

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes. Buku Pedoman Pengendalian Hipertensi di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama. 2024;
2. WHO. Guideline for the pharmacological treatment of hypertension in adults. World Health Organization. 2021.
3. Harrison DG, Coffman TM, Wilcox CS. Pathophysiology of Hypertension: The Mosaic Theory and Beyond. *Circ Res*. 2021;128(7):847–863.
4. Oliveros E, Patel H, Kyung S, Fugar S, Goldberg A, Madan N, et al. Hypertension in older adults: Assessment, management, and challenges. *Clin Cardiol*. 2020;43(2):99–107.
5. World Health Organization. Global Report on Hypertension. 2023.
6. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Laporan Nasional Riskesdas. 2018;
7. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 Dalam Angka. Survei Kesehatan Indonesia. 2023.
8. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Laporan Provinsi Sumatera Barat Riskesdas 2018 [Internet]. 2018. 120–121 p. Available from: <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3906/>
9. Dinas Kesehatan Kota Padang. Profil Kesehatan Kota Padang Tahun 2023 Edisi 2024. 2024;
10. Ningrum TAS, Azam M, Indrawati F. Rasio Lingkar Pinggang Panggul Dan Persentase Lemak Tubuh Dengan Kejadian Hipertensi. *Higeia* [Internet]. 2019;3(4):646–657. Available from: <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/higeia>
11. Palit ID, Kandou GD, Kaunang WJP. Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia di Desa Salurang Kecamatan Tabukan Selatan Tengah Kabupaten Kepulauan Sangihe. *J KESMAS*. 2021;10(6):93–100.
12. Hertati Purba T, Mariyanaq, Demitri A. Hubungan Pola Makan Dan Status Gizi Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Sultan Daulat Kota Subulussalam. *J Pharm Sci*. 2023;6(1):334–43.
13. Ilham D, Harleni H, Miranda SR. Hubungan Status Gizi, Asupan Gizi Dan Riwayat Keluarga Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Lubuk Buaya Padang. *Pros Semin Kesehat Perintis*. 2019;2(1):1–7.
14. Sulastri W, Hasneli, Dwiyaniti D, Sartika W, Kasmiyetti. Gambaran Asupan Kalium dan Natrium Pada Penderita Hipertensi yang Berobat Di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang. *J Gizi Mandiri*. 2023;01(02):49–59.
15. Yuriza Agustiningrum, Mardiyanti NL. Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Rasio Lingkar Pinggang Panggul sebagai Prediktor Hipertensi pada Lanjut Usia. *J Terpadu Ilmu Kesehat*. 2017;6(2):127–36.

