

DAFTAR PUSTAKA

- Agira, A. H., Atmadja, T. F. A. G., & Puspareni, L. D. (2024). Hubungan kebiasaan konsumsi natrium dan persen lemak tubuh dengan tekanan darah: the relationship of sodium consumption habits and bodyfat percent with blood pressure. *Jurnal Gizi Masyarakat Indonesia (The Journal of Indonesian Community Nutrition)*, 13(2).
- Agussalim, A. S., Maulana, A. E. F., Putradana, A., & Marvia, E. (2022). Hubungan hipertensi dengan kejadian gagal ginjal kronik di rumah sakit umum daerah kabupaten lombok utara. *Research of Service Administration Health and Sains Healthys*, 3(2).
- Akmal, D., Rahmawati, R., Setianto, R., Dewi, B. A., & Anri, A. (2023). Hubungan riwayat keluarga dan merokok dengan kejadian hipertensi. *Journal of Nursing and Public Health*, 11(2), 636–641.
- Alahmad, S., Samman, A., & Kayali, R. Al. (2025). Unveiling the silent threat: exploring hypertension prevalence and risk factors among university students in syria. *International Journal of Public Health*, 70. <https://doi.org/10.3389/ijph.2025.1607939>
- Almatsier, S. (2010). *Penuntun diet*. Gramedia Pustaka Utama.
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran tingkat stres mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40–47.
- Anderson, K. C., Hirsch, K. R., Peterjohn, A. M., Blue, M. N. M., Pihoker, A. A., Ward, D. S., Ondrak, K. S., & Smith-Ryan, A. E. (2023). Characterization and prevalence of obesity among normal weight college students. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, 35(1), 81–88.
- Ansyah, E. H., & Susanti, P. N. (2023). Hubungan dukungan sosial dengan stres akademik mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 6(2), 214–223.
- Ardian, I. (2018). Signifikansi tingkat stres dengan tekanan darah pada pasien hipertensi. *Unissula Nursing Conference Call for Paper & National Conference*, 1(1), 152–156.

- Aryani, N., Simanjuntak, E. Y., & Sipayung, N. P. (2024). Pemantauan tekanan darah dan faktor resiko serta edukasi penyakit hipertensi pada mahasiswa universitas sari mutiara indonesia. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 5(1), 230–235.
- Atmojo, J., ... L. H.-A. J. of H., & 2020, undefined. (2020). Analisis indeks masa tubuh (imt) dengan tekanan darah pada mahasiswa stikes mamba'ul 'ulum surakarta. *Jurnal.Stikesmus.Ac.Id*, 3(2), 123–130. <https://doi.org/10.36419/avicenna.v3i2.424>
- Aulia, S., & Panjaitan, R. U. (2019). Kesejahteraan psikologis dan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(2), 127.
- BKPK. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Kemenkes RI.
- Cahyani, A. R., Tasalim, R., & Hidayah, N. (2023). Hubungan stres, konsumsi kopi, dan kualitas tidur dengan risiko hipertensi pada mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 12(1), 81–88.
- Cahyani, C. W. (2024a). *Hubungan asupan serat, durasi tidur, dan perilaku sedentary lifestyle dengan tekanan darah pada mahasiswa universitas jenderal soedirman*. Universitas Jenderal Soedirman.
- Cahyani, C. W. (2024b). *Hubungan asupan serat, durasi tidur, dan perilaku sedentary lifestyle dengan tekanan darah pada mahasiswa universitas jenderal soedirman*. Universitas Jenderal Soedirman.
- Cheah, W. L., Majorie Ensayan, J., Helmy, H., & Chang, C. T. (2018). Hypertension and its association with Anthropometric indices among students in a public university. *Malaysian Family Physician : The Official Journal of the Academy of Family Physicians of Malaysia*, 13(1), 2–9.
- Chen, M., Liu, J., Ma, Y., Li, Y., Gao, D., Chen, L., Ma, T., Dong, Y., & Ma, J. (2021). Association between body fat and elevated blood pressure among children and adolescents aged 7–17 years: Using dual-energy X-ray Absorptiometry (DEXA) and bioelectrical impedance analysis (BIA) from a cross-sectional study in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(17), 9254.
- De Venecia, T., Lu, M., & Figueredo, V. M. (2016). Hypertension in young adults. *Postgraduate Medicine*, 128(2), 201–207. <https://doi.org/10.1080/00325481.2016.1147927>

