

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad, V. S., Syarif, I., & Supriatin, T. (2023). *Self Efficacy Terhadap Kepatuhan Perawatan Diri Pada Penderita Hipertensi Pendahuluan*. 216–223.
- Adawiyah, G. T. (2025). *Hubungan Strategi Koping Dan Kenyamanan Dengan Kualitas Hidup Pasien Dengan Penyakit Kardiovaskuler*.
- Ahyana. (2023). *Hubungan Kualitas Tidur Dan Kebiasaan Merokok dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Diwilayah Kerja Puskesmas Bulurokeng Kotamakassar*.
- Akbar, H., Royke, A., Langingi, C., Kesehatan, F. I., Kesehatan, F. I., & Kesehatan, F. I. (2025). *Analisis Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia*. 5.
- Amira, I., Suryani, & Hendrawati. (2021). *Relationship Between Stress Level And Hypertension Among Stress Adalah Realitas Kehidupan Dengan Kehidupan Dunia Yang Selalu Berubah Rubah . Dewasa Ini Perubahan Tata Merupakan Yang Tidak Hipertensi Mendapatkan Penanganan Yang Baik Bisa Terjadi Penyakit Y. 21, 21–28*.
- Andyanita Hanif Hermawati, Chalties Diah Pratiwi, Q. A. L. (2023). *Nikotin, Tembakau Dan Rokok*.
[https://Books.Google.Co.Id/Books?Hl=En&Lr=&Id=Ppi9eaaaqbaj&Oi=Fnd&Pg=Pp1&Dq=Nikotin+Yang+Masuk+Ke+Dalam+Tubuh+Dengan+Cepat+Diserap+Melalui+Paru-Paru+Dan+Mencapai+Sistem+Saraf+Pusat+Dalam+Hitungan+Detik,+Kemudian+Menstimulasi+Pelepasan+Katekolamin+\(Epinefrin+Dan+Norepinefrin\)+Dari+Medula+Adrenal+Serta+Ujung+Saraf+Simpatik.+Peningkatan+Katekolamin+Ini+Menyebabkan+Peningkatan+Denyut+Jantung+\(Efek+Kronotropik+Positif\),+Peningkatan+Kontraktilitas+Miokard+\(Efek+Inotropik+Positif\),+Dan+Vasokonstriksi+Arteri+Perifer.+Kombinasi+Peningkatan+Curah+Jantung+Dan+Resistensi+Perifer+Total+Tersebut+Secara+Langsung+Meningkatkan+Tekanan+Darah.&Ots=Zba9xgj62p&Sig=Kuprloa2jxqgtpebjhw2a-Flqkx&Redir_Esc=Y#V=Onepage&Q&F=False](https://books.google.co.id/books?hl=en&lr=&id=Ppi9eaaaqbaj&oi=fnd&pg=pp1&dq=Nikotin+Yang+Masuk+Ke+Dalam+Tubuh+Dengan+Cepat+Diserap+Melalui+Paru-Paru+Dan+Mencapai+Sistem+Saraf+Pusat+Dalam+Hitungan+Detik,+Kemudian+Menstimulasi+Pelepasan+Katekolamin+(Epinefrin+Dan+Norepinefrin)+Dari+Medula+Adrenal+Serta+Ujung+Saraf+Simpatik.+Peningkatan+Katekolamin+Ini+Menyebabkan+Peningkatan+Denyut+Jantung+(Efek+Kronotropik+Positif),+Peningkatan+Kontraktilitas+Miokard+(Efek+Inotropik+Positif),+Dan+Vasokonstriksi+Arteri+Perifer.+Kombinasi+Peningkatan+Curah+Jantung+Dan+Resistensi+Perifer+Total+Tersebut+Secara+Langsung+Meningkatkan+Tekanan+Darah.&ots=Zba9xgj62p&sig=Kuprloa2jxqgtpebjhw2a-Flqkx&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)
- Anggraeni, N. (2020). *Distribusi Penderita Hipertensi Berdasarkan Faktor Risiko Di Puskesmas Tanete Kecamatan Bulukumpa*. 2507(February), 1–9.
- Anisatul, Suntara, D. A. Y. U., & Febrina, T. Y. (2024). *Hubungan Kualitas Tidur, Konsumsi Natrium Dan Lemak Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Batu Aji Kota Batam*. 6(3), 13–19.
- Asiva Noor Rachmayani. (2015). *Bahagia Dan Bermakna*.
- Atthariq. (2022). *Analisis Tingkat Stres Berdasarkan Kadar Kortisol Serum Dan Ekspresi Mrna Gen Bdnf Pada Perawat Pelaksana Di Berbagai Unit Kerja Rs Islam Jakarta Pada Masa Pandemi Covid-19*.
- Aulia, R. (2023). *Jurnal Keperawatan*. 15, 17–24.
