

## DAFTAR PUSTAKA

- Abadini, D., & Wuryaningsih, C. E. (2018). Determinan Aktivitas Fisik Orang Dewasa Pekerja Kantoran di Jakarta Tahun 2018. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 14(1), 15. <https://doi.org/10.14710/jpki.14.1.15-28>
- Ahan Sahaya, S., Erma Widiyasi, D., & Triliana, R. (n.d.). *Diabetes Melitus Tipe 2 Menurunkan Aktivitas Fisik Dan Kadar Aspartat Aminotransferase Serum Pada Lansia Perempuan Di Malang Raya*. 1–9.
- Aksan, R., Na, S., Banne Tondok, S., Kemal Firdaus, E., Studi Magister Keperawatan, P., Kedokteran, F., Masyarakat, K., Keperawatan, D., Gadjah Mada, U., & Keperawatan Medikal Bedah, D. (2020). Asupan Tinggi Garam Sebagai Perilaku Berisiko Terhadap Penyakit Kardiovaskular: Literature Review High Salt Intake as Risk Behavior Toward Cardiovascular Disease: A Literature Review. *Jurnal Keperawatan Klinis Dan Komunitas*, 4(2), 81–88.
- Aris, A., Kurniati, M., Anggraeni, S., & Shariff, F. O. (2023). Hubungan Kebiasaan Aktivitas Fisik Dengan Risiko Terjadinya Osteoporosis Pada Wanita Menopause Di Puskesmas Rajabasa Indah. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 10(7), 2314–2320. <https://doi.org/10.33024/jikk.v10i7.9900>
- Aryatika, K., Antika, R. B., & Wicaksono, D. B. (2021). Efektivitas Metode Edukasi Tricky Card Game Dalam Meningkatkan Pengetahuan Lansia Terhadap Pencegahan Hipertensi Di Sekolah Eyang-Eyang Kabupaten Jember. *Ikesma*, 17(1), 33. <https://doi.org/10.19184/ikesma.v17i1.22425>
- Ayu Lestari, R., Saputra Nasution, A., & Noor Prastia, T. (2023). Hubungan antara Aktivitas Fisik, Kebiasaan Merokok dan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Kelurahan Cibogor Tahun 2022. *Promotor*, 6(3), 273–280. <https://doi.org/10.32832/pro.v6i3.255>
- Bambhrotia, J., Joshi, A. N., Paralikar, S., Kathrotia, R., Patel, V. K., & Rajendran, R. (2024). Effects of Different Types of Physical Activity on Respiratory Health Parameters in Elderly Males: A Cross-Sectional Study. *Cureus*, 16(5). <https://doi.org/10.7759/cureus.59759>
- Caspersen, C. J. P. M., Kenneth E. Powell, Md, M., & Gregory M. Christenson, P. (1995). Physical Activity, Exercise, and Physical Fitness: Definitions and Distinctions for Health-Related Research. *Notes and Queries*, s9-IX(228), 365–366. <https://doi.org/10.1093/nq/s9-IX.228.365-f>
- Darmawan M.S, & Irawan R.J. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Insomnia Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 14, 1–6.
- Direktorat Statistik Kesejahteraan Rakyat. (2023). Statistik Penduduk Lanjut Usia 2023. In *Badan Pusat Statistik* (Vol. 20). Badan Pusat Statistik <https://www.bps.go.id>.
- Diskes buleleng. (2022). *Profil Kesehatan Buleleng 2022*. <https://diskes.baliprov.go.id/download/profil-kesehatan-buleleng-2022/>