- Ekarini, N. L. P., Wahyuni, J. D., & Sulistyowati, D. (2020a). Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Usia Dewasa. *Jkep*, 5(1), 61–73. <https://doi.org/10.32668/jkep.v5i1.357>
- Ekarini, N. L. P., Wahyuni, J. D., & Sulistyowati, D. (2020b). Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Usia Dewasa. *Jkep*, 5(1), 61–73. <https://doi.org/10.32668/jkep.v5i1.357>
- Ellis, R., Sampe, P. D., Mahaly, S., & Makulua, I. J. (2023). Pengaruh dukungan sosial terhadap stres akademik mahasiswa. *Pedagogika: Jurnal Pedagogik Dan Dinamika Pendidikan*, 11(1), 102–110.
- Fadilla, M., Hartantri, S., Siagian, S., & Dasopang, W. (2024). Analisis faktor penyebab stres pada mahasiswa dan dampaknya terhadap kesehatan mental. *Metta: Jurnal Ilmu Multidisiplin*, 4(1), 1–11.
- Fadlilah, S., Rahil, N., Husada, F. L.-J. K. K., & 2020, undefined. (2020). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Tekanan Darah Dan Saturasi Oksigen Perifer (Spo2). *Jurnal.Ukh.Ac.Id*.
- Ferencia, C., Rahayu, N. S., & Purwaningtyas, D. R. (2023). Hubungan konsumsi gula, garam, lemak dan sedentary lifestyle terhadap tekanan darah pada usia dewasa. *Muhammadiyah Journal of Geriatric*, 4(2), 117. <https://doi.org/10.24853/mujg.4.2.117-128>
- Fonseca, I., Bernate, J., Betancourt, M., Barón, B., & Cobo, J. (2019). Developing social responsibility in university students. *ACM International Conference Proceeding Series*, 215–218. <https://doi.org/10.1145/3369255.3369275>
- Garwahusada, E., & Wirjatmadi, B. (2020). Hubungan jenis kelamin, perilaku merokok, aktivitas fisik dengan hipertensi pada pegawai kantor. *Media Gizi Indonesia*, 15(1), 60–65.
- Gunawan, Permana, & Naldi. (2019). Hubungan antara tingkat stres dan kualitas tidur terhadap tekanan darah pada mahasiswa tingkat akhir fakultas kedokteran unswagati tahun akademik 2015/2016. *Tunas Medika Jurnal ...*, 5(1), 1–9.
- Hamzah, B., & Hamzah, R. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa stikes graha medika. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 4(2), 59–67.

- Handayani, S. (2020). Pengukuran tingkat stres dengan perceived stress scale–10: studi cross sectional pada remaja putri di baturetno. *Jurnal Keperawatan GSH*, 9(1), 1–6.
- Harmouche-Karaki, M., Mahfouz, M., Mahfouz, Y., Fakhoury-Sayegh, N., & Helou, K. (2020). Combined effect of physical activity and sedentary behavior on body composition in university students. *Clinical Nutrition (Edinburgh, Scotland)*, 39(5), 1517–1524. <https://doi.org/10.1016/j.clnu.2019.06.015>
- Jayanti, I. G. A. N., Wiradnyani, N. K., & Ariyasa, I. G. (2017). Hubungan pola konsumsi minuman beralkohol terhadap kejadian hipertensi pada tenaga kerja pariwisata di Kelurahan Legian. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(1), 65–70.
- Jia, G., & Sowers, J. R. (2021). Hypertension in Diabetes: An Update of Basic Mechanisms and Clinical Disease. *Hypertension (Dallas, Tex. : 1979)*, 78(5), 1197–1205. <https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.121.17981>
- Junaidy, I. (2010). *Hipertensi*. PT Buana Ilmu Populer.
- Kaushik, D., & Kaur Chawla, G. (2019). Correlation between blood pressure and body mass index among university students. *International Journal of Health Sciences & Research (Www.Ijhsr.Org)*, 9(8), 394.
- Khomsan, A. (2010). *Pangan dan Gizi Untuk Kesehatan*. Raja Grafindo Persada.
- Kowalski, S., Goniewicz, K., Moskal, A., Al-Wathinani, A. M., & Goniewicz, M. (2023). Symptoms in hypertensive patients presented to the emergency medical service: a comprehensive retrospective analysis in clinical settings. *Journal of Clinical Medicine*, 12(17), 5495.
- Kunnas, T., & Nikkari, S. T. (2023). Family history of hypertension enhances age-dependent rise in blood pressure, a 15-year follow-up, the Tampere adult population cardiovascular risk study. *Medicine (United States)*, 102(39), E35366. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000035366>
- Kusumawaty, J., Hidayat, N., & Ginanjar, E. (2016). Hubungan jenis kelamin dengan intensitas hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lakkok Kabupaten Ciamis. *Mutiara Medika: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 16(2), 46–51.

