif. Jurnal Kesehatan Masyarakat,* 7(3), 122–128.

Sumarlin, R. (2021). *PENILAIAN STATUS GIZI Rudi.* 2(5), 255.

Suryani, N., Noviana, & Libri, O. (2020). *Hubungan Status Gizi, Aktivitas Fisik, Konsumsi Buah dan Sayur dengan Kejadian Hipertensi di Poliklinik Penyakit Dalam RSD Idaman Kota Banjarbaru. Jurnal Kesehatan Indonesia,* 10(2), 100–107.

Telaumbanua, R. A., & Tobing, A. N. L. (2022). *Hubungan Status Gizi Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Usia Dewasa Tengah Di Puskesmas*

- Medan Helvetia. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4, 1349–1358.
- Triyanto, E. (2014). *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*.
- Twinamasiko, B., Lukenge, E., Nabawanga, S., Nansalire, W., Kobusingye, L., Ruzaaza, G., & Bajunirwe, F. (2018). Sedentary lifestyle and hypertension in a periurban area of mbarara, South Western Uganda: A population based cross sectional survey. *International Journal of Hypertension*, 2018. <https://doi.org/10.1155/2018/8253948>
- Tyas, S. A. C., & Zulfikar, M. (2021). *Hubungan Tingkat Stress Dengan Tingkat Tekanan Darah Pada Lansia*. 75–82.
- Ulfa, I. (2019). Skrining Masalah Kesehatan Jiwa dengan Kuesioner DASS-42 pada Civitas UIN Syarif Hidayatullah Jakarta yang Memiliki Riwayat Hipertensi. *UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*, 1–80.
- Ulfa, L., & Fahriza, M. rizqi. (2021). Faktor penyebab stress dan Dampaknya bagi kesehatan. *Psikologi Kesehatan*, 2(1), 12.
- Wati, N. A., Ayubana, S., & Purwono, J. (2023). Application Of Slow Deep Breathing To Blood Pressure In Hypertension Patients At Rsud Jend. Ahmad Yani Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(1), 145–146.
- Wenni, A. A., Nasruddin, H., Limoa, L. T., Makmun, A., & Hasan, H. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik Dan Sedentary Lifestyle Dengan Status Gizi Mahasiswa Program Profesi Dokter Angkatan 2017 FK UMI. *Fakumi Medical Journal*, 3(6), 444–451.
- Widiyatmoko, F., & Hadi, H. (2018). Tingkat Aktivitas Fisik Siswa Di Kota Semarang. *Journal Sport Area*, 3(2), 140. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2018.vol3\(2\).2245](https://doi.org/10.25299/sportarea.2018.vol3(2).2245)
- Wijaya, N. R., & Irawati, D. (2021). *Hubungan Self Care dan Sedentary Lifestyle dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Kecamatan Cakung Jakarta Timur Tahun 2021*. 47(4), 124–134. <https://doi.org/10.31857/s013116462104007x>

- Wondal, R., Mahmud, N., Purba, N., Budiarti, E., Arfa, U., & Oktaviani, W. (2023). *Deskripsi Status Gizi Balita , Serta Partisipasi Orang Tua pada Masa Pandemi Covid-19*. 7(1), 345–357. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i1.3491>
- Wulandari, A., Sari, S. A., & Ludiana. (2023). Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rsud Jendral Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2022. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(2), 163–171.