- Djamhari, E. A., Ramdlaningrum, H., Layyinah, A., Chrisnahutama, A., & Prasetya, D. (2020). *Laporan Riset 2020* (Ah Maftuchan (ed.)). Perkumpulan PRAKARSA Rawa Bambu 1 Blok A No. 8E Pasar Minggu, Jakarta Selatan Daerah Khusus Ibukota Jakarta 12520 Indonesia.
- Eliani, N. P. A. I., Yenny, L. G. S., & Sukmawati, N. M. H. (2022). Aktivitas Fisik Sehari-hari Berhubungan dengan Derajat Hipertensi pada Pra Lansia dan Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Timur. *Aesculapius Medical Journal* |, 2(3), 188–194.
- Eliawati, R., Nuryanti, L., & Agustina, L. (2024). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kualitas Tidur pada Siswa di SMP Negeri 1 Tirtajaya Kabupaten Karawang Tahun 2023. *Innovative: Journal Of Social ...*, 4, 7907–7920. <http://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/10214%0Ahttp://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/download/10214/7103>
- Febrina, W., Dewi, R., & Kock, U. F. De. (2022). Pemenuhan Kebutuhan Dasar Lansia Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Endurance*, 7(1), 13–22. <https://doi.org/10.22216/jen.v7i1.716>
- Firdaus, M., & Suryaningrat, W. C. (2020). Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Kapuas Hulu. *Majalah Kesehatan*, 7(2), 110–117. <https://doi.org/10.21776/ub.majalahkesehatan.2020.07.02.5>
- Gamage, A. U., & Seneviratne, R. de A. (2021). Physical inactivity, and its association with hypertension among employees in the district of Colombo. *BMC Public Health*, 21(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-12013-y>
- Garwahasada, E., & Wirjatmadi, B. (2020). Hubungan Jenis Kelamin, Perilaku Merokok, Aktivitas Fisik dengan Hipertensi Pada Pegawai Kantor. *Media Gizi Indonesia*, 15(1), 60–65. <https://e-journal.unair.ac.id/MGI/article/view/12314/9068>
- Harahap, R. A., Rochadi, R. K., & Sarumpae, S. (2018). Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Laki-Laki Dewasa Awal (18-40 Tahun) Di Wilayah Puskesmas Bromo Medan Tahun 2017. *Jurnal Muara Sains, Teknologi, Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan*, 1(2), 68–73. <https://doi.org/10.24912/jmstkik.v1i2.951>
- Harrison, D. G., Coffman, T. M., & Wilcox, C. S. (2021). Pathophysiology of Hypertension: The Mosaic Theory and Beyond. *Circulation Research*, 128(7), 847–863. <https://doi.org/10.1161/CIRCRESAHA.121.318082>
- Hegde, S., Ahmed, I., & Aeddula, N. R. (2023). *Secondary Hypertension*. StatPearls Publishing. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK544305/>
- Hita, I. P. A. D. (2020). Efektivitas Metode Latihan Aerobik dan Anaerobik untuk Menurunkan Tingkat Overweight dan Obesitas. *Jurnal Penjakora*, 7(2), 135. <https://doi.org/10.23887/penjakora.v7i2.27375>
- Hita, I. P. A. D., Ariestika, E., Billy Yacs, B. T. P. W., & Pranata, D. (2020).

- Hubungan Status Gizi Terhadap Tingkat Aktivitas Fisik PMI Selama Masa Karantina Covid-19. *Jurnal MensSana*, 5(2), 146–156. <https://doi.org/10.24036/menssana.050220.07>
- Husin, H. (2016). Kadar Malondialdehyde (MDA) dan Lactate Dehidrogenase (LDH) Pada Latihan Aerobik dan Anaerobik. *Masker Medika*, 4(1), 121–135. <http://jmm.ikestmp.ac.id/index.php/maskermedika/article/view/192>
- Ikhsan, Wirahmi, N., & Slamet, S. (2020). Hubungan Aktifitas Fisik Dengan Risiko Jatuh Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu the Relationship of Physical Activities With the Risk of Falling in Elderly in the Nusa Indah Puskesmas Working Area of Bengkulu City. *Journal of Nursing and Public Health (JNPH)*, 8(1), 48–53.
- Indriani, M. H., Djannah, S. N., & Ruliyandari, R. (2023). Pengaruh Aktivitas Fisik terhadap Kejadian Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Terkini*, 18(4), 1–5. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jkmi,jkmi@unimus.ac.id>
- Iqbal, A. M., & Jamal, S. F. (2023). Essential Hypertension. In *StatPearls*. StatPearls Publishing. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK539859/>
- Irfan, M., & Yuliasrid, D. (2021). Gambaran Aktivitas Fisik Anak Didik Club Renang Todak Sidoarjo Berdasarkan GPAQ, dan IMT Selama Pandemi COVID 19. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 9(3), 251–260.
- Iswahyuni, S. (2017). Hubungan Antara Aktifitas Fisik Dan Hipertensi Pada Lansia. *Profesi (Profesional Islam) : Media Publikasi Penelitian*, 14(2), 1. <https://doi.org/10.26576/profesi.155>
- Jaya, I. M. D., & Sandi, I. N. (2019). *Magister Fisiologi Olahraga , Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Post Exercise Hypotension ( PEH ) adalah turunnnya tekanan darah arteri karena mekanisme tekanan darah 5-20 mmHg . PEH dapat menyebabkan terjadinya gangguan terhadap tubuh Abstract Post*. 8(3), 1–6.
- Kamriana, Sumarmi, & Oktaviana, D. (2024). Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Pattallassang Kabupaten Takalar. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 10(1), 128–131. <https://www.journal.stikespemkabjombang.ac.id/index.php/jikep/article/view/1942/1071>
- Kemenkes RI. (2016). Jaga Kesehatan Sejak Dini Agar Jadi Lansia Sehat. *Kementerian Kesehatan*.
- Kemenkes Ri. (2018a). Aktivitas Fisik Dan Manfaatnya. *Kementerian Kesehatan*.
- Kemenkes RI. (2018b). Aktivitas Fisik dan Manfaatnya Bagi Kesehatan Tubuh. *Kemntrian Kesehatan*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/aktivitas-fisik-dan-manfaatnya>
- Kemenkes RI. (2021). Hipertensi Penyebab Utama Penyakit Jantung, Gagal Ginjal, dan Stroke. *P2PTM Kemenkes RI*, 1–65. <https://www.kemkes.go.id/id/rilis->

