

DAFTAR PUSTAKA

1. PAHO. Noncommunicable Diseases [Internet]. Pan American Health Organization. [cited 2025 Nov 13]. Available from: <https://www.paho.org/en/topics/noncommunicable-diseases>
2. WHO. Hypertension Fact Sheet [Internet]. South East Asia: Departement of Sustainable Development and Healthy Environments. 2011 [cited 2025 Nov 13]. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
3. WHO. Hypertension [Internet]. South East Asia: Departement of Sustainable Development and Healthy Environments. 2023 [cited 2025 Dec 11]. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
4. Kesehatan BKP. Laporan SKI 2023 dalam angka (Survei Kesehatan Indonesia) [Internet]. Jakarta; 2023. Available from: <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/ski-2023-dalam-angka/>
5. Dinas Kesehatan Kota Padang. Profil Kesehatan 2024 edisi 2025 [Internet]. Padang; 2024. Available from: <https://dinkes.padang.go.id/profil-kesehatan-dinkes>
6. Lukitaningtyas D, Cahyono EA. Hipertensi: Artikel Review. J Pengemb Ilmu Dan Prakt Kesehat. 2023;2(April):100–17.
7. Herlinda B, Pratiwi NNE, Aulia AN, Hibatullah KF, A'yun ZAQ, Erlinda L, et al. Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Kualitas Hidup Pasien Hipertensi Usia Dewasa. J Ilm Multidisiplin Ilmu. 2025;2(5):277–86.
8. Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia. Panduan Promotif & Preventif Hipertensi 2023. 1st ed. Lukito AA, editor. Jakarta: Indonesian Society of Hypertension; 2023. 74 p.
9. Windira ZA, Soleha S, Zairinayati. Hubungan Kepatuhan Diet Dash Dengan Asupan Natrium, Lemak, Dan Kalium Pada Pasien Hipertensi Di Rawat Jalan Rs Muhammadiyah Palembang. J Heal Appl Sci Technol. 2024;2(2):155–9.
10. WHO. Sodium Reduction [Internet]. South East Asia: Departement of Sustainable Development and Healthy Environments. 2023 [cited 2026 Jan 24]. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/sodium-reduction>
11. Hanila R, Pebriani E, Marlianto N. Hubungan Kebiasaan Makan Makanan Cepat Saji Dengan Kejadian Hipertensi Pada Wanita Dewasa Muda Di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2025. Jurna Multidisiplin. 2025;2(2):123–30.
12. Novitasari M, Sutrisna M, Sari LN. Hubungan Kepatuhan Diet Rendah Garam Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Pasar Ikan Kota

- Bengkulu. *J Keperawatan Muhammadiyah*. 2025;10(4).
13. Nisa F, Fiddaroini, Ana KD. Hubungan Kepatuhan Diet Rendah Garam Dengan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Klinik Intan Husada Jatirogo Tuban Nurs Heal. 2023;9(12):1–8.
 14. Muharramah A, Wati DA, Pratiwi AR, Khairani D, Saputri AA. Hubungan Status Gizi Dan Konseling Gizi Sebagai Pengabdian Masyarakat Dalam Rangka Kegiatan Milad Universitas Aisyah Pringsewu Tahun 2023. *J Pengabd Masy Ungu (ABDI KE UNGU)*. 2023;5(2):125–30.
 15. Sartik, Tjekyan RS, Zulkarnain M. Faktor-Faktor Risiko Dan Angka Kejadian Hipertensi Pada Penduduk Palembang. *J Ilmu Kesehat Masy*. 2017;8(November):180–91.
 16. Rahmadini SI, Nur MJ, Malinda M. Pengaruh Indeks Massa Tubuh (IMT) terhadap Hipertensi : Literature Review. *Jusindo*. 2025;7(1):8–22.
 17. Huang D, Santoso AH. Pengaruh Status Gizi Terhadap Tingkat Hipertensi Pada Populasi Dewasa Di Kelurahan Tomang Jakarta Barat. *Tarumanegara Med J*. 2024;6(1):50–7.
 18. Rossy A, Junita DE, Wati DA, Abdullah. Hubungan Status Gizi Berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dengan Kejadian Hipertensi Di Posbindu Wilayah Kerja Puskesmas Padang Cermin Tahun 2022. *J Gizi Aisyah*. 2023;1(2):106–10.