- Leistner, C., & Menke, A. (2020). Hypothalamic–pituitary–adrenal axis and stress. *Handbook of Clinical Neurology*, 175, 55–64.
- Liu, X., Zhu, C., Dong, Z., & Luo, Y. (2024). The Relationship between Stress and Academic Self-Efficacy among Students at Elite Colleges: A Longitudinal Analysis. In *Behavioral Sciences* (Vol. 14, Issue 7). <https://doi.org/10.3390/bs14070537>
- Lontoh, S. O., & Gunawan, M. (2022). Gambaran kualitas tidur dan tekanan darah mahasiswa kedokteran universitas tarumanagara. *Ebers Papyrus*, 28(1), 1–9.
- Lorenza, S. S., Suyatno, & Asna, A. F. (2024). Effect of Food Sources on Body Fat Percentage of Students at Diponegoro University, Indonesia. *BIO Web of Conferences*. <https://doi.org/10.1051/bioconf/202413300002>
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: comparison of the depression anxiety stress scales (dass) with the beck depression and anxiety inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335–343.
- Mantuges, S. H., Widiyany, F. L., & Astuti, A. T. (2021a). Pola konsumsi makanan tinggi natrium, status gizi, dan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Mantok, Kabupaten Banggai, Sulawesi Tengah. *Ilmu Gizi Indonesia*, 4(2), 97. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v4i2.161>
- Mantuges, S. H., Widiyany, F. L., & Astuti, A. T. (2021b). Pola konsumsi makanan tinggi natrium, status gizi, dan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Mantok, Kabupaten Banggai, Sulawesi Tengah. *Ilmu Gizi Indonesia*, 4(2), 97. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v4i2.161>
- Muharramah, A., Khairani, M. D., & Salsabila, M. (2023). Keragaman Status Gizi Dan Persen Lemak Tubuh Pada Mahasiswa S1 Gizi Universitas Aisyah Pringsewu Tahun 2023. *Medical Journal of Nusantara*, 2(2), 73–76.
- Mulyasari, E. W., & Srimati, M. (2020). Macro Nutrition Intake, Physical Activity and Level of Stress with Event of Hypertension for Adults (18-60 Years). *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 2(2), 83–92. <https://doi.org/10.36590/jika.v2i2.2>

- Nguse, T., Kumsa, M., & Lemu, B. (2020). Lack of pocket money impacts Ethiopian undergraduate health science students learning activities. *PLoS ONE*, 15. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0243634>
- Nurhayati, U. A., Ariyanto, A., & Syafriakhwan, F. (2023). Hubungan usia dan jenis kelamin terhadap kejadian hipertensi. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*, 1, 363–369.
- Nyoman, N., Prameswari, W. T., Dewa, I., Inten, A., Primayanti, D., Putu, L., Sundari, R., Putu, I., Griadhi, A., Trisna, W., Prameswari, Medika, J., Jurnal, U., & Udayana, M. (2024). Characteristics of body fat percentage and it's distribution in udayana university medical students in 2023. *E-Jurnal Medika Udayana*. <https://doi.org/10.24843/mu.2024.v13.i11.p14>
- Paramita, P. A. P., Putere, S. P. P. L. M., & Sumadewi, K. T. (2022). Hubungan antara self efficacy dengan tingkat stres mahasiswa baru fkik universitas warmadewa angkatan 2020. *Aesculapius Medical Journal*, 1(2), 44–50.
- Purnami, C. T., & Sawitri, D. R. (2019). Instrumen “ perceive stress scale ” online sebagai alternatif alat pengukur tingkat stress secara mudah dan cepat. *Seminar Nasional Kolaborasi Pengabdian Kepada MAsyarakat UNDIP-UNNES*, 311–314.
- Putri, A. O. F. A., Batubara, L., & Arsyad, A. (2022). Hubungan konsumsi kopi dengan tekanan darah pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas yarsi angkatan 2018. *Junior Medical Journal*, 1(1), 24–35.
- Putri, L. R. (2024). *Hubungan pola konsumsi fast food dan tingkat stres dengan kondisi prasindrom metabolik pada mahasiswa universitas jenderal soedirman*. Universitas Jenderal Soedirman.
- Putri, W. P. (2023). *Hubungan pola konsumsi fast food, asupan serat, persen lemak tubuh, dan aktivitas fisik dengan kadar kolesterol darah (studi pada mahasiswa fikes universita jenderal soedirman)*. Universitas Jenderal Soedirman.
- Puzserova, A., & Bernatova, I. (2016). Blood pressure regulation in stress: focus on nitric oxide-dependent mechanisms. *Physiol Res*, 65(Suppl 3), S309–S342.