- Ayumaruti, D. (2022). *Hubungan Perubahan Sosial Budaya Dan Perilaku Foto Selfie Makanan Di Media Sosial Sebagai Faktor Risiko Penyakit Diabetes : Literature Review. Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (Mppki)*,

- 5(10), 1206–1212. <https://doi.org/10.56338/Mppki.V5i10.2489>
- Azzahra, D. A., Kurniawati, S. P., & Ramadhani, J. (2025). *Peran Hormon Kortikosteroid Dalam Regulasi Metabolisme Dan Respons Stres Pada Manusia*. 7–13.
- Budi S. Pikir, Dkk. (2015). *Hipertensi Manajemen Komprehensif*. Airlangga University Press. https://books.google.co.id/books?id=Bm_Idwaaqbaj
- Bunganing Eswarya, Putra, I. G. B. G. P., & Widarsa, I. K. T. (2023). Gambaran Kualitas Tidur Penderita Hipertensi Di Puskesmas Ii Denpasar Barat. *Aesculapius Medical Journal (Amj)*, 3(2), 240–246.
- Cao, S., Liu, J., Huo, Y., Liu, H., Wang, Y., & Zhang, B. (2024). *Secondhand Smoking Increased The Possibility Of Hypertension With A Significant Time And Frequency Dose-Response Relationship*. 1–10.
- Cayadewi, N. M., Meilianingsih, L., Rumijati, T., & Susanti, S. (2024). *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Hipertensi Pada Dewasa Umur 26-45 Tahun The Relationship Between Physical Activity And Hypertension In Adults*. 4(2), 22–28. <https://doi.org/10.34011/jkifn.v4i2.2629>
- Damayanti, N. M. A., Suardana, I. W., Manafe, N. O., & Putra, I. G. Y. (2022). Gambaran Gaya Hidup Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Ii Denpasar Barat. *Jurnal Kesehatan Medika Udayana*, 5(1), 26–40. <https://doi.org/10.47859/jmu.v5i1.149>
- Dewi, & Silvia, P. (2023). *Aisyiyah Surakarta Journal Of Nursing*. 4, 22–27.
- Diana, T. S., & Hastono, S. P. (2023). *Pengaruh Gaya Hidup Terhadap Hipertensi Pada Remaja : Literature Review The Effects Of Lifestyle On Hypertension In Adolescents : Literature Review*. 10(2), 169–177.
- Diwandari, M. F. & S. (2024). *Prosiding Seminar Nasional Inovasi Teknologi Informasi & Komunikasi* (A. I. Hanifah (Ed.)). Sanata Dharma University Press. https://www.google.co.id/books/edition/Prosiding_Seminar_Nasional_Inovasi_Tekno/N30yeqaaqbaj?hl=en&gbpv=0
- Eddy Roflin, Pariyana, I. A. L. (2022). *Metode Menghitung Besar Sampel Pada Penelitian Kesehatan*. Penerbit Nem. https://www.google.co.id/books/edition/Metode_Menghitung_Besar_Sampel_Pada_Pene/Wsfpeaaaqbaj?hl=en&gbpv=0
- Edison, H., & Nainggolan, O. (2021). *Hubungan Insomnia Dengan Hipertensi (Analisis Data Indonesia Family Life Survey) Association Of Insomnia With Hypertension (Analysis Of Indonesia Family Life Survey Data)*. 46–56.
- Efriandi, N. (2022). *Hubungan Perilaku Merokok Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Produktif Di Wilayah Kerja Puskesmas Jekan Raya Tahun 2022 The Corelation Of Smoking Behavior With Hypertension Incidence At Productive Age In The Work Area Of Jekan Raya Public Health Center*.
- Elzaky, J. (2011). *Induk Mukjizat Kesehatan Ibadah*. Xiv(01), 30–36.
- Evl, M. (2022). *Gambaran Tekanan Darah Pada Pengkonsumsi Tuak Di Kecamatan Porsea Tahun 2022*. 1–23.
- Fajaruddin, Darmansyah, I. M., Larasati, D. S., & Anggeria, E. (2022). *Pengaruh Foot Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Dan Stres Psikologis Pada Keluarga Pasien Gagal Ginjal Kronik Fakultas Keperawatan Dan*

- Kebidanan , Universitas Prima Indonesia , Indonesia Abstract Chronic Disease (Ckd) A Clinical Condition Because.* 7(1), 37–43. <https://doi.org/10.30829/Jumantik.V7i1.10881>
- Febri, H. (2024). *Stres No More : Strategi Efektif Mengelola Stres Di Tengah Kehidupan Digital.* 2.
