

## DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, I. M. S., Trisnadewi, N. W., Oktaviani, N. P. W., Munthe, S. A., Hulu, V. T., Budiastutik, I., Faridi, A., Ramdany, R., Fitriani, R. J., Tania, P. O. A., Rahmiati, B. F., Lusiana, S. A., Susilawaty, A., Sianturi, E., & Suryana. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yayasan Kita Menulis.
- Alisa, F., Amelia, W., Sastra, L., Desnita, R., Sapardi, V. S., & Dwiyanti, W. (2023). Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi Usia 40-59 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin. *Jurnal Amanah Kesehatan*, 5(1), 6–14.
- Alwi, J., Sari, M. P., Adnyana, I. M. dwi M., Rustam, M. Z. A., Rahayu, D., Febriyanti, I., Astuti, N. H., Rahmawati, Ranga, Y. P. P., Dara, W., Pongoh, L. L., Manopo, J. E., Anulus, A., Rahmah, A. D., Setiaji, B., Arfan, I., Ayu, J. D., Yuhadi, A., Purwanti, R., ... Ibrahim, M. S. (2023). *Metode Penelitian Epidemiologi*. Media Sains Indonesia.
- B, H., Akbar, H., Langingi, A. R. C., & Hamzah, S. R. (2021). Analisis Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health and Science Community*, 5(1), 194–201. <https://doi.org/10.35971/gojhes.v5i1.10039>
- Budi, N. P., & Sari, R. P. (2024). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Sukawali Kecamatan Pakuhaji Tahun 2024. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2), 272–276.
- Dinas Kesehatan Kota Metro. (2021). *Profil Kesehatan Kota Metro*. Metro: Dinas Kesehatan Kota Metro.
- Dinas Kesehatan Kota Metro. (2022). *Profil Kesehatan Kota Metro*. Metro: Dinas Kesehatan Kota Metro.
- Dinas Kesehatan Kota Metro. (2023). *Profil Kesehatan Kota Metro*. Metro: Dinas Kesehatan Kota Metro.
- Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. (2021). *Profil Kesehatan Provinsi Lampung*. Lampung: Dinas Kesehatan Provinsi Lampung.
- Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. (2022). *Profil Kesehatan Provinsi Lampung*. Lampung: Dinas Kesehatan Provinsi Lampung.
- Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. (2023). *Profil Kesehatan Provinsi Lampung*. Lampung: Dinas Kesehatan Provinsi Lampung.
- Faridi, A., Trisutrisno, I., Irawan, A. M. A., Lusiana, S.A., Alfiah, E., Rahmawati, L.A., Doloksaribu, L.G., Suryana, Yunianto, A. E.,& Sinaga, T. R. (2022). *Survei Konsumsi Gizi*. Yayasan Kita Menulis.

- Mutmainnah, Talindong, A., Susianawati, D. E., Dafer, F., Kolupe, V. M., Subardin, A., Purwiningsih, S., Paundanan, M., Fajrah, S., & Parmi. (2021). *Mengenal Kesehatan Reproduksi*. Rizmedia Pustaka Indonesia.
- Ekasari, M. F., Siti, S. E., Siti, B., Rizqi, N. S., & Ishlah, A. F. (2021). *Hipertensi : Kenali Penyebab, Tanda Gejala dan Penangannya*. Jakarta: Ahmad Jubaedi.
- Faridi, A., Putri, N. R., Hutomo, C. S., Rahmaniah, Angkat, A. H., Rasmaniar, Nasution, E., Maghfiroh, K., & Rahmi, U. (2022). *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Yayasan Kita Menulis.
- Rahayu, H.K., Hindarta, N. A., Wijayat, D.P., Cahyaningrum, H., Evan, M., Kurniawan. T., Salsabila, Faiza, T.A. (2023). *Gizi dan Kesehatan Remaja*. Jawa Barat: Zahira Media Publisher
- Fithra, D. F., Ayu, R., & Nurmasari, W. (2019). *Modul Gizi dan Kesehatan Lansia*. Yogyakarta : K-Media.
- Jayanti, F., Sari, F. D. N., & Harahap, S. N. (2023). Hubungan Pola Makan dan Karakteristik Individu dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Desa Meranti Paham. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 16007–16016.
- Kemenkes. (2014). *Pola Makan Yang Sehat*. [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/3467/pola-makan-yang-sehat](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/3467/pola-makan-yang-sehat)
- Kemenkes. (2024). *Pedoman Pengendalian Hipertensi Di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama*.
- Kementrian Kesehatan RI. (2022). *Isi Piringku*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
- Kementrian Kesehatan RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
- Kemenkes RI. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia*.
- Kumala, M., Novendy, N., Olivia, S., & Santoso, A. H. (2020). *Panduan Pengisian Kuesioner: Asesmen dan intervensi terhadap kesehatan dan kebugaran guna mencegah morbiditas serta mortalitas akibat penyakit tidak menular pada masyarakat umur produktif dan berpenghasilan rendah di Indonesia*. Universitas Tarumanagara.
- Kusumo. M.. (2020). *Buku Pemantauan Aktivitas Fisik* (M. Kusumo (ed.): Cetakan Pe). The Journal Publishing.
- Lestari, P., Yudanari, Y. G., & Saparwati, M. (2020). *Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Di Puskesmas Kedu Kabupaten Temanggung*. 5.