16. Yolanda A, Diana FM, Arza PA. The Risk Factors of Sodium, Potassium Intake, and Physical Activity on Hypertension in The Elderly. 2024;44(3):30–7.
17. Garovic VD, Dechend R, Easterling T, Karumanchi SA, Baird SM, Magee LA, et al. Hypertension in Pregnancy : Diagnosis, Blood Pressure Goals, and Pharmacotherapy : A Scientific Statement From the American Heart Association. Am Hear Assoc. 2022;
18. Etrawati F, Utama F, Artikel I. Tekanan Darah Tinggi terhadap Kualitas Hidup Kelompok Pra Lansia. Higeia J Public Heal. 2021;5(3):421–425.
19. Gistiany AM, Sulistyaningrum E. Pengaruh Penyakit Kronis Hipertensi terhadap Produktivitas Pasar Tenaga Kerja di Indonesia. 2023;
20. Hasanah RY, Agung RN. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Terhadap Penderita Hipertensi Diwilayah RW 007, Kebon Baru, Tebet. 2022;1–15.
21. Gepot K. Hubungan Hipertensi Dengan Kejadian Stroke Berulang Di Kota Makassar. 2022;
22. Gultom MD, Sudaryo MK. Hubungan Hipertensi dengan Kejadian Gagal Ginjal Kronik di RSUD DR. Djasamen Saragih Kota Pematang Siantar Tahun 2020. J Epidemiol Kesehat Komunitas. 2023;8(1):40–47.
23. Charchar FJ, Prestes PR, Mills C, Ching SM, Neupane D, Marques FZ, et al. Lifestyle management of hypertension: International Society of Hypertension position paper endorsed by the World Hypertension League and European Society of Hypertension. J Hypertens. 2024;42(1):23–49.
24. Mujiadi, Rachmah S. Buku Ajar Keperawatan Gerontik. 2022.
25. Kementerian Kesehatan RI. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No 25 Tahun 2016 tentang Rencana Aksi Nasional Kesehatan Lanjut Usia tahun 2016-2019. 2016.
26. World Health Organization. Hypertension Fact Sheet [Internet]. 2021 [cited 2025 Aug 2]. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
27. Oktaviani E, Noor Prastia T, Dwimawati E. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pra Lansia Di Puskesmas Bojonggede Tahun 2021. Promotor. 2022;5(2):135–147.
28. Laras SP, Divarukmi RM. Upaya Menangani Kecemasan Lansia Awal Menjelang Masa Pensiun. 2024;5(2):95–108.
29. H. BJ, Born V Den, Lip GYH, Brguljan-Hitij J, Cremer A, Segura J, et al. ESC Council on Hypertension Position Document on The Management of Hypertensive Emergencies. Eur Hear J - Cardiovasc Pharmacother. 2018;5(1).
30. Amiruddin MA, Danes VR, Lintong F. Analisa Hasil Pengukuran Tekanan Darah Antara Posisi Duduk dan Posisi Berdiri Pada Mahasiswa Semester VII (Tujuh) TA. 2014/2015 Fakultas Kedokteran Univesitas Sam Ratulangi. J e-Biomedik. 2015;3(1):125–129.
31. Nurhaedah. Studi Kasus Pada Keluarga Ny. 'S' Dengan Hipertensi di Kelurahan

- Barombong Kecamatan Tamalate Kota Makassar. *J Ilm Kesehat Sandi Husada*. 2018;6(1):58–63.
32. Ekasari MF, Suryati ES, Badriah S, Narendra SR, Amini FI. Hipertensi: Kenali Penyebab, Tanda Gejala dan Penangannya. 2021;
 33. Adrian SJ. Diagnosis dan Tatalaksana Terbaru Pada Dewasa. *Cdk-274*. 2019;46(3):172–178.
 34. Siregar RA, Batubara NS. Penyuluhan Tentang Hipertensi Pada Lansia Di Desa Lubuk Raya Kecamatan Padangsidempuan Hutaimbaru Tahun 2022. *J Pengabd Masy Aufa*. 2022;4(1):79–88.
 35. Williams B, Mancia G, De Backer G, Dominiczak A, Cifkova R, Fagard R, et al. ESC/ESH Guidelines For The Management of Arterial Hypertension. Vol. 39, *European Heart Journal - Cardiovascular Pharmacotherapy*. 2018. 3021–3104 p.
 36. Putri PDK. Hubungan Kesesuaian Diet Awal Terhadap Hasil Pemantauan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Moyudan. 2020;
 37. Australian Government. High Blood Pressure. *Aust Inst Heal Welf*. 2022;
 38. Suryawan ZF. Analisis Faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Remaja. 2018.
 39. Hidayati A, Martini S, Hendrati LY. Determinan Kejadian Stroke pada Pasien Hipertensi (Analisis Data Sekunder IFLS 5). *J Kesehat Glob [Internet]*. 2021;4(2):54–65. Available from: <http://ejournal.helvetia.ac.id/index.php/jkg%25>
 40. Li M, Wang Y, Kazis L, Xia W. Hypertension a Predictive Risk Factor on Progression to Alzheimer's Disease Using APOE ε 4 as a Benchmark. 2025;
 41. Seabrook JA, Avan A, Connor CO, Prapavessis H, Nagamatsu L. Dietary Patterns and Brain Health in Middle-Aged and Older Adults : A Narrative Review. 2025;1–22.
 42. Rumahorbo N, Dalimunthe AR, Fibrini D. Hubungan Status Gizi dengan Hipertensi pada Lanjut Usia di Puskesmas Rantang Kota Medan. *J Kedokt dan Kesehat Mhs Malikussaleh*. 2024;3(5):29–36.
 43. Widiyono, Indriyati, Astuti TB. Aktivitas Fisik Untuk Mengatasi Hipertensi. *Lembaga Chakra Brahmanda Lentera*. 2022.
 44. Umbas IM, Tuda J, Numansyah M. Hubungan Antara Merokok Dengan Hipertensi Di Puskesmas Kawangkoan. *J Keperawatan*. 2019;7(1).
 45. Delavera A, Siregar KN, Jazid R, Eryando T. Hubungan Kondisi Psikologis Stress dengan Hipertensi pada Penduduk Usia ≥ 15 tahun di Indonesia. *J Biostat Kependudukan, dan Inform Kesehat*. 2021;1(3):148.
 46. Bock JM, Vungarala S, Covassin N, Somers VK. Sleep Duration and Hypertension: Epidemiological Evidence and Underlying Mechanisms. *Am J Hypertens*. 2021;35(1):3–11.
 47. Jayanti IGAN, Wiradnyani NK, Ariyasa IG. Hubungan Pola Konsumsi