 19. Humairah A, Anggraini SP, Nabilah OJ, Fikha II. Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia 26-59 Tahun Di Rumah Sakit Pekanbaru Medical Center. *Ensiklopedia J*. 2022;2338(3):13–34.
 20. Rochim N mutiara, Tantoso L. Hubungan Status Gizi Dengan Hipertensi Dipuskesmas Karang Mulya Kotawaringin Barat 2022 - 2023. *J Kesehat Tambusai*. 2024;5(4):10448–53.
 21. Putri ANAE, Wardani DWSR, Irawati NAV, Oktaria D. Pengaruh Kualitas Tidur Terhadap Tekanan Darah: A Literature Review. *J Ilmu Kesehat*. 2026;22(1).
 22. Herlianti LA, Mukhtar D, Arsyad M. Hubungan Durasi Tidur dan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Ciptodadi Kabupaten Musi Rawas dan Tinjauannya Menurut Pandangan Islam. *Syntax Lit J Ilm Indones*. 2025;10(12):12839–48.
 23. Nurhikmawati, Widiyastuti NF, Syahrudin FI, Wahyu S. Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Rumah Sakit Ibnu Sina. *UMI Med J*. 2024;9(1):41–7.
 24. Irwan M, Irwan, Evawaty, Rahmin, Risnah, Arafah S. The Relationship Between Sleep Quality and Blood Pressure in Students. *J Public Heal Pharm*. 2024;4(1):19–27.

25. Syarifah U, Agustina D, Irwansyah, Astuty DA. Analisis Efektivitas Program Pengelolaan Penyakit Kronis (PROLANIS) Pada Penderita Hipertensi. *J Ilmu Kesehat Masy*. 2025;14(April):254–67.
26. Sakti IP, Luhung M. Buku Ajar Penatalaksanaan Lansia Hipertensi. 1st ed. Malang: PT Literasi Nusantara Abadi Grup; 2025.
27. Sudirman AN, Monoarfa SC. Efektifitas Metode Edukasi Terstruktur Terhadap Perubahan Perilaku Penderita Hipertensi di Desa Bulotalangi. *Heal Tadulako J*. 2024;10(4):682–90.
28. Kemenkes RI. Buku Pedoman Hipertensi. Buku Pedoman Pengendalian Hipertensi di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama. Jakarta: Kemenkes RI; 2024. 72 p.
29. Harrison DG, Coffman TM, Wilcox CS. Pathophysiology of Hypertension: The Mosaic Theory and Beyond. *Circ Res*. 2021;128(7):847–63.
30. Nursing Bird. Hipertensi: Patofisiologi dan Pengobatan [Internet]. Nursing Bird. 2023. Available from: <https://nursingbird.com/hypertension-pathophysiology-and-treatment/>
31. Chobanian A V., Bakris GL, Black HR, Cushman WC, Green LA, Izzo JL, et al. The Seventh Report of the Joint National Committee on the Prevention, Detection, Evaluation and Treatment of High Blood Pressure: The JNC 7 Report. *Natl Inst Heal*. 2003;289(19):2560–71.
32. James PA, Oparil S, Carter BL, Chusman WC, Dennison-Himmelfarb C, Handler J, et al. Evidence-based guideline for the management of high blood pressure in adults: Report from the panel members appointed to the eight Joint National Committee (JNC 8). *JAMA*. 2014;311(5):507–20.
33. Lita, Hamid A, Anggreini SN, Kasrin R. Tekanan Darah & Musik Suara Alam. Pekanbaru: Yayasan Hang Tuah; 2021.
34. Pratama AM, Hermawan NSA, Novariana N. Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kenali Lampung Barat. *Manuju Malahayati Nurs J*. 2025;7(2):692–707.
35. Vital Sign Measurement Across the Lifespan. Vital Sign Measurement Across the Lifespan [Internet]. Vital Sign Measurement Across the Lifespan. 2020. p. 127–72. Available from: <http://www.ihl.org/resources/Pages/HowtoImprove/default.aspx>
36. WHO. Adherence To Long-Term Therapies: Evidence For Action [Internet]. Sabate E, editor. World Health Organization. Swiss: World Health Organization; 2003. 1–194 p. Available from: <http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/42682/1/9241545992.pdf>
37. Pakar Gizi Indonesia. Asuhan Gizi Klinik. Supariasa IDN, Handayani D, editors. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC; 2019. 498 p.