- Febriyanti, H., Nuraeni, S., & Sabarguna, B. (2024). Analisis Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 16(2), 599–608. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/keperawatan>
- Fita, T. (2024). *Ketone Body - Pencegahan Disfungsi Endotel Akibat Paparan Asap Rokok.* [https://books.google.co.id/books?hl=en&lr=&id=-Tuyeqaaqbaj&oi=fnd&pg=pp1&dq=selain+efek+akut,+merokok+juga+menimbulkan+perubahan+kronis+pada+sistem+vaskular.+paparan+nikotin+dan+radikal+bebas+dari+asap+rokok+meningkatkan+stres+oksidatif+dan+inflamasi+sistemik,+yang+berkontribusi+terhadap+disfungsi+endotel.+endotel+yang+sehat+menghasilkan+nitric+oxide+\(no\),+yaitu+vasodilator+utama+yang+menjaga+elastisitas+pembuluh+darah.+pada+perokok,+produksi+dan+bioavailabilitas+no+menurun,+sementara+produksi+endotelin-1+yang+bersifat+vasokonstriktor+meningkat,+sehingga+keseimbangan+bergeser+ke+arah+vasokonstriksi+&ots=Xbhftywb_Y&sig=0zf3pk0eeaacchfd_0rm-Kerino&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.co.id/books?hl=en&lr=&id=-Tuyeqaaqbaj&oi=fnd&pg=pp1&dq=selain+efek+akut,+merokok+juga+menimbulkan+perubahan+kronis+pada+sistem+vaskular.+paparan+nikotin+dan+radikal+bebas+dari+asap+rokok+meningkatkan+stres+oksidatif+dan+inflamasi+sistemik,+yang+berkontribusi+terhadap+disfungsi+endotel.+endotel+yang+sehat+menghasilkan+nitric+oxide+(no),+yaitu+vasodilator+utama+yang+menjaga+elastisitas+pembuluh+darah.+pada+perokok,+produksi+dan+bioavailabilitas+no+menurun,+sementara+produksi+endotelin-1+yang+bersifat+vasokonstriktor+meningkat,+sehingga+keseimbangan+bergeser+ke+arah+vasokonstriksi+&ots=Xbhftywb_Y&sig=0zf3pk0eeaacchfd_0rm-Kerino&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)
- Fitria, L. (2022). *Resiko Kejadian Hipertensi Desa Purwodadi Tahun Hipertensi Sering Dikenal Sebagai Non Communicable Dease / Penyakit Tidak Menular , Yang Dapat Menimbulkan Terjadinya Komplikasi Seperti Stroke Dan Penyakit.* 08(1), 73–82.
- Fransiskus, X., Dotulong, & M, Karouw Brigita. (2022). Pengaruh Edukasi Self-Care Management Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Watson Journal Of Nursing*, 1(1), 22–29. <https://e-journal.stikesgunungmaria.ac.id/index.php/wjn/article/view/8/4>
- Fridalni Nova*, K. R. (2025). *Among The Community : A Cross-Sectional Study At.*
- Ginting, A., Saragih, H., Sinaga, E., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Elisabeth, S. (2024). *Gambaran Kejadian Hipertensi Di Dusun Iii Wilayah Kerja Puskesmas Gunung Tinggi Kecamatan Pancur Batu Tahun 2023.* 4, 7225–7238.
- Gunarsa, S. D., & Wibowo, S. (2021). Hugunarsa, S. D., & Wibowo, S. (2021). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kebugaran Jasmani Siswa. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 09(01), 43–52. Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kebugaran Jasmani Siswa. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 09(01), 43–52.
- Hamzah B, Hairil Akbar, Faisal, T.M. Rafsanjani, Sartika, Alex Handani Sinaga, Wuri Ratna Hidayani, Agustiawan, Yuanita Panma, S. R. B. (2021). *Teori Epidemiologi Penyakit Tidak Menular* (T. A. Sugiyatmi (Ed.)). Yayasan Penerbit Muhammad Zaini. https://www.google.co.id/books/edition/Teori_Epidemiologi_Penyakit_Tidak_Menular/Fmbqeaqaqbaj?hl=en&gbpv=0
- Hamzah, E. B., & Kartikasari, F. (2025). *Hubungan Pola Tidur , Pola Makan , Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Ngembal*

Kulon Kudus. 4(3), 222–232.

- Harahap, N. Z. (2020). Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Desa Tawun. In *E-Journal Cakra Medika* (Vol. 7, Issue 1). <https://doi.org/10.55313/Ojs.V7i1.51>
- Hasan, K. (2025). *Dengan Status Gizi Mahasiswa Gizi Universitas Sulawesi Barat Khoerianty Hasan B0421009 Program Studi S1 Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sulawesi Barat Majene September 2025*. September.