- Minuman Beralkohol Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Tenaga Kerja Pariwisata di Kelurahan Legian. *J Gizi Indones (The Indones J Nutr.* 2017;6(1):65–70.
48. Nuraisah S. Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Tingkat Pengetahuan Pasien Hipertensi di Kabupaten Malang. 2021;
 49. Nizam N, Putra RT, Hasibuan AS. Penghambat Kanal Kalsium sebagai Kontrol Glukosa Darah pada Penghambat Kanal Kalsium sebagai Kontrol Glukosa Darah pada Insulinoma : Sebuah Laporan Kasus Calcium Channel Blocker as A Plasma Glucose Control in. 2025;12(1).
 50. Matsumoto C. Nutrition and Hypertension Researches in 2023: focus on salt intake and blood pressure. *Hypertens Res* [Internet]. 2025;48:1471–1476. Available from: <http://dx.doi.org/10.1038/s41440-024-02089-5>
 51. Rahmadini SI, Nur MJ, Malinda M. Pengaruh Indeks Massa Tubuh (IMT) terhadap Hipertensi ; Literature Review. 2025;7(1):8–22.
 52. Santoso RL, Joseph VFF, L A, Panda. Pengaruh Rehabilitasi Kardiovaskular terhadap Kapasitas Fisik pada Pasien Gagal Jantung. 2025;7(2):299–304.
 53. Sari SA, Fitri NL, Hasanah U, Nurhayati S. Edukasi Hipertensi Dan Upaya Pengendalian Tekanan Darah Dengan Teknik Relaksasi Benson. *J Masy Madani Indones* [Internet]. 2025;4(2):92–96. Available from: <https://doi.org/10.59025/00nepz57>
 54. Miller V, Webb PP, Micha R, Dariush P, Drph M, Database GD. Defining Diet Quality : a Synthesis of Dietary Quality Metrics and Their Validity For The Double Burden of Malnutrition. *Lancet Planet Heal.* 2020;4(8):e352–70.
 55. Whelton PK, Carey RM, Aronow WS, Casey DE, Collins KJ, Himmelfarb CD, et al. 2017 ACC/AHA/AAPA/ABC/ACPM/AGS/APhA/ASH/ASPC/NMA/PCNA Guideline for the Prevention, Detection, Evaluation, and Management of High Blood Pressure in Adults. Vol. 71, Hypertension. 2018. E13–E115 p.
 56. Juraschek SP, Miller ER, Weaver CM, Appel LJ. Effects of Sodium Reduction and the DASH Diet in Relation to Baseline Blood Pressure. *J Am Coll Cardiol.* 2017;70(23):2841–2848.
 57. Shiraseb F, Ebrahimi S, Noori S, Bagheri R, Alvarez-Alvarado S, Wong A, et al. The Association Between Diet Quality Index-International and Inflammatory Markers in Iranian Overweight and Obese Women. *Front Nutr.* 2023;10.
 58. Desri Suryani, Meriwati, Kusdalina, Yunita. Bahan Ajar Survei Konsumsi Pangan. 2023.
 59. Pratiwi AN. Hubungan Pengetahuan, Status Gizi, Kepatuhan Diet, dan Kualitas Diet berdasarkan Healthy Eating Index (HEI) dengan Hipertensi pada Pasien di RS Hj. Andi Depu Polewali. 2024;
 60. Wulandari A, Kurdanti W, Setiyobroto I. Pemberian pesan Dietary Approaches to Stop Hypertensions-like diet melalui whatsApp untuk memperbaiki kepatuhan diet dan tekanan darah pasien hipertensi. *J Gizi Klin Indones.*