38. Pebriani R. Pengaruh Diet Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *J Ilm Kesehat Diagnosis*. 2023;18(2):1–7.

39. Lubis IAP, Siregar SR, Z K, Fauzan A. Diet Rendah Garam pada Pasien Hipertensi. *Galen J Kedokt Dan Kesehat Mhs Malikussaleh*. 2025;3(1):68–76.
40. Persatuan Ahli Gizi Indonesia dan Asosiasi Dietisien Indonesia. *Penuntun Diet dan Terapi Gizi*. 4th ed. Suharyati, Hartati SAB, Kresnawan T, Sunarti, Hudayani F, Darmarini F, editors. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC; 2019. 403 p.
41. Judha AJVK, Kurniawan AW. Hubungan Kepatuhan Minum Obat dan Diet DASH dengan Kestabilan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *J Kesehat Tambusai*. 2025;6(4):15828–36.
42. Fitria Y, Desreza N, Mulfianda R. Penerapan Diet Dash Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita hipertensi. *J Keperawatan Cikini*. 2025;6(1):118–26.
43. Imam N, Lataima NS, Rhomadona SW, Alfianti KZ. Pengaruh Edukasi Dash Diet terhadap Tingkat Pengetahuan dan Kepatuhan Kontrol Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi. *J Ris Rumpun Ilmu Kesehat*. 2025;4(2):631–8.
44. Supariasa IDN, Bakri B, Fajar I. *Penilaian Status Gizi*. 2nd ed. Rezkina E, Agustin CA, editors. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC; 2016. 396 p.
45. Leviana S, Agustina Y. Analisis Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Siswa Siswi Kelas V di SDN Jatiwaringin XII Kota Bekasi. *Manuju Malahayati Nurs J*. 2024;6(4):1635–56.
46. Rasyid MFA. Pengaruh Asupan Kalsium Terhadap Indeks Masa Tubuh (IMT). *J Med Utama*. 2021;02(04):1094–7.
47. Mighra BA, Djaali W. Hubungan antara Persentase Lemak Tubuh, Lingkar Perut, Lingkar Pinggang dan Kekuatan Otot Punggung pada Mahasiswa Olahraga. *J Ilm Kesehat*. 2021;13(September):224–8.
48. Kemenkes RI. *Pedoman Nasional Pelayanan Klinis Tata Laksana Obesitas Dewasa*. 2025;1–76.
49. Asriyani A, Rose S, Ma'rifah B, Muhlshoh A. Hubungan Kualitas Diet , Indeks Massa Tubuh (IMT), Dan Kualitas Tidur dengan Kejadian Hipertensi Pada Dewasa Relationship Between Diet Quality , Body Mass Index (BMI), and Sleep Quality with Hypertension Incidence In Adults. *J Ris Gizi*. 2025;13(2):155–66.
50. Chasanah SA. Panduan Kesehatan Menurunkan Berat Badan: Tips Dari Ahli Gizi dan Pelatih. *Maliki Interdisciplinary J*. 2025;3:696–700.
51. Wahyuningsih KA, Raksanagara A, Susanti Y, Arisanti N, Wiramihardja S, Setiawati EP. Perbandingan Obesitas General Dan Obesitas Sentral Terhadap Risiko Hipertensi Pada Usia Dewasa Di Wilayah Kecamatan Cisauk Kabupaten Tangerang. *Damianus J Med*. 2022;21(3):265–74.
52. Kapoh MME, Musa EC, Sanggelorang Y. Hubungan Antara Status Gizi dengan Tekanan Darah pada Pelajar. *Holistik J Kesehat*. 2026;19(11):3419–25.

53. Purwaningtyas DR, Septiany LL, Aini RN. Hubungan Status Gizi, Komposisi Tubuh, Asupan Kafein dengan Tekanan Darah Usia Dewasa di Jakarta Pusat. *Ilmu Gizi Indones*. 2023;07(01):59–72.
54. Haryati, Yunaningsi SP, RAF J. Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo. *Jorn Cientifica Farmacol y Salud I LAS*. 2020;5(2):22–33.
55. Deboer T. Sleep Homeostatis and the Circadian Clock: Do the Circadian Pacemaker and the Sleep Homeostat Influence Each Other's Functioning? *Neurobiol Sleep Cicardian Rhythm*. 2018;1(5):68–77.