- Henny Syapitri, Amila, J. A. (2021). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan*. Ahlimedia Book. https://www.google.co.id/books/edition/Buku_Ajar_Metodologi_Penelitian_Kesehatan/7_5leaaaqbaj?hl=en&gbpv=0&kptab=overview
- Herawati, C., Indragiri, S., & Melati, P. (2020). Aktivitas Fisik Dan Stres Sebagai Faktor Risiko Terjadinya Hipertensi Pada Usia 45 Tahun Keatas. *Jkm (Jurnal Kesehatan Masyarakat) Cendekia Utama*, 7(2), 66. <https://doi.org/10.31596/Jkm.V7i2.502>
- Hidayatunnafi'ah, D. A. (2023). Hubungan Gaya Hidup Dan Tingkat Stress Dengan Kejadian Hipertensi Di Usia Produktif. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-Ilmu Keperawatan, Analisis Kesehatan Dan Farmasi*, 76, 66. http://wisuda.unissula.ac.id/app/webroot/img/library/detail85/ilmu_keperawatan_30901900060_fullpdf.pdf#
- Hutabarat. (2025). *Penerapanan Handgrip Exercise Untuk Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Ruang Stroke Corner Di Rumah Sakit Haji Medan*. 4–17.
- Ibrahim, Sari, I., & Iqbal Fakhruzzaman, M. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik, Pola Makan, Dan Merokok Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Kampung Tua Bakau Serip Tahun 2022. *Zona Kedokteran: Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Batam*, 13(2), 350–364. <https://doi.org/10.37776/Zked.V13i2.1175>
- Idauli Simbolon, Albinur Limbong, Evelyn H. Tambunan, Gilny Aileen Rantung, S. M. S. (2023). *Biostatistik* (Komarudin (Ed.)). Cv. Green Publisher Indonesia. <https://doi.org/https://www.google.co.id/books/edition/Biostatistik/Kqzreaaaqbaj?hl=en&gbpv=0>
- Iman, M. B., Priyatno, A. D., Prima, M., Randana, C., Wahyudi, A., & Rahma, R. A. L. D. (2025). *Analysis Of Risk Factors Affecting The Incidence Of Hypertension In The Working Area Of The Talang Ratu Palembang Health Center Analisis Faktor Risiko Yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja*. 10(2), 255–275.
- Imelda, E. (2025). *Di Puskesmas Kampus Palembang Politeknik Kesehatan Kemenkes Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia*. 1, 54–61.
- Indah, N., Dilla, R., Susanti, N., Andini, Z., Al, F., Marpaung, H., Fakultas, M., Masyarakat, K., Islam, U., Sumatera, N., Serdang, D., Fakultas, D., Masyarakat, K., Islam, U., Sumatera, N., Artikel, H., Kunci, K., Indah, N., & Dilla, R. (2024). *Hubungan Perilaku Merokok Dengan Hipertensi Pada Usia Produktif The Relationship Between Smoking Behavior And Hypertension In Productive Age*. 23(2), 298–306.

- Indriani, S., Fitri, A. D., Septiani, D., Mardiana, D., Didan, R., & Amalia, R. (2021). *Pengetahuan , Sikap , Dan Perilaku Lansia Dengan Riwayat Hipertensi Mengenai Faktor Yang Mempengaruhi Hipertensi. 1(2)*, 39–50.
- Januariana, N. E., Lestari, W., Sry, A., Nababan, V., & Giawa, K. D. (2025). *Analisis Faktor Resiko Hipertensi Pada Pra Lansia Di Uptd Puskesmas Lolomatua Kabupaten Nias Selatan Analysis Of Hypertension Risk Factors In Pre-Elderly At Uptd Lolomatua Health Center South Nias Regency. V(1)*, 73–81.
- Jember, D. K. (2024). *Data Hipertensi*.
- Jingga, D. P., & Indarjo, S. (2022). Gaya Hidup Yang Mempengaruhi Hipertensi Pada Usia Produktif Di Puskesmas Andalas. *Indonesian Journal Of Public Health And Nutrition, 2(3)*, 303–310. <https://doi.org/10.15294/ijphn.v2i3.49740>
- Juliana, I., Hengky, H. K., Umar, F., & Usman, U. (2024). *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas. 5(1)*, 138–148.
- Kartika, M., Subakir, S., & Mirsiyanto, E. (2021). Faktor-Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Hipertensi. *Jurnal Kesmas Jambi, 5(1)*, 1–9.
- Kemenkes. (2023). Survei Kesehatan Indonesia 2023 (Ski). *Kemenkes*, 235.
- Kesehatan, J., & Huda, Q. (2023). *Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Posbindu Desa Babakan Asem Kabupaten Tangerang. 11(2)*, 445–451. <https://doi.org/10.37824/jkqh.v11i2.2023.571>
- Ketut, N., Riantini, A., Putu, N., Wulandari, D., Made, N., & Sukmandari, A. (2023). *Relationship Between Physical Activity And Blood Pressure In Hypertensive Elderly At Uptd Puskesmas Susut I. 6(2)*, 223–229.
- Kiki Rismadi, A. S. Dan F. A. S. (2021). *Pengaruh Penghasilan Dan Gaya Hidup Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Nelayan Di Kota Medan. 2(3)*, 328–342.