2023;19(3):104–111.

61. Rahadiyanti A, Setianto BY, Purba MB. Asupan makan DASH-like diet untuk mencegah risiko hipertensi pada wanita prediabetes. *J Gizi Klin Indones*. 2015;11(3):115.
62. Siervo M, Lara J, Chowdhury S, Ashor A, Oggioni C, Mathers JC. Effects of the Dietary Approach to Stop Hypertension (DASH) Diet on Cardiovascular Risk Factors: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Br J Nutr*. 2015;113:1–15.
63. Fadhilah AN. Gambaran Status Gizi dan Kualitas Diet Penderita Hipertensi Pada Suku Jawa Di Puskesmas Tanah Abang Jakarta Pusat. 2024.
64. Putri R, Susetyowati, T.S PS. Hubungan Indeks Kualitas Diet DASH terhadap Kejadian Prehipertensi di Daerah Suburban Kabupaten Bantul. 2018;
65. Jannah SM, Umara AF, Jaenuddin. Hubungan antara Rasio Lingkar Pinggang Pinggul dan Angka Kejadian Penyakit Jantung Koroner di Poliklinik Jantung Rumah Sakit Umum Kabupaten Tangerang. 2019;3(1):32–40.
66. FAO, IFAD, WHO, UNICEF W. The State of Food Security and Nutrition in the World 2024 – Financing To End Hunger Food Insecurity And Malnutrition In All Its Forms. Rome; 2024.
67. Geneva. Waist Circumference and Waist-Hip Ratio Report of a WHO Expert Consultation. 2008;(December):8–11.
68. Rusydi HNZ, Lestari IDK, Fattah N, Nurmadilla N, Tahir AM. Correlation Between Waist Hip Ratio (RLPP) and Hypertension at Sudiang Raya Health Center in Makassar City. *J Biol Trop*. 2024;
69. Fauza A, Rosidi A. Sensitivitas dan Spesifisitas Rasio Lingkar Pinggang Panggul (RLPP) dan Lingkar Perut (LP) sebagai Indikator Risiko Hipertensi pada Orang Dewasa. *NERS J Keperawatan*. 2018;13(1):10.
70. Indria A. Multiple Intellegences. *J Kaji Pengemb Umat*. 2020;3(1):26–41.
71. Handayani MW, Farida E. Hubungan Sedentary Lifestyle dan Kebiasaan Makan dengan Status Gizi Ibu Rumah Tangga di Wilayah Kerja Puskesmas Manyaran Semarang. *Media Gizi Kesmas*. 2024;13(1):227–33.
72. Wang YH, Hua Y, Zhang HZ, Liang S, Cao ZZ, Chen LL, et al. Ratio of Waist Circumference to Body Mass Index: A Novel Predictor of Clinical Outcome in Hypertension Patients. *J Clin Hypertens*. 2024;26(1):24–35.
73. Sirada A, Faradillah KR, Agus IN, Wiguna P. Analisis Waist Hip Ratio dan Obesity Degree Sebagai Indikator Risiko Metabolik pada Mahasiswa. 2025;8(1):58–67.
74. Kusumo MP. Buku Pemantauan Aktivitas Fisik [Internet]. Yogyakarta: The Journal Publishing. 2020. 1–43 p. Available from: http://repository.umi.ac.id/bitstream/handle/123456789/35896/Buku_pemantauan_aktivitas_fisik.pdf?sequence=1
75. Ivanali K, Amir TL, Munawwarah M, Pertiwi AD. Hubungan Antara Aktivitas Fisik Pada Lanjut Usia Dengan Tingkat Keseimbangan. *J Ilm Fisioter*.

