

DAFTAR PUSTAKA

- Alifariki, L. O., & Kusnan, A. (2022). *Pengaruh Teh Hijau dalam Menurunkan Tekanan Darah: Systematic Review*. <https://stikes-nhm.e-journal.id/NU/index>
- Amore, L., Buchthal, O. V., & Banna, J. C. (2019). Identifying perceived barriers and enablers of healthy eating in college students in Hawai'i: A qualitative study using focus groups. *BMC Nutrition*, 5(1). <https://doi.org/10.1186/s40795-019-0280-0>
- Aryanti, K., & Pardede, L. (2023). Tingkat Aktivitas Fisik berhubungan dengan Derajat Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 7(3).
- Azizah, A. N., Shafina, D., Dealova, D. N., Setiana, E., Nisa, F. A., & Ediyono, S. (2023). *Stress Akademik dan Tingkat Depresi Pada Mahasiswa Tahun Pertama*. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.30597.52960>
- Bata, A. S. B., Toy, S. M., & Nur, M. L. (2024). Hubungan Citra Tubuh, Pola Konsumsi dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Siswi SMA di Kota Ende. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 3(2), 226-234.
- Cheng, W., Du, Y., Zhang, Q., Wang, X., He, C., He, J., Jing, F., Ren, H., Guo, M., Tian, J., & Xu, Z. (2022). Age-related changes in the risk of high blood pressure. *Frontiers in Cardiovascular Medicine*, 9. <https://doi.org/10.3389/fcvm.2022.939103>
- Connelly, P. J., Currie, G., & Delles, C. (2022). Sex Differences in the Prevalence, Outcomes and Management of Hypertension. In *Current Hypertension Reports* (Vol. 24, Issue 6, pp. 185–192). Springer. <https://doi.org/10.1007/s11906-022-01183-8>
- Destra, E., Frisca, F., Santoso, A. H., & Firmansyah, Y. (2022). Hubungan Asupan Makanan Cepat Saji dengan Angka Kejadian Hipertensi pada Orang Dewasa dengan Aktifitas Fisik Ringan Hingga Sedang. *Jurnal Medika Utama*, 3(3), 2525–2529. <http://jurnalmedikahutama.com>
- Djerol, I., Talarima, B., & Siahaya, G. C. (2023). *Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Siwalima Kabupaten Kepulauan Aru* (Doctoral dissertation, Fakultas Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Kristen Indonesia Maluku).
- Djibu, E. (2021). Skripsi Pengaruh Peran Perawat Sebagai Edukator Terhadap Kepatuhan Minum Obat Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Dinoyo Kota Malang Erni Djibu NIM. 191114201730.
- Fatima, S., & Mahmood, S. (2021). Combatting a silent killer - the importance of self-screening of blood pressure from an early age. *EXCLI Journal*, 20, 1326–1327. <https://doi.org/10.17179/excli2021-4140>
- Firdaus, M., & Suryaningrat, W. (2020). Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik Terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