- Kristiana, Tira, D. S., Landi, S., & Purnawan, S. (2024). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan. 13(1)*, 27–36. <https://doi.org/10.37048/Kesehatan.V13i1.301>
- Laura, A. M. (2020). *Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Anggota Prolanis Di Wilayah Kerja Puskesmas Parongpong. 4(April)*.
- Lestari, P. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Kabupaten Magelang. *Universitas Muhammadiyah Magelang*, 1–45.
- Lukitaningtyas, Dika, E. A. C. (2023). *Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*. *Nucl. Phys., 13(1)*, 104–116.
- Maiseptya, S. R. (2021). *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Hipertensi Pada Peserta Prolanis Menopause*.
- Making, D. K., Detha, A. I. R., Lada, C. O., Roga, A. U., & Manurung, I. F. E. (2023). Analisis Faktor Risiko Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Penduduk Di Wilayah Kerja Puskesmas Waepana Dan Riung Di Kabupaten Ngada Tahun 2023. *Indonesian Nursing Journal Of Education And Clinic, 3(4)*, 259–278.
- Mariani, D., & Suryani, S. (2021). Faktor Yang Mempengaruhi Tax Avoidance Dengan Ukuran Perusahaan Sebagai Variabel Kontrol. *Jurnal Ilmiah Akuntansi Kesatuan, 9(2)*, 235–244.

<https://doi.org/10.37641/jiakes.v9i2.497>

- Marliani, R., Nasrudin, E., Rahmawati, R., & Ramdani, Z. (2020). Emotional Regulation, Stress, And Psychological Well-Being: A Study Of Work From Home Mothers In Facing The Covid-19 Pandemic. *Jurnal Psikologi*, 1(1), 1–12.
- Marni, Domingos Soares, Muzaroah Ermawati Ulkhasanah, Ikrima Rahmasari, I. F. (2023). *Penatalaksanaan Hipertensi* (Moh. Nasrudin (Ed.)). Penerbit Nem. https://www.google.co.id/books/edition/Penatalaksanaan_Hipertensi/Bqtr_eaaaqbaj?hl=en&gbpv=0
- Maryam Lihi, Suryanti Tukiman, S. H. W. (2025). *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Penerbit Nem. https://www.google.co.id/books/edition/Epidemiologi_Penyakit_Tidak_Menular/Yrbleqaaqbaj?hl=en&gbpv=0
- Maryuni, S., Inayati, A., & Nurhayati, F. (2020). Hubungan Faktor Stress Psikososial Dengan Hipertensi Pada Lansia Di Panti Tresna Werdha Natar Lampung Selatan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia (Jikpi)*, 1(1), 1–9. <https://doi.org/10.57084/jikpi.v1i1.286>
- Miftahul Reski Putra Nasjum. (2020). Hubungan Lama Menderita Hipertensi Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Hipertensi. *Kaos Gl Dergisi*, 8(75), 147–154. <https://doi.org/10.1016/j.jnc.2020.125798> <https://doi.org/10.1016/j.smr.2020.02.002> <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/810049> <https://doi.wiley.com/10.1002/anie.197505391> <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780857090409500205>
- Muhammad Yunus1, 2, I. W. C. A., & Dwi Robbiardy Eksa. (2021). *Hubungan Usia Dan Jenis Kelamin Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Haji Pemanggilan Kecamatan Anak Tuha Kab. Lampung Tengah*. 35(3), 229–239.
- Naibaho, F. B., Naibaho, F. B., Santoso, D. I. S., Paramita, N., Jalma, M. D., Goenarjo, R. A., Sianipar, I. R., Rat, A. G. T., & Elisa, F. (2024). *Peran Hiit Dan Mict Terhadap Kadar Angiotensin Ii , Ekspresi Fibronektin , Dan Gambaran Histologis Aorta Pada Model Tikus Hipertensi Induksi Nos Inhibitor The Role Of Hiit And Mict On Angiotensin Ii Levels , Fibronectin Expression , And Aorta Histological Features In Nos Inhibitor-Induced Hypertension Rat Models*. 12(2).
- Nurhaeni, A., Nisa, N. A., & Marisa, D. E. (2022). *Literature Review Hubungan Merokok Dengan Kejadian*. 9(2), 46–51. <https://doi.org/10.54867/jkm.v9i2.110>
- Nursadrina, C., Rahmayanti, K., & Sofia, M. (2025). *Pengaruh Stres Terhadap Kesehatan Mental Dan Fisik : Tinjauan Psikologi Klinis The Impact Of Stress On Mental And Physical Health : A Clinical Psychology Review*. 11(1), 701–705.
- Pokhrel, S. (2024). No Titleελενη. *Αγαη*, 15(1), 37–48.