2021;21(1).

76. Lay GL, Pieter H, Wungouw L, Gita D, Kareri R, Cendana UN, et al. Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Wanita Pralansia Di Puskesmas Bakunase Kupang. 2019;464–471.
77. Irdyandiwa D, Maksum A. Dukungan Sosial, Aktivitas Fisik Siswa, dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya. *J Pendidik Olahraga dan Kesehat*. 2019;07(03):57–60.
78. Utama YA, Nainggolan SS. Faktor Resiko yang Mempengaruhi Kejadian Stroke: Sebuah Tinjauan Sistematis. *J Ilm Univ Batanghari Jambi*. 2022;22(1):549–553.
79. WHO. Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) Analysis Guide. Geneva World Heal Organ [Internet]. 2018;1–22. Available from: <https://www.who.int/docs/default-source/ncds/ncd-surveillance/gpaq-analysis-guide.pdf>
80. N S, S S. Hubungan antara Aktivitas Fisik dengan kondisi Tekanan Darah pada Lansia di Klub Jantung Sehat Kabupaten Cianjur Tahun 2023. *Ilmu Kebidanan, Keperawatan dan Kesehat Lingkung*. 2023;22(1):21–34.
81. Fatin Fuadillah F, Pramono A, Fulyani F, Ratna Noer E. Hubungan Kualitas Diet dan Status Gizi dengan Tekanan Darah pada Pra Lansia dan Lansia di Kecamatan Semarang Tengah. 2024;
82. Musdalifah M. Hubungan Status Gizi Berdasarkan Antropometri dan Aktivitas Fisik terhadap Kejadian Hipertensi pada Karyawan UGM Usia 35-50 tahun. 2024;
83. Khasanah I. Hubungan Indeks Massa Tubuh, RLPP, dan Asupan Zat Gizi Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pra Lansia Wanita Di Puskesmas Kecamatan Cinere Tahun 2016. 2016;
84. Chasanah SU, Sugiman SS. Hubungan Aktifitas Fisik Dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Berbah Sleman Yogyakarta. *An-Nadaa J Kesehat Masy*. 2022;9(2):119.
85. Wirakhmi IN, Purnawan I. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Hipertensi Pada Lanjut Usia di Puskesmas Kutasari. 2023;7(1):61–67.
86. Wulandari H. Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Pra Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang Tahun 2019. 2019;
87. Restutiwati F, Murbawani EA, Rahadiyanti A. Kualitas Diet, Aktivitas Fisik, Dan Status Gizi Pada Perokok Dewasa Awal. *J Nutr Coll*. 2019;8(3):156–163.
88. Firtanto AD, Maksum A. Pola Aktivitas Fisik Siswa SMP Pada Masa Pandemi Covid-19. *J Pendidik Olahraga dan Kesehat* [Internet]. 2022;10 (1). Available from: <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani%0APOLA>
89. Kowalkowska J, Wadolowska L. The 72-Item Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire (72-Item SQ-FFQ) for Polish Young Adults:

Reproducibility and Relative Validity. *Nutrients*. 2022;14(13).