kesehatan/hipertensi-penyebab-utama-penyakit-jantung-gagal-ginjal-dan-stroke

- Kusumawaty, D. (2018). Hubungan Jenis Kelamin Dengan Intensitas Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lakbok Kabupaten Ciamis. *Jurnal Mutiara Medika*, 16(2), 46–51.
- Kusumo, M. P. (2020). Buku Pemantauan Aktivitas Fisik Mahendro Prasetyo Kusumo. In *Yogyakarta: The Journal Publishing*. [http://repository.umy.ac.id/bitstream/handle/123456789/35896/Buku pemantauan aktivitas fisik.pdf?sequence=1](http://repository.umy.ac.id/bitstream/handle/123456789/35896/Buku%20pemantauan%20aktivitas%20fisik.pdf?sequence=1)
- Laghlam, D., Jozwiak, M., & Nguyen, L. S. (2021). *Renin–Angiotensin–Aldosterone System and Immunomodulation: A State-of-the-Art Review*.
- Manosroi, W., & Williams, G. H. (2018). Genetics of Human Primary Hypertension: Focus on Hormonal Mechanisms. In *Endocrine Reviews* (Vol. 40, Issue 3). <https://doi.org/10.1210/er.2018-00071>
- Marleni, L. (2020). Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Hipertensi Di Puskesmas Kota Palembang. *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 15(1), 66–72. <https://doi.org/10.36086/jpp.v15i1.464>
- Mbijiwe, J., Chege, P., & Munyaka, A. (2019). *Assessment of Physical Activity Level and Its Effects on Blood Pressure Control among Hypertensive Patients Attending Kiambu Level Five Hospital , Kenya*. 9(August 2019).
- Nainggolan, O., Indrawati, L., & Pradono, J. (2019). Kebugaran Jasmani menurut instrument GPAQ dibandingkan dengan VO2max pada wanita umur 25 sampai 54 tahun. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 21(4), 271–280. <https://doi.org/10.22435/hsr.v21i4.752>
- Nasution, A., Nauli, H. A., Anggraini, S., Alfaeni, S. W., & Dahliawati, A. (2024). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dan Pola Tidur Dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 34(1), 91–101. <https://jurnal.polkesban.ac.id/index.php/jmp2k/article/view/1959/998>
- Nuraeni, E. (2019). Hubungan Usia Dan Jenis Kelamin Beresiko Dengan Kejadian Hipertensi Di Klinik X Kota Tangerang. *Jurnal JKFT*, 4(1), 1. <https://doi.org/10.31000/jkft.v4i1.1996>
- Nurhaeni, A., Aimatun Nisa, N., & Marisa, D. E. (2022). Hubungan Merokok Dengan Kejadian Hipertensi : L. *Jurnal Kesehatan Mahardika*, 9(2), 46–51.
- Opelya, N. M. W., Sucipto, A., Damayanti, S., & Fadlilah, S. (2020). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Stres Pada Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Gondokusuman 1 Kota Yogyakarta. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 6(2), 178–187. <https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v6i2.422>
- Padma, M., Putri, D., Putu, I., Eka, G., Suyasa, A., Budiapsari, P. I., Kedokteran, F., Kesehatan, I., Warmadewa, U., Tabanan, K. R., Mikrobiologi, B., Fakultas, P., & Dan, K. (2021). Hubungan antara Dislipidemia dengan Kejadian Hipertensi di Bali Tahun 2019. *Aesculapius Medical Journal |*, 1(1), 8–12.

