

DAFTAR PUSTAKA

- Agus, P. (2015). PELATIHAN AEROBIK UNTUK KEBUGARAN PARU JANTUNG BAGI LANSIA. *Olahraga Prestasi*, 11.
- Agustiani, Y., Nauli, H. A., & Arsyati, A. M. (2023). Hubungan antara Obesitas, Kebiasaan Merokok dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Gang Kelor. 6(2), 141–149. <https://doi.org/10.32832/pro>
- Agustina, R., & Raharjo, B. B. (2015). Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Usia Produktif (25-54 Tahun). *Unnes Journal of Public Health*, 4(4), 146–158. <https://doi.org/10.15294/ujph.v4i4.9690>
- Ahmad, F. (2019). Hubungan Status Pekerjaan dengan Aktivitas Fisik pada Keluarga Binaan di Desa Pangkalan RT 09/03 Kecamatan Teluk Naga dan Desa Kemuning RT 11/03 Kecamatan Kresek, Kabupaten Tangerang, Provinsi Banten. *Majalah Kesehatan Pharmamedika*, 11(1). <https://doi.org/10.33476/mkp.v11i1.859>
- Ainurrafiq, A., Risnah, R., & Ulfa Azhar, M. (2019). Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: Systematic Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 2(3), 192–199. <https://doi.org/10.56338/mppki.v2i3.806>
- Akbar, F., Darmiati, D., Arfan, F., & Putri, A. A. Z. (2021). Pelatihan dan Pendampingan Kader Posyandu Lansia di Kecamatan Wonomulyo. *Jurnal Abdidas*, 2(2), 392–397. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v2i2.282>
- Akbar, F., Nur, H., Humaerah, U. I., Keperawatan, A., Wonomulyo, Y., & Gatot Subroto, J. (2020). Karakteristik Hipertensi Pada Lanjut Usia Di Desa Buku (Characteristics Of Hypertension In The Eldery). *Jwk*, 5(2), 2548–4702.
- Alfaqeeh, M., Alfian, S. D., & Abdulah, R. (2023). Factors Associated with Hypertension Among Adults: A Cross-Sectional Analysis of the Indonesian Family Life Survey. *Vascular Health and Risk Management*, 19, 827–836. <https://doi.org/10.2147/VHRM.S438180>
- Amin, M. (2024). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Hipertensi Pada Masyarakat Di Wilayah Kerja Puskesmas Lageun Kecamatan Setia Bakti, Aceh Jaya Tahun 2024. *Jurnal Health Research*, 2(1).
- Ardian, I., Haiya, N. N., & Sari, T. U. (2018). Signifikansi tingkat stres dengan tekanan darah pada pasien hipertensi. *Proceeding Unissula Nursing Conference*, 1(1), 152–156.

- Arieska, P. K., & Herdiani, N. (2018). Pemilihan Teknik Sampling Berdasarkan Perhitungan Efisiensi Relatif. *Jurnal Statistika*, 6(2), 166–171.
- Ariyanti, R., Preharsini, I. A., & Sipolio, B. W. (2020). Edukasi Kesehatan Dalam Upaya Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Hipertensi Pada Lansia. *To Maega : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 74. <https://doi.org/10.35914/tomaega.v3i2.369>
- Dianawuri, L. (2020). Pengertian Gizi Seimbang: Pedoman dan Prinsipnya dari Kemenkes. *Artikel Kesehatan*.
- Djollong, A. F. (2014). Teknik Pelaksanaan Penelitian Kuantitatif (Technique of Quantitative Research). *Istiqra'*, 2(1), 86–100.
- Fakir Amirul M., Hosen, M. A., Lambert, E. A., Maddison, R., Lambert, G. W., & Thompson, B. R. (2023). Associations of physical activity levels, and attitudes towards physical activity with blood pressure among adults with high blood pressure in Bangladesh. *PLoS ONE*, 18(2 February). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0280879>
- Fitriyaningsih, E., Affan, I., Andriani, A., & Iskandar, I. (2021). Peningkatan pengetahuan lansia dengan edukasi gizi penyakit hipertensi. *Jurnal PADE: Pengabdian & Edukasi*, 3(2), 47. <https://doi.org/10.30867/pade.v1i2.705>
- Geralda Adhianto, K., Ahmad Arief, N., & Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, P. (2023). HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP KEBUGARAN JASMANI PESERTA DIDIK SEKOLAH MENENGAH PERTAMA THE RELATIONSHIP OF PHYSICAL ACTIVITY TO PHYSICAL FITNESS OF JUNIOR HIGH SCHOOL STUDENTS. *Jambura Journal of Sports Coaching*, 5(2).
- Hamzah B, Akbar, H., Langingi, A. R. C., & Hamzah, St. R. (2021). Analysis of the Relationship of Dining Patterns With. *Journal Health and Science ; Gorontalo Journal Health & Science Community*, 5(1), 194–201.
- Harun. (2019a). HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA PASIEN RAWAT JALAN. *JKBL*, 12(2).
- Harun, O. (2019b). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan. *Jurnal Kesehatan Budi Luhur: Jurnal Ilmu-Ilmu Kesehatan Masyarakat, Keperawatan, Dan Kebidanan*, 12(2), 164–171.
- Hasanuddin, I., Purnama, J., Keperawatan dan Kebidanan, F., & Teknologi Kesehatan dan Sains Muhammadiyah Sidrap, I. (2023). HUBUNGAN POLA MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI. *Jurnal Ners*, 7, 2023–1659. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>