- Prayogi, B., Rizani, K., & Utama, R. D. (2025). *Analisis Faktor Determinan Kejadian Hipertensi Di Kota Banjar Baru Tahun*. 16(1), 41–53.
- Puspasari, H., Puspita, W., Farmasi Yarsi Pontianak, A., & Barat, K. (2022). *Jurnal Kesehatan*, 13(1), 65–71. <http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/jk>

- Putri, D., & Sukendra, D. M. (2024). *Higeia Journal Of Public Health*. 8(2), 319–329.
- Rahman, H., Patilaiya, H. La, & Djafar, M. H. (2021). *Promosi Kesehatan Untuk Meningkatkan Peran Aktif Masyarakat Dalam Pencegahan Penyakit Tidak Menular*. 1(1), 1–11.
- Rahmawati, Nikeherpianti Lolok, R. S. A. (2025). *Asupan Gizi Pada Hipertensi*. [https://Books.Google.Co.Id/Books?Hl=En&Lr=&Id=Vcuyeqaaqbaj&Oi=Fn
d&Pg=Pa1&Dq=Tekanan+Darah+Dipengaruhi+Oleh+Dua+Komponen+Uta
ma+Yaitu+Curah+Jantung+\(Cardiac+Output\)+Dan+Resistensi+Perifer+Tota
l.+Asupan+Natrium+Yang+Tinggi+Meningkatkan+Osmolaritas+Cairan+Eks
traseluler+Sehingga+Terjadi+Retensi+Air+Untuk+Mempertahankan+Kesei
mbangan+Osmotik.+Retensi+Cairan+Ini+Meningkatkan+Volume+Intravask
ular,+Memperbesar+Venous+Return,+Dan+Meningkatkan+Curah+Jantung,
+Yang+Pada+Akhirnya+Meningkatkan+Tekanan+Darah.+Dalam+Jangka+P
anjang,+Kelebihan+Natrium+Juga+Menggeser+Mekanisme+Pressure+Natri
uresis+Di+Ginjal+Sehingga+Tubuh+Memerlukan+Tekanan+Arteri+Yang+L
ebih+Tinggi+Untuk+Mengekskresikan+Natrium,+Suatu+Mekanisme+Yang
+Berkontribusi+Terhadap+Hipertensi+Kronis&Ots=Y1t83wtden&Sig=I_3w
clqhrpeyvyls4ve8cumk2o&Redir_Esc=Y#V=Onepage&Q&F=False](https://books.google.co.id/books?hl=en&lr=&id=Vcuyeqaaqbaj&oi=fnd&pg=pa1&dq=Tekanan+Darah+Dipengaruhi+oleh+Dua+Komponen+Utama+Yaitu+Curah+Jantung+(Cardiac+Output)+Dan+Resistensi+Perifer+Total.+Asupan+Natrium+Yang+Tinggi+Meningkatkan+Osmolaritas+Cairan+Eks+traseluler+Sehingga+Terjadi+Retensi+Air+Untuk+mempertahankan+keseimbangan+osmotik.+Retensi+Cairan+ini+meningkatkan+volume+intravaskular,+memperbesar+venous+return,+dan+meningkatkan+curah+jantung,+yang+pada+akhirnya+meningkatkan+tekanan+darah.+dalam+jangka+panjang,+kelebihan+natrium+juga+menggeser+mekanisme+pressure+natriuresis+di+ginjal+sehingga+tubuh+memerlukan+tekanan+arteri+yang+lebih+tinggi+untuk+mengekskresikan+natrium,+suatu+mekanisme+yang+berkontribusi+terhadap+hipertensi+kronis&ots=Y1t83wtden&sig=I_3wclqhrpeyvyls4ve8cumk2o&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)
- Rawat, P., Di, I., Sakit, R., & Rahayu, M. (2022). 1) 2) 3). 7(1), 1–14.
- Rika Widianita, D. (2023). Spiritualitas Dan Aktivitas Fisik Sebagai Faktor Prediktor Tingkat Stres Akademik. *At-Tawassuth: Jurnal Ekonomi Islam*, *Viii*(I), 1–19.
- Rizkiyanti, D., & Trisnawati, Y. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Bina Cipta Husada*, *Xvii*(1), 151–160.
- Rizqi Alvian Fabanyo, Y. S. A. . (2022). *Teori Dan Aplikasi Promosi Kesehatan Dalam Lingkup Keperawatan Komunitas*. Penerbit Nem. [https://Www.Google.Co.Id/Books/Edition/Teori_Dan_Aplikasi_Promosi_K
esehatan_Dal/6hedeaqaqbaj?Hl=En&Gbpv=0](https://www.google.co.id/books/edition/Teori_Dan_Aplikasi_Promosi_Kesehatan_Dal/6hedeaqaqbaj?hl=en&gbpv=0)
- Ruus, M., Kepel, B. J., Umboh, J. M. L., Masyarakat, F. K., Sam, U., & Manado, R. (2025).