90. Amalina F, Ilmi MB, Hayati R, Fauzan A, Masyarakat FK, Islam U, et al. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Pra Lansia di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Sungai Karias. 2022;11(September):260–7.
91. Komalasari S, Muharramah A, Dewi AP, Studi P, Fakultas G, Universitas K, et al. Hubungan Tingkat Kecukupan Lemak, Status Gizi dengan Kejadian Hipertensi di Pekon Tambah Rejo Barat Kabupaten Pringsewu. *J Gizi Aisyah*. 2022;5(2):52–8.
92. Njoto EN, Suka Aryana IGP. Sarkopenia pada Lanjut Usia : Patogenesis , Diagnosis dan Tata Laksana. *J Penyakit Dalam Indones*. 2023;10(3).
93. Wijayanti NWN, Pramesti TA, Puspawati NLPD. Gambaran Pola Aktivitas Fisik dan Diet Pada Pra Lansia Sebagai Deteksi Dini Hipertensi. *J Ilm Keperawatan (Scientific J Nursing)*. 2025;11(2).
94. Olalekan SO, Okwute PG, Osonuga IO, Adegbesan BO, Ezima EN, Adeyemi IM. Clinical relevance of nutraceuticals in hypertension management : mechanisms , efficacy , and integration into therapeutic protocols. 2025;
95. Astuti AP, Damayanti D, Ngadiarti I. Penerapan Anjuran Diet Dash Dibandingkan Diet Rendah Garam Berdasarkan Konseling Gizi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Larangan Utara. *Gizi Indones*. 2021;44(1):109–20.
96. Irwanto FS, Hasni D, Anggraini D, Febrianto BY. Hubungan Pola Konsumsi Lemak dan Sodium Terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Perempuan Etnis Minangkabau. :62–73.
97. Alahmari LA. Dietary fiber influence on overall health, with an emphasis on CVD, diabetes, obesity, colon cancer, and inflammation. 2024;(December):1–13.
98. Sari EI, Utami KD, Resky S. Hubungan Tingkat Konsumsi Lemak dan Rasio Lingkar Pinggang Panggul dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Rapak Mahang Tenggara. 2022;1(5):447–58.
99. Abdurrachim R. Pengaruh Faktor Umur, Rasio Lingkar Pinggang Dan Panggul (RLPP) Terhadap Tekanan Darah Pada Usia Lanjut. *J Publ Kesehat Masy Indones*. 2017;4(2):73–7.
100. Safika EL, Rachmawati A, Syamsir S. Faktor-faktor yang berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Penyapu Jalan di Kota Samarinda Factors Associated with Hypertension among Street Sweepers in Samarinda City. 2025;1(1):8–20.
101. Ningrum TAS. Hubungan Antara IMT, Lingkar Pinggang, RLPP, Dan Persentase Lemak Tubuh Dengan Kejadian Hipertensi. *Skripsi*. 2019;96–8.
102. Syifarahmi B, Ardiaria M, Widyastuti N, Fitranti DY. Kadar High Sensitivity C-Reactive Protein Berkaitan dengan Lingkar Pinggang pada Lansia. *Indones J Hum Nutr*. 2021;8(1):21–32.
103. Khonsari NM, Khashayar P, Shahrestanaki E. Normal Weight Obesity and Cardiometabolic Risk Factors : A Systematic Review and Meta-Analysis.

2022;13(March).

104. Rahayu Y, Karim A, Peadutu GF. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Produktif di Puskesmas Sidomulyo Rawat Inap Kota Pekanbaru. 2024;8.
105. Januariana NE, Lestari W, Sry A, Nababan V, Giawa KD. 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. 2025;V(1):73–81.
106. Cornelissen VA, Smart NA, Survey NE. Exercise Training for Blood Pressure : A Systematic Review and Meta- analysis. 2013;1–9.