- Herlina Vivi. (2019). *PANDUAN PRAKTIS MENGOLAH DATA KUESIONER MENGGUNAKAN SPSS*.
- Hertati Purba, T., & Demitri, A. (2023). ORIGINAL ARTICEL JOURNAL OF PHARMACEUTICAL AND SCIENCES Electronic Hubungan Pola Makan Dan Status Gizi Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Sultan Daulat Kota Subulussalam Associated Food Pattern and Nutritional Status with the Incidence of Hypertension in the Elderly at Sultan Daulat Health Centre Subulussalam. *Journal of Pharmaceutical and Sciences*, 6(1).
- Hutagalung. (2019). Efektifitas Senam Lansia Terhadap Penurunan Tekanan Darah Kepada Lansia yang Mengalami Hipertensi di Puskesmas Pancur Batu Deli Serdang. *Efektifitas Senam Lansia Terhadap Penurunan Tekanan Darah Kepada Lansia Yang Mengalami Hipertensi Di Puskesmas Pancur Batu Deli Serdang*. Buruh Angkat Di PT. Karya Mandiri Prima Kabupaten Langkat. *Journal of Health and Medical Science*, 1, 242–254.
- Imansari, A. (2023). POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA AWAL DI KECAMATAN DAMPAL SELATAN DIET PATTERNS WITH HYPERTENSION IN EARLY ELDERLY IN DAMPAL SELATAN DISTRICT. *Binawan Student Journal (BSJ)*, 5(2).
- Irawan, D., Siwi, A. S., & Susanto, A. (2020). Analisis Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kejadian Hipertensi. In *Jurnal of Bionursing* (Vol. 3, Issue 2).
- Kandarini, Y. (2017). Tatalaksana Farmakologi Terapi Hipertensi. *Divisi Ginjal Dan Hipertensi RSUP Sanglah Denpasar*, 13–14.
- Kania Rahsa Puji, L., Kasumawati, F., Okta Ratnaningtyas, T., Purnama Sari Indah, F., Bahri, S., Zulfikar Adha, M., El Zafira Hadi STIKes Widya Dharma Husada Tangerang, T., Pajajaran Raya No, J., & Selatan, T. (2024). UPAYA MENINGKATKAN AKTIVITAS FISIK UNTUK MENGURANGI RISIKO HIPERTENSI DI PUSKESMAS PONDOK CABE ILIR KOTA TANGERANG SELATAN EFFORTS TO INCREASE PHYSICAL ACTIVITY TO REDUCE THE RISK OF HYPERTENSION AT PONDOK CABE ILIR HEALTH CENTER SOUTH TANGERANG CITY. In *Jurnal Abdi Masyarakat* (Vol. 5, Issue 1).
- Kemenkes. (2023a). APA ITU HIPERTENSI? *Apa Itu Hipertensi?*
- Kemenkes. (2023b). Bagaimana Cara Mengendalikan Penyakit Hipertensi? *Bagaimana Cara Mengendalikan Penyakit Hipertensi?*
- Kemenkes. (2024). APA SEBENARNYA POLA MAKAN SEHAT? *APA SEBENARNYA POLA MAKAN SEHAT?*