- Sabiq, R. M., & Apsari, N. C. (2021). Dampak Pengangguran Terhadap Tindakan Kriminal Ditinjau Dari Perspektif Konflik. *Jurnal Kolaborasi Resolusi Konflik*, 3(1), 51. [https://Doi.Org/10.24198/Jkrk.V3i1.31973](https://doi.org/10.24198/Jkrk.V3i1.31973)
- Safitri, E. (2023). *Analisa Hubungan Pola Makan Dan Status Gizi Dengan Kejadian Hipertensi Di Ruang Rawat Jalan Puskesmas Bahagia Tahun 2023*. 3, 14761–14772.
- Salsabila, R. P. (2025). *Pasien Lansia Di Puskesmas Selong The Relationship Between Physical Activity , Sleep Quality , Diet , And Body Mass Index And The Incidence Of Hypertension In Elderly Patients*. 1–9.
- Sari, A. P., Ilmi, M. B., & Hayati, R. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pra Lansia Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Gambut Tahun 2022. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 12(2), 446. [https://Doi.Org/10.36565/Jab.V12i2.732](https://doi.org/10.36565/Jab.V12i2.732)
- Sari, D. L., & Sukesni, N. (2024). *Relationship Between Lifestyle And Stress Levels In Hypertension Patients*. 1(12), 836–847.

- Septianingrum. (2025). *Hubungan Stresss Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Lanjut Di Desa Sungai Wetan Kecamatan Pohjentrek Kabupaten Pasuruan*. 9–40.
- Setiawan, F. E., Luhurningtyas, F. P., & Sofia, A. (2022). Korelasi Status Gizi Dan Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Mahasiswa. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia*, 2(2), 130–136. <https://doi.org/10.55081/joki.v2i2.537>
- Setyawan, Y. (2019). Terapi Hipertensi. In *Sustainability (Switzerland)* (Vol. 11, Issue 1). http://sciteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/red2017-eng-8ene.pdf?sequence=12&isallowed=y%0ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regs-ciurbeco.2008.06.005%0ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_sistem_pembetulan_terpusat_strategi_melestari
- Shafrina, A. A., Sulastrri, D., & Burhan, I. R. (2022). Hubungan Tingkat Konsumsi Garam Terhadap Kejadian Hipertensi Di Asia Tenggara. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 2(3), 202–211. <https://doi.org/10.25077/jikesi.v2i3.452>
- Siregar, F. G. G., Theo, D., Syafitri, R., Fitrianti, A. D., & Yuniati. (2024). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Pskesmas Rasau Kab. Labuhanbati Selatan. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 2(1), 247–263. Doi: <https://doi.org/10.55606/termometer.v2i1.2864>
- Sudiarti, P. E. (2025). *Hubungan Dukungan Keluarga Dalam Merawat Lansia Hipertensi Dengan Derajat Hipertensi Di Desa Tarai Bangun Wilayah Kerja Upt Puskesmas Tambang*. 1(1), 25–30.
- Sulaeman, E. S. (2021). *Pemberdayaan Masyarakat Di Bidang Kesehatan: Teori Dan Implementasi* (Moulidvi (Ed.)). Gadjah Mada University Press, Anggota Ikapti Dan Appti.
- Suprayitno, E., & Huzaimah, N. (2020). Pendampingan Lansia Dalam Pencegahan Komplikasi Hipertensi. *Selaparang Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(1), 518. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v4i1.3001>
- Syaidah Marhabatsar, N., & Sijid, A. (2021). Review: Penyakit Hipertensi Pada Sistem Kardiovaskular. *Prosiding Biologi Achieving The Sustainable Development Goals With Biodiversity In Confronting Climate Change*, 7(1), 72–78. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb>
- Tarudin. (2025). Doi: <http://dx.doi.org/10.33846/sf16312> *Aktivitas Fisik Sebagai Determinan Utama Tekanan Darah Pada Pekerja*. 16(September), 759–765.
- Tasya Alifia Izzani, Selva Octaria, & Linda Linda. (2024). Perkembangan Masa Remaja. *Jispendiora Jurnal Ilmu Sosial Pendidikan Dan Humaniora*, 3(2), 259–273. <https://doi.org/10.56910/jispendiora.v3i2.1578>
- Tatto, F., Lembang, D., Kep, S., Kes, N. M., & Pendahuluan, A. (2019). *Bab V Kekuatan Dukungan Keluarga Terhadap Hipertensi Lansia*. 64–89.
- Tinambunan, D., Agniaty, N., Ekayuni, Y., & Suryani, A. O. (2021). Persoalan Perkembangan Dan Kesehatan Mental Anak Usia 6-12 Tahun Pada Masa Pandemi Covid-19: Analisis Hasil-Hasil Penelitian Lintas Budaya. *Prosiding Konferensi Nasional Universitas Nahdatul Ulama Indonesia*, 01(01), 13–28.