- Marhawati, Mahmud, R., Nurdiana, Astuty, S., Setyawan, D. A., Prasaja, Fahraddina, N., One, L., Faelasofi, R., Widyasari, T., Mawardati, R., Otaya, L. G., & Rahmatina, S. (2022). *Statistika Terapan*. Tahta Media Group.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT Rineka Cipta.
- Nur, R. L., Budi, S. R., Handayani, P. D., Novia, A., Sari, S., Ahmad, F., Widhi, H. M., Yohanes, K., Nur, H. L., Bayu, A. N., Anto, Tri, H., & Rasmaniar. (2022). *Pangan dan Gizi*.
- Prasetyo, K. M. (2020). *Buku Pemantauan Aktivitas Fisik*. Daerah Istimewa Yogyakarta.
- Putriningtyas, N. D., Cahyati, W. H., & Rengga, W. D. P. (2023). *Buku Aktivitas Fisik*. LPPM Universitas Negeri Semarang.
- Ramdhika, M. R., Widiastuti, W., Hasni, D., Febrianto, B. Y., & Jelmila, S. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi pada Perempuan Etnis Minangkabau di Kota Padang. *Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi pada Perempuan Etnis Minangkabau di Kota Padang. Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 19(1), 91. <https://doi.org/10.24853/jkk.19.1.91-97>
- Romadhona, N. F. (2022). *“Menopause” Permasalahan Dan Manfaat Senam Untuk Wanita Menopause*.
- Sagalulu, R. S., Febriyona, R., & Sudirman, A. N. (2023). *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Wanita Menopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Kabupaten Gorontalo*. 1.
- Sahir, S. H. (2021). *Metodologi Penelitian*. KBM Indonesia.
- Sari, Y. N. I. (2017). *Berdamai Dengan Hipertensi*. Jakarta : Bumi Medika.
- Sarwono, A. E., & Handayani, A. (2021). *Metode Kuantitatif*. UNISRI Press.
- Setyawan, D. A. (2021). *Modul Hipotesis dan Variabel Penelitian*. Tahta Media.
- Sihotang, M., & Elon, Y. (2020). *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Orang Dewasa*. 4.
- Syapitri, H., Amila, & Aritonang, J. (2021). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan*. Ahlimedia Press.
- Trisnawan, A. (2019). *Mengenal Hipertensi*. Semarang.
- Fauzy, A. (2019). *Metode Sampling*. Tangerang: Universitas Terbuka Katalog dalam Terbitan.
- Utarini, Adi, & dkk. (2022). *Metode Penelitian: Prinsip dan Aplikasi Untuk Manajemen Rumah Sakit (Yogyakarta)*. Gadjah Mada University Press: 313).

- Rokhmah, L.N., Setiawan, R.B., Purba, D.H., Anggraeni. N., Suhendri. S., Faridi. A., Hapsari. M. W., Kristianto, Y., Hasanah, L.N., Argheni, N.B., Anto.. Handayani. T., Rasmaniar. (2022). *Pangan dan Gizi*. Yayasan Kita Menulis.
- Wulandari, Widari & Muniroh. (2019). *Hubungan Asupan Energi, Stres Kerja, Aktivitas Fisik, dan Durasi Waktu Tidur Dengan IMT Pada Manager Madya Dinas Pemerintah Kota Surabaya*. Amerta Nutr, 40-45.
- Hilinti, Y., Sari, Y. L., Yulianti, S., Nurjanah, L. A. N., Umami, A. D. (2024). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Remaja dan Perimenopause*. Jawa Tengah : PT Nasya Expanding Management.
- Triyanto, E. (2017). *Pelayanan Keperawatan Penderita Hipertensi Secara Terpadu*.
- WHO. (2023). *Hypertension*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Widiyono, Indriyati, & Budi, A. T. (2022). *Aktivitas Fisik Untuk Mengatasi Hipertensi*. Kediri : Lembaga Chakra Brahmannda Lentera.
- Woro, R. (2019). *Hipertensi Pada Wanita Menopause*. Jakarta : LIPI Press.
- Yulizawati, & Yulika, M. (2022). *Mengenal Fase Menopause*. Sidoarjo : Indomedia Pustaka.
- Yunianto, A. E., Lusiana, S. A., Haya, M., Sari, C. R., Yuliantini, E., Faridi, A., Syafii, F., Rasmaniar, Budiastutik, I., Dana, Y. A., Pasaribu, R. D., & Triatmaja, N. T. (2021). *Ekologi Pangan dan Gizi*. Yayasan Kita Menulis.
- Yustiana, O. (2024). *Tetap Sehat Menjelang Menopause*. Yogyakarta : abbi creative.