- Kemenkes 2015. (n.d.). Pola Makan dan Menu Diet Penderita Diabetes dengan Hipertensi. *Pola Makan Dan Menu Diet Penderita Diabetes Dengan Hipertensi*.
- Kemenkes Republik Indonesia. (2018). Aktivitas Fisik Sedang. *Aktivitas Fisik Sedang*.
- Kemenkes RI. (2018a). Aktivitas Fisik Ringan. *Aktivitas Fisik Ringan*.
- Kemenkes RI. (2018b). Aktivitas Fisik Untuk Lansia. *Aktivitas Fisik Untuk Lansia*.
- Kemenkes RI. (2019). Aktivitas Fisik. *Apa Definisi Aktivitas Fisik ?*
- Kemenkes RI. (2023). Hipertensi pada Lansia. *Hipertensi Pada Lansia*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Aktivitas Fisik Berat. *Aktivitas Fisik Berat*.
- (Statistik, 2023) (Statistik, 2023)Laelihyah, A. N., Ganesha, S., Kediri, H., Sutik, I., Rs, S., Kediri, B., Cucun, I., & Ferdina, S. (2023). HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI DESA KEDUNGWILUT KECAMATAN BANDUNG KABUPATEN TULUNGAGUNG. *JK: Jurnal Kesehatan, 1*(3), 502–509.
- Lay, G. L., Louis, W. H. P., & Rambu, K. D. G. (2019). Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Puskesmas Bakunase. *Cendana Medical Journal (CMJ)*, 464–471.
- Lay, G. L., Wungouw, H. P. L., & Kareri, D. G. R. (2019). HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP KEJADIAN HIPERTENSI PADA WANITA PRALANSIA DI PUSKESMAS BAKUNASE. *Cendana Medical Journa, 18*(3).
- Lestari, R. A., Saputra Nasution, A., & Prastia, T. N. (2023). *Hubungan antara Aktivitas Fisik, Kebiasaan Merokok dan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Kelurahan Cibogor Tahun 2022*. 6(3), 273–280. <https://doi.org/10.32832/pro>
- L.O, E. S., Widyarni, A., & Azizah, A. (2020). Analisis Hubungan Riwayat Keluarga dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi di Kelurahan Indrasari Kabupaten Banjar. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi, 20*(3), 1043. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i3.1094>
- Mahmudah, S., Maryusman, T., Arini, F. A., & Malkan, I. (2017). Hubungan Gaya Hidup Dan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Kelurahan Sawangan Baru Kota Depok Tahun 2015. *Biomedika, 8*(2), 43–51. <https://doi.org/10.23917/biomedika.v8i2.2915>
- Mega, A., Riwu, Y. R., & Regaletha, T. A. L. (2019). Hubungan Konsumsi Laru dengan Kejadian Hipertensi di Desa Penfui Timur. *Media Kesehatan Masyarakat, 1*(2), 39–48. <https://doi.org/10.35508/mkm.v1i2.1937>

- Muhammad Nurman., & Annisa, Suardi. (2018). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Desa Pulau Birandang Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Timur. *Jurnal Ners*, 2(9), 71–78.
- Mulyasari, E. W., & Srimiati, M. (2020). Macro Nutrition Intake, Physical Activity and Level of Stress with Event of Hypertension for Adults (18-60 Years). *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 2(2), 83–92. <https://doi.org/10.36590/jika.v2i2.2>
- Mustapa, P., Pipin Yunus, & Susanti Monoarfa. (2023). Penerapan Perawatan Endotracheal Tube Pada Pasien Dengan Penurunan Kesadaran Di Ruang Icu Rsud Prof. Dr Aloe Saboe Kota Gorontalo. *Intan Husada : Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 11(02), 105–113. <https://doi.org/10.52236/ih.v11i2.280>
- Noland, D., & Drisko, J. (2020). *Integrative and Functional Medical Nutrition Therapy: Principles and Practices* (D. Noland, Ed.). Humana Press.
- Nurhaida, N., & Refialdinata, J. (2021). Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Air Dingin Padang. *Jurnal Kesehatan Lentera' ...*, 5(1), 6–15.
- Oktaviana Prodi Keperawatan, D., Tanawali Takalar, S., & Selatan, S. (2024). *HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PATTALLASSANG KABUPATEN TAKALAR The relationship between physical activity and the incidence of hypertension in the elderly in the working area of the Pattallassang Public Health Center, Takalar Regency.*
- Pangaribuan, P. A. (2023). *Hubungan Stress Dan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Di Rumah Sakit Bakti Timah Karimun.* 1(4), 131–144. <https://doi.org/10.59680/ventilator.v1i4.666>
- Permenkes. (2014). Pedoman Gizi Seimbang. *Pedoman Gizi Seimbang*.
- Prasetyaningrum, Y. I. (2014). *Hipertensi Bukan untuk Ditakuti*. Jakarta. FMedia.
- Putri Rachma Novitasari, Fatma Nur Aisyah, S. A. A. (2023). Kabupaten Kendal. *Humas Poltek Furniture*, 2(1), 1.
- Putri Sabila, V., & Purnama Sari, I. (2023). *HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI, AKTIVITAS FISIK, DAN KUALITAS TIDUR DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA PEGAWAI NEGERI SIPIL USIA 24-54 TAHUN DI LPMP SUMSEL.* 7(3).
- Rahmadhani, M. (2021). *FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TERJADINYA HIPERTENSI PADA MASYARAKAT DI KAMPUNG BEDAGAI KOTA PINANG THE FACTORS THAT AFFECTING HYPERTENSION IN*

BEDAGAI VILLAGE, KOTAPINANG SOCIETY. *Jurnal Kedokteran STM (Sains Dan Teknologi Medik)*, IV(1).