56. Manoppo MW, Pitoy FF, Abigael T. Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Profesi Ners Universitas Klabat. *Mahesa Malahayati Heal Student J*. 2023;3(7):2098–107.
57. Razali RAN binti, Suparto, Perangin-Angin CR. Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Kesehatan Mental pada Mahasiswa Kedokteran: Tinjauan Pustaka. *J Kedokt MEDITEK* [Internet]. 2021;27(1):57–61. Available from: <https://ejournal.ukrida.ac.id/ojs/index.php/Meditek/index>
58. Hutasoit DM, Mendrofa IJ, Arkianti MMY, Diannita CG. Kualitas Tidur Mahasiswa Keperawatan Tingkat Dua. *J Keperawatan Malang*. 2024;09(01):58–66.
59. Husna R, Saida SA, Cahyady E. Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Baiturrahman. *Futur Acad J Multidiscip Res Sci Adv*. 2025;3(3):1514–21.
60. Isnaini FN, Suryani, Salmiyanti S. Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Dusun Bejaten Jatisarono Nanggulan. *J Penelit Keperawatan*. 2025;11(2):345–53.
61. Pakita DS, Mangap YH. Hubungan Prolanis Dengan Upaya Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Klub Tigaruk Puskesmas Bua Tallulolo Tahun 2025. *LPPM J Ilm Kesehat*. 2025;10(1):189–204.
62. BPJS Kesehatan. Panduan Praktis PROLANIS. 2019;
63. Meilinda, Pendit SA, Dayuningsih. Hubungan Dukungan Keluarga dan Kepatuhan Diet Hipertensi Terhadap Tekanan Dara pada Lansia. *J Kesehat Amanah*. 2025;9(1):93–102.
64. Saalino V, Bannepadang C, Sari N. Hubungan Kepatuhan Diet Hipertensi Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Dilembang Buntu Tagari Kecamatan Denpina Kabupaten Toraja Utara. *LPPM J Ilm Kesehat Promot*. 2024;8(2):237–48.
65. Permatasari KR, Rahma S, Prakoso B, Nofa I, Sahadewa S. Hubungan Status Gizi Dengan Derajat Hipertensi Pada Program Prolanis Bulan September 2024 di Puskesmas Jatirejo. *Semin Nas Cosm ke-3 Kedokt*. 2024;3:1–7.
66. Guraci VG, Safitri A, Hamzah PN, Royani I, Mulyadi FE. Hubungan Antara Status Gizi dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di RSD Kota Tidore

- Kepulauan. *Borneo J Med Lab Technol.* 2025;7(2):800–7.
67. Ningtyas VM. Hubungan Kualitas Tidur Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *J Sago Gizi dan Kesehat.* 2024;5(2):288–95.
 68. Martina Pakpahan, Siregar D, Susilawaty A, Mustar T, Ramdany R, Manurung EI, et al. *Metodologi Penelitian Kesehatan.* 1st ed. Wantrianthos R, editor. Jakarta: EGC. Medan: Yayasan Kita Menulis; 2021. 1–168 p.
 69. Sugiyono PD. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D.* Cetakan Ke. Dr. Ir. Sutopo. S.Pd M, editor. Bandung: Alfabeta; 2023. 444 p.
 70. MT NIFD. Pengaruh Edukasi Diet DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension) terhadap Kepatuhan Diet Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Binamu Kabupaten Jeneponto Tahun 2021. 2021.
 71. Buysse DJ, Reynolds CF, Monk TH, Berman SR, Kupfer DJ. Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI): A new instrument for psychiatric research and practice. *Psychiatry Res.* 1989;28(2):193–213.
 72. Ibnu F, Hidayati RN. *Deteksi Faktor Risiko Hipertensi Yang Dapat Dimodifikasi Dalam Upaya Perilaku Pencegahan Klien Hipertensi.* 1st ed. Jakarta Barat: Nuansa Fajar Cemerlang; 2025. 1–69 p.
 73. Puskesmas Kuranji. *PTP Puskesmas Kuranji.* Padang; 2025.
 74. Putri JA. Hubungan Asupan Natrium, Indeks Massa Tubuh, dan Kebiasaan Olahraga dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Anggota Prolanis di Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2024. Universitas Andalas; 2024.
 75. Gah RL, Azmiardi A, Zakki M. Analisis Hubungan Profil Lipid Dan Fungsi Ginjal Terhadap Hipertensi Tidak Terkontrol Pada Pasien Prolanis Dengan Hipertensi Di Puskesmas Samarinda Kota. *J Kesehat Tambusai.* 2026;7(2):7003–15.
