

- Luthfia, D. (2017). Pengaruh Gaya Hidup Sehat Terhadap Kualitas Hidup Terkait Kesehatan Pada Mahasiswa Pendidikan Biologi Universitas Negeri Jakarta: (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Jakarta).
- Lukito AA, Lydia A, Tiksanadi A, dkk. Panduan Promotif Dan Preventif Hipertensi 2023. Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia (InaSH). Jakarta 2023.
- Manawan, Anggun A. (2016). *Hubungan antara konsumsi makanan dengan kejadian hipertensi di Desa Tandengan satu Kecamatan Eris Kabupaten Minahasa*. Pharmacon 5.1
- Martini, S., Roshifanni, S., & Marzela, F. (2018). Pola Tidur yang Buruk Meningkatkan Risiko Hipertensi Poor Sleep Pattern Increases Risk of Hypertension. *Jurnal Mkmi*, 14(3), 297-303.
- Mukuan, D. D., Tendean, V. S., & Tampi, J. R. (2023). *Pengaruh Gaya Hidup dan Harga Terhadap Keputusan Pembelian Produk Starbucks Manado Town Square*. *Productivity*, 4(1), 61-67.
- Ningsih, P. E., Astuti, A. Y., & Handayani, O. W. K. (2018). The Influence of Stress Coping And Genetics on Hypertension Status Age Range 36-45 Years in Sawit Health Centerboyolali Regency. *Public Health Perspective Journal*, 3(3).
- Notoatmodjo. (2012). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta Nugraha.
- Nursalam. (2014). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika, Edisi 4.
- Pangaribuan, L., & Lolong, D. B. (2015). *Hubungan penggunaan kontrasepsi pil dengan kejadian hipertensi pada wanita usia 15-49 tahun di Indonesia tahun 2013 (analisis data riskesdas 2013)*. *Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, 25(2), 1-8.
- Rahmadhoani, S. (2019). *Gambaran Gaya Hidup Penderita Hipertensi Di Puskesmas Karang Pule Juli 2019*.
- P2PTM Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Terapkan perilaku “CERDIK untuk hidup sehat. 2018. Diunduh dari p2ptm.kemkes.go.id.
- Supriati. (2021). *Hubungan Gaya Hidup Sehat Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Desa Natai Kondang Kecamatan Permata Kecubung Kabupaten Sukamara Propinsi Kalimantan Tengah Tahun 2020*. Skripsi. Pangkalanbun, STIKES Borneo Cende Medika Pangkalanbun.
- Subrata, Avynas Helvy, and Dewi Wulandari. (2020). *Hubungan Stres Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Usia Produktif*. *Jurnal Stethoscope* 1.1

- Sugiyono, (2020). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Susanti, L., & Satriyanto, M. D. (2018). Pengaruh kontrasepsi hormonal terhadap tekanan darah. *Collaborative Medical Journal (CMJ)*, 1(3), 1-9.
- Wade, C.(2016). *Mengatasi Hipertensi*. Bandung: Nuansa Cendekia
- Wahyuni, D. E. (2013). Hubungan tingkat pendidikan dan jenis kelamin dengan kejadian hipertensi di kelurahan jagalan di wilayah kerja puskesmas pucangsawit surakarta. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia Vol, 1*(1), 113.
- Winarni, W., & Hartanto, P. Y. (2016). *Hubungan Antara Pemenuhan Kebutuhan Istirahat Tidur Dengan Kejadian Hipertensi pada Masyarakat di Dusun Celep Kidul Kelurahan Dagen Kecamatan Jaten Karanganyar*. KOSALA: Jurnal Ilmu Kesehatan, 4(2).
- Yanita Nur Indah Sari. (2017). *Berdamai Dengan Hipertensi*. Jakarta: Tim Bumi Medika
- Yunus, M., Aditya, I. W. C., & Eksa, D. R. (2021). Hubungan usia dan jenis kelamin dengan kejadian hipertensi di puskesmas haji pemanggilan kecamatan anak tuha kab. Lampung Tengah. *Jurnal Ilmu kedokteran dan kesehatan*, 8(3), 229-239.
- Y Baek (2023). Association between *sleep* and the metabolic syndrome differs depending on age. *J Sleep Med.* 2023;20(1):19–27. <https://doi.org/10.13078/jsm.230001>