- Pakaya, D., & Herman, E. M. (2023). Perbandingan Aktivitas Fisik Jenis Aerobik Dan Anaerobik Terhadap Kadar High Density Lipoprotein (Hdl). *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 9(2), 218–223. <https://doi.org/10.22487/htj.v9i2.737>
- Palit, I. D., Kandou, G. D., & Kaunang, W. J. P. (2021). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Di Desa Salurang Kecamatan Tabukan Selatan Tengah Kabupaten Kepulauan Sangihe. *Jurnal KESMAS*, 10(6), 93–100.
- Perhi. (2019). Konsensus Penatalaksanaan Hipertensi 2019. *Indonesian Society Hipertensi Indonesia*, 1–90.
- Perki. (2015). *Pedoman Tatalaksana Hipertensi Pada Penyakit Kardiovaskular* (Edisi Pert, Vol. 4, Issue 7).
- Risikesdas. (2018). Laporan Risikesdas 2018 Nasional.pdf. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes* (p. hal 156).
- Sarah Ayu Larasati, Athaya Syahira Ramadhani, Neilil Muna Mufidana, Syafira Yasmine, & Lynda Rossyanti. (2021). Gambaran Aktivitas Fisik Pada Pria Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)*, 6(2), 220–226. <https://doi.org/10.36526/kejaora.v6i2.1392>
- Sastroasmoro, S., & Ismael, S. (2014). *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis* (5th ed.). CV Sagung seto.
- Setiani, R., & Wulandari, S. A. (2023). Hubungan Faktor Genetik dengan Kejadian Hipertensi: Scoping Review. *Jurnal Integrasi Kesehatan & Sains*, 5(1), 60–66. <https://doi.org/10.29313/jiks.v5i1.11126>
- Setiyawan, A. Y., Mahayanti, A., & Widiyanti, C. R. (2024). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia Di Desa Tarai Bangun Wilayah Kerja Upt Puskesmas Tambang Tahun 2023. *Journal of Health (JoH)*, 11(2), 175–181.
- Siwi, D., Salam, I., & Tombokan, V. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik, Merokok dan Konsumsi Alkohol terhadap Kejadian Hipertensi pada Laki-laki di Wilayah Kerja Puskesmas Taranan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat UNIMA*, 03(02), 26–32.
- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., Khan, N. A., Poulter, N. R., Prabhakaran, D., Ramirez, A., Schlaich, M., Stergiou, G. S., Tomaszewski, M., Wainford, R. D., Williams, B., & Schutte, A. E. (2020). 2020 International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines. *Hypertension*, 75(6), 1334–1357. <https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.120.15026>
- WHO. (2022). Physical activity. *World Health Organization*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Wicaksono, A. (2021). *Buku Aktivitas Fisik dan Kesehatan* (Issue July). <https://www.researchgate.net/publication/353605384>
- Widiyani, P. A., Yuniasti, A., & Azam, M. (2020). Analisis Faktor Resiko

Hipertensi pada Pasien Prolanis di Puskesmas Limbangan Kabupaten Kendal. *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana 2020*, 3(1), 649–654.

Yeni, Etrawati, F., & Utama, F. (2021). Tekanan Darah Tinggi terhadap Kualitas Hidup Kelompok Pra Lansia. *Higeia Journal of Public Health Research and Development*, 5(3), 227–238.

Yulistina, F., Deliana, S. M., & Rustiana, E. R. (2017). Korelasi Asupan Makanan, Stres, Dan Aktivitas Fisik Dengan Hipertensi Pada Usia Menopause. *Unnes Journal of Public Health*, 6(1), 35. <https://doi.org/10.15294/ujph.v6i1.13695>

Yunus, M., I Wayan Chandra Aditya, & Eksa, D. R. (2021). *Hubungan Usia Dan Jenis Kelamin Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Haji Pemanggilan Kecamatan Anak Tuha Kab. Lampung Tengah*. 35(3), 229–239.