 76. Oktavio IA, Aryastuti N, Sari FE. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Tidak Terkontrol Pada Pasien Prolanis. *J Qual Heal Res.* 2025;5(5):612–30.
 77. Salafy MR, Setiawan H. Peran Prolanis Terhadap Keberhasilan Terapi Pada Pasien Hipertensi Di Klinik DR. Nurdin Wahid. *J Kesehat Tambusai.* 2023;4(4):6752–64.
 78. Hernita HD, Hermanto, Rosela K. Analisis Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tumbang Talaken Kabupaten Gunung Mas. *J Gen Heal Pharm Sci Res.* 2024;2(2).
 79. Sufiyantoro AH. Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Jatikarya. *Poltekkes Jakarta II;* 2024.
 80. Rahmatillah VP, Susanto T, Nur KM. Hubungan Karakteristik , Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Tekanan Darah pada Lanjut Usia di Posbindu. *Media Penelit dan Pengemb Kesehat.* 2020;30(3):233–40.

81. Hermawati D, Alfarisi R, Purwaningrum R, Anggraini M. Hubungan Status Gizi Berlebih Dengan Tekanan Darah Pada Karyawan Di Universitas Malahayati Bandar Lampung. *J Med Malahayati*. 2024;8(3):585–92.
82. Halim R, Istarini A, Gading PW, Mulyadi D, Hanina. Pemeriksaan Status Gizi Dan Edukasi Nutrisi Pada Pasien Hipertensi. *MEDIC*. 2022;5(2):422–5.
83. Rumaishyah, Fatmawati I, Arini FA, Octaria YC. Hubungan Tipe-Tipe Obesitas dengan Hipertensi pada Usia Dewasa Muda di Indonesia. *Amerta Nutr*. 2023;7(2):24–30.
84. Luawo ID. Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Wilayah Kota Malang. [Malang]: Universitas Brawijaya; 2019.
85. Nur S, Afikirtiani W, Faris MF Al, Wardoyo E. Hubungan Usia Dengan Kualitas Tidur Pada Penderita Hipertensi di RSUD Kartini Kecamatan Kalirejo Kabupaten Lampung Tengah. *Heal Res J Indones*. 2025;3(3):174–9.
86. Sulistiani RP, Nastiti Y, Jauharany FF, Noor Y, Ulvie S. Hubungan Asupan Kolesterol, Natrium, dan Tekanan Darah Pada Lansia. *J Gizi*. 2025;14(2):146–55.
87. Khair Y, Safitri A, Dirgahayu AMH. Hubungan Status Magnesium Dan Kalium Dengan Hipertensi Dan Penyakit Jantung: Literature Review. *Prepotif J Kesehat Masy*. 2025;9(3):7304–13.
88. Hatta M. Intervensi Pola Makan Sehat Bergaya DASH-Adaptasi Lokal untuk Pengendalian Hipertensi pada Ibu-Ibu Prolanis: Kuasi-Eksperimen Pre-Post di Metro Kibang, Maret 2025. *Jikesi*. 2025;3(2):296–305.
89. Darwis R. Hubungan Faktor Risiko Obesitas dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Pelabuhan Harbour Bay Tahun 2024. *Protein J Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*. 2025;3(1):1–16.
90. Vulandari AN, Siswantoro E. Pemberian Konsumsi Air Kelapa Muda Terhadap Perubahan Tekanan Darah Tinggi Pada Lansia. *J Keperawatan*. 2025;4(1):173–85.
91. Wibowo PA, Ulfah M, Maryoto M. Hubungan Indeks Massa Tubuh (Imt) Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Program Rujuk Balik (PRB) Hipertensi Di Puskesmas Somagede Banyumas. *Sanitas J Heal , Med , Psychol Stud*. 2026;2(1):81–90.
92. Meilita I, Maksuk, Wathan FW, Hartati Y. Analisis Faktor-faktor Kejadian Penyakit Hipertensi di Puskesmas Awal Terusan Kabupaten Ogan Komering Ilir tahun 2024. *J Pengabd Masy Dan Ris Pendidik*. 2026;4(4):27759–68.
93. Hasanah SN. Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Kecamatan Kalisat. *Universitas dr. Soebandi*; 2022.