

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M. (2016). *Gizi dan Kesehatan Balita: Peran Mikro Zinc pada Pertumbuhan Anak*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- American Heart Association. (2021). *Physical Activity Guidelines for Americans*. Dallas: AHA Press.
- Aprilyadi, M., Nurhidayah, & Yuliani, A. (2021). Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 45–52.
- Ardiyanto, Y., & Mustafa, I. (2021). *Aktivitas Fisik dan Pencegahan Penyakit Tidak Menular*. Yogyakarta: Deepublish.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Statistik Indonesia 2023*. Jakarta: BPS-Statistics Indonesia.
- Centers for Disease Control and Prevention. (2021). *Physical Activity and Health*. Atlanta: CDC.
- Craig, C. L., Marshall, A. L., Sjöström, M., Bauman, A. E., Booth, M. L., Ainsworth, B. E., Pratt, M., Ekelund, U., Yngve, A., & Sallis, J. F. (2003). International Physical Activity Questionnaire: 12-Country Reliability and Validity. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 35(8), 1381–1395.
- Dahlan, M. S. (2020). *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan: Deskriptif, Bivariat, dan Multivariat dengan Menggunakan SPSS*. Jakarta: Epidemiologi Indonesia.
- Fatma Ekasari. (2021). *Faktor Risiko Hipertensi dan Pencegahannya*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Fakhriadi, R., Nugraha, D., & Sari, M. (2022). Hubungan Faktor Risiko dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Produktif. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 13(1), 55–62.
- Fitriani, E., & Sari, L. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah pada Usia Produktif. *Jurnal Kesehatan Indonesia*, 8(1), 33–41.
- Guyton, A. C., & Hall, J. E. (2021). *Textbook of Medical Physiology* (15th ed.). Philadelphia: Elsevier Saunders.
- Hallal, P. C., Andersen, L. B., Bull, F. C., Guthold, R., Haskell, W., & Ekelund, U. (2012). Global Physical Activity Levels: Surveillance Progress, Pitfalls, and Prospects. *The Lancet*, 380(9838), 247–257.
- Hartini, S. (2018). *Kebiasaan Pola Makan Dewasa Awal*. Bandung: Alfabeta.
- Husein, U. (2019). *Metode Penelitian untuk Skripsi dan Tesis Bisnis*. Jakarta:

RajaGrafindo Persada.

- InaKii, R., Sihombing, N., & Purnamasari, D. (2021). Hipertensi Sistolik dan Faktor Risiko pada Lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(3), 22–29.
- James, W. P. T. (2019). *Nutrition and Lifestyle: Impact on Health*. Oxford: Oxford University Press.
- Kemenkes RI. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI. (2018). *Panduan Aktivitas Fisik untuk Hidup Sehat*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia 2022*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kharisma, A. (2022). Komplikasi Hipertensi dan Penanganannya. *Jurnal Medika Nusantara*, 15(2), 112–119.
- Laili, N. (2020). *Hipertensi dan Faktor Risiko*. Surabaya: Scopindo Media Pustaka.
- Marhabatsar, M., & Sijid, A. (2021). *Patofisiologi Hipertensi dan Pengelolaannya*. Jakarta: CV Global Edukasi.
- Najmah, R., Fitri, E., & Apriani, W. (2022). Pola Makan Sehat pada Dewasa Awal. *Jurnal Gizi dan Pangan Sehat*, 11(3), 40–49.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Perdani, D., & Berawi, K. (2021). *Hipertensi: Kajian Epidemiologi dan Faktor Risiko*. Bandar Lampung: Universitas Lampung Press.
- Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia (PERHI). (2019). *Klasifikasi dan Pedoman Penatalaksanaan Hipertensi di Indonesia*. Jakarta: PERHI.
- Pradnyanita, I. (2019). *Gizi dan Pola Makan Seimbang*. Denpasar: Udayana University Press.
- Pradono, J., Rahayu, F., & Yulistiani, D. (2020). Hubungan Gaya Hidup dengan Tekanan Darah. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 9(2), 76–83.
- Reichenbach, J., Dewi, M., & Arman, F. (2019). *Penyakit Kardiovaskular dan Komorbiditas Hipertensi*. Jakarta: EGC.
- Rachmawati, D., Ningsih, L., & Setiawan, H. (2021). Pola Makan dan Risiko Hipertensi pada Dewasa Muda. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 6(2), 51–60.
- Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2016). *Organizational behavior* (17th ed.). New Jersey: Pearson.

- Sedarmayanti. (2017). *Manajemen sumber daya manusia: Reformasi birokrasi dan manajemen pegawai negeri sipil*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulaiman, A. (2022). *Psikologi Gizi dan Perilaku Makan*. Malang: Universitas Brawijaya Press.
- Triyanto, E. (2017). *Pelayanan Keperawatan Medikal Bedah: Sistem Kardiovaskuler*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- World Health Organization. (2017). *Global Recommendations on Physical Activity for Health*. Geneva: WHO Press.
- World Health Organization. (2023). *World Health Statistics 2023*. Geneva: WHO Press.