- Rafaqat, S., Nasreen, S., & Rafaqat, S. (2023). Role of major adipokines in hypertension: A literature review. *World Journal of Hypertension*, 11(1), 1–11.
- Retnaningsih, D., Aini, K., & Triyantini, O. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan stres pada mahasiswatingkat akhir s1 ilmu keperawatan di stikes widya husada semarang. *Jurnal Ners Widya Husada*, 2(1).
- Russell, G., & Lightman, S. (2019). The human stress response. *Nature Reviews Endocrinology*, 15(9), 525–534.
- Sanusi, J. F., & Ridjab, D. (2025). Prevalence of hypertension and its relationship with stress levels among medical students in jakarta, indonesia. *Althea Medical Journal*. <https://doi.org/10.15850/amj.v12n1.3721>
- Sari, Y. K., & Susanti, E. T. (2016). Hubungan jenis kelamin dengan kejadian hipertensi pada lansia di puskesmas nglegok kabupaten blitar. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 3(3), 262–265.
- Schmidt, B.-M., Durao, S., Toews, I., Bavuma, C. M., Hohlfeld, A., Nury, E., Meerpohl, J. J., & Kredo, T. (2020). Screening strategies for hypertension. *The Cochrane Database of Systematic Reviews*, 5(5), CD013212. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD013212.pub2>
- Schütten, M. T. J., Houben, A. J. H. M., de Leeuw, P. W., & Stehouwer, C. D. A. (2017). The link between adipose tissue renin-angiotensin-aldosterone system signaling and obesity-associated hypertension. *Physiology*, 32(3), 197–209.
- Scott, J., Agarwala, A., Baker-Smith, C. M., Feinstein, M. J., Jakubowski, K., Kaar, J., Parekh, N., Patel, K. V., & Stephens, J. (2025). Cardiovascular health in the transition from adolescence to emerging adulthood: a scientific statement from the american heart association. *Journal of the American Heart Association*, 14(9), e039239.
- Setyanda, Y. O. G., Sulastri, D., & Lestari, Y. (2015). Hubungan merokok dengan kejadian hipertensi pada laki-laki usia 35-65 tahun di Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(2).
- Shavella, A., & Mariani. (2020). The association between body fat percentage and incidence of prehypertension among medical student. *Sriwijaya Journal of Medicine*, 3(2), 84–94. <https://doi.org/10.32539/sjm.v3i2.68>

- Sujarwati, V. W. (2015). *Statistik untuk Kesehatan*. Penerbit Gava Media.
- Tamburion, A. G., Ratag, B. T., & Nelwan, J. E. (2020). Hubungan antara hipertensi, diabetes melitus, dan hiperkolesterolemia dengan kejadian stroke iskemik. *Indonesian Journal of Public Health and Community Medicine*, 1(1).
- Tiwari, I., Bhattarai, A., Karmacharya, P., & Gurung, P. (2023). Correlation between body fat composition and blood pressure level among medical students in a tertiary care teaching hospital in pokhara, nepal. *Journal of College of Medical Sciences-Nepal*, 19(2), 186–193.
- Uçar, M. K., Ucar, Z., Uçar, K., Akman, M., & Bozkurt, M. R. (2021). Determination of body fat percentage by electrocardiography signal with gender based artificial intelligence. *Biomedical Signal Processing and Control*, 68, 102650.
- Wilujeng, C. S., Habibie, I. Y., & Ventyaningsih, A. D. I. (2023). Hubungan antara jenis kelamin dengan kategori stres pada remaja di smp brawijaya smart school. *Smart Society Empowerment Journal*, 3(1), 6–11.
- Wulansari, A., & Kasyani, K. (2021). Keragaman Status Gizi dan Persentase Lemak Tubuh Mahasiswa Baru STIKes Baiturrahim. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(2), 319–323.
- Yi, L., Lv, Z. H., Hu, S. Y., Liu, Y. Q., Yan, J. B., Zhang, H., Li, H. B., Chen, Q., Li, Y. Y., Jiang, Y. F., Zhou, H., Li, M. D., Chen, R. Du, Li, X. L., Zhou, S. S., & Chen, Y. D. (2022). Validating the accuracy of a multifunctional smartwatch sphygmomanometer to monitor blood pressure. *Journal of Geriatric Cardiology*, 19(11), 843–852. <https://doi.org/10.11909/j.issn.1671-5411.2022.11.004>
- Yuriah, A., Astuti, A., Indonesia, I. I.-I. G., & 2019, undefined. (n.d.). Hubungan asupan lemak, serat dan rasio lingkar pinggang pinggul dengan tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Gondokusuman I Yogyakarta. *Ilgi.Respati.Ac.Id*.