Sabri, H. (2019). Statistik Kesehatan. *Analisis Data*, 129.

Sakinah, K. (2021). Zat Gizi dan Anjuran Pola Makan. *Zat Gizi Dan Anjuran Pola Makan*.

Salsabilla, D., Yuliadarwati, N. M., Lubis, Z. I., Studi, P., Fisioterapi, S., & Kesehatan, I. (2023). Hubungan antara Aktivitas Fisik dengan Keseimbangan pada Lansia di Komunitas Malang. In *NURSING UPDATE* (Vol. 14, Issue 1). <https://stikes-nhm.e-journal.id/NU/indexArticle>

Saragih, Marianawati. D. Aryanti. E. I. Y. N. (2022). *ASUHAN GIZI DAN KEPERAWATAN HIPERTENSI*.

Schutte, A. E., Srinivasapura Venkateshmurthy, N., Mohan, S., & Prabhakaran, D. (2021). Hypertension in Low- and Middle-Income Countries. In *Circulation Research* (Vol. 128, Issue 7, pp. 808–826). Lippincott Williams and Wilkins. <https://doi.org/10.1161/CIRCRESAHA.120.318729>

Sistikawati, H. I., Fuadah, I. W., Salsabila, N. A., Azzahra, A. F., Aesyah, A., Insyira, I., Adhitama, P. F., Anggraini, R. K., & Nandini, N. (2021). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi. *MEDIA KESEHATAN MASYARAKAT INDONESIA*, 20(1), 57–62. <https://doi.org/10.14710/mkmi.20.1.57-62>

Suarni, L. (2017). Hubungan Pola Makan Dengan Terjadinya Hipertensi Pada Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Ptpn Ii Bangkatan Binjai Tahun 2017. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 2(2), 88. <https://doi.org/10.34008/jurhesti.v2i2.74>

Suciadi, L. P. (2023). Fakta Dibalik Resiko Aktivitas Fisik Berlebihan untuk Jantung. *Fakta Dibalik Resiko Aktivitas Fisik Berlebihan Untuk Jantung*.

Swarjana, I. K. (2022). *Kosep Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Persepsi, Stres Lengkap dengan Konsep Teori, Cara mengukur variabel dan Contoh kuesioner*.

Sya'id, A., Meldy Tursiana, H., & Putri, A. (2023). *HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA USIA DEWASA PERTENGAHAN (MIDDLE AGE)*. <https://stikes-nhm.e-journal.id/NU/index>

Syapitri, Henny. Amila. J. A. (2021). *METODOLOGI PENELITIAN KESEHATAN*.

Teni, & Agus Yudiyanto. (2021). Pengaruh Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Kedokan Bunder Kabupaten Indramayu. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2(1), 105–117. <https://doi.org/10.36418/japendi.v2i1.73>

Walida, S., Khairul Anam, H., Fauzan, A., Masyarakat, F. K., Kalimantan, I., & Banjarmasin, M. (2023). *HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS CEMPAKA BANJARMASIN TAHUN 2022 THE RELATIONSHIP OF KNOWLEDGE AND EATING PATTERN WITH THE EVENT OF HYPERTENSION IN THE ELDERLY IN THE WORK AREA OF THE CEMPAKA BANJARMASIN PUSKESMAS YEAR 2022.*

WHO. (2022). Physical Aktiviti. *Physical Activity*.

Widia, L. (2017). *Metode pada penelitian ini menggunakan rancangan analitik dengan pendekatan cross sectional yaitu suatu penelitian untuk mempelajari hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen dengan pengukuran sekali dan dalam waktu yang Manfaat pemberi.* 2(1), 40–46.

Widiyono, Indriyati, T. B. A. (2022). *Aktivitas Fisik Untuk Mengatasi Hipertensi.*

Yam, J. H., & Taufik, R. (2021). Hipotesis Penelitian Kuantitatif. *Perspektif: Jurnal Ilmu Administrasi*, 3(2), 96–102. <https://doi.org/10.33592/perspektif.v3i2.1540>

Yuliana, P. (2021). Biofarmasetikal Tropis Biofarmasetikal Tropis. *The Tropical Journal of Biopharmaceutical*, 2(2), 158–169.

Zhang, W., Xu, R., Cai, Z., Zheng, X., Zheng, M., & Ni, C. (2023). Association between physical activity and resistant hypertension in treated hypertension patients: analysis of the national health and nutrition examination survey. *BMC Cardiovascular Disorders*, 23(1). <https://doi.org/10.1186/s12872-023-03303-x>