- Tonini, C., Segatto, M., Bertoli, S., Leone, A., Mazzoli, A., Cigliano, L., Barberio, L., Mandal, M., & Pallottini, V. (2021). *Prenatal Exposure To Bpa: The Effects On Hepatic Lipid Metabolism In Male And Female Rat Fetuses*.
- Ummah, M. S. (2019). Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur. *Sustainability (Switzerland)*, 11(1), 1–14. [Http://Scioteca.Caf.Com/Bitstream/Handle/123456789/1091/Red2017-Eng-8ene.Pdf?Sequence=12&Isallowed=Y%0ahttp://Dx.Doi.Org/10.1016/J.Regsciurbeco.2008.06.005%0ahttps://Www.Researchgate.Net/Publication/305320484_Sistem_Pembetulan_Terpusat_Strategi_Melestari](http://Scioteca.Caf.Com/Bitstream/Handle/123456789/1091/Red2017-Eng-8ene.Pdf?Sequence=12&Isallowed=Y%0ahttp://Dx.Doi.Org/10.1016/J.Regsciurbeco.2008.06.005%0ahttps://Www.Researchgate.Net/Publication/305320484_Sistem_Pembetulan_Terpusat_Strategi_Melestari)
- Utami, F. P., Sulistiawan, D., & Syam, N. S. (2021). *Mengoptimalkan Peran Ibu Dalam Mewujudkan Remaja Dan Lansia Tangguh*.
- Vera Iriani Abdullah, R. A. S. (2021). *Monograf Penanganan Kecemasanpada Ibu Hamil*. [https://Books.Google.Co.Id/Books?Hl=En&Lr=&Id=Kadeeaaaqbaj&Oi=Fn d&Pg=Pa1&Dq=Stres+Merupakan+Respon+Kompleks+Dari+Tubuh+Terhadap+Berbagai+Bentuk+Tekanan+Atau+Ancaman+Yang+Dialami,+Baik+Yang+Bersifat+Nyata+\(Seperti+Ancaman+Fisik+Atau+Masalah+Keuangan\)+Maup](https://Books.Google.Co.Id/Books?Hl=En&Lr=&Id=Kadeeaaaqbaj&Oi=Fn d&Pg=Pa1&Dq=Stres+Merupakan+Respon+Kompleks+Dari+Tubuh+Terhadap+Berbagai+Bentuk+Tekanan+Atau+Ancaman+Yang+Dialami,+Baik+Yang+Bersifat+Nyata+(Seperti+Ancaman+Fisik+Atau+Masalah+Keuangan)+Maup)
- Vinola, J. (2023). *Skripsi Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tomoni Timur Kabupaten Luwu Timur*.
- Wahyuni, E. (2021). Intervensi Pengurangan Garam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi: A Systematic Review. *Pharmacognosy Magazine*, 75(17), 399–405.
- Wicaksono, A. (2021). *Buku Aktivitas Fisik Dan Kesehatan* (Issue July). <https://Www.Researchgate.Net/Publication/353605384>
- Widiyono Indriyati, T. B. A. (2022). *Aktivitas Fisik Untuk Mengatasi Hipertensi*. https://Books.Google.Co.Id/Books?Hl=En&Lr=&Id=Sawneaaaqbaj&Oi=Fn d&Pg=Pa8&Dq=Secara+Biologis,+Manfaat+Aktivitas+Fisik+Terhadap+Tekanan+Darah+Sangat+Dipengaruhi+Oleh+Intensitas,+Frekuensi,+Dan+Durasi+Latihan%3b+Apabila+Tidak+Mencapai+Intensitas+Moderat+Berat+Secara+Konsisten,+Efek+Vasodilatasi+Dan+Peningkatan+Elastisitas+Pembuluh+Darah+Mungkin+Belum+Optimal.&Ots=Mvch5bqo9t&Sig=65ab4omwtrillowozykg9hcqyme&Redir_Esc=Y#V=Onepage&Q&F=False
- World Health Organization (Who). (2023). *World Health Organization (Who)*. <https://Www.Who.Int/>
- Yusup, R. S. A., Citrawati, M., Harjono, Y., & Widyawardani, N. (2022). *Hubungan Daya Tahan Kardiovaskular Dan Aktivitas Fisik Terhadap Tekanan Darah Mahasiswa Usia 18-21*. 155–161.
- Zaim Anshari. (2020). Komplikasi Hipertensi Dalam Kaitannya Dengan Pengetahuan Pasien Terhadap Hipertensi dan Upaya Pencegahannya. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 2(2), 2. [Http://Ejournal.Delihusada.Ac.Id/Index.Php/Jpkm/Article/View/289/149](http://Ejournal.Delihusada.Ac.Id/Index.Php/Jpkm/Article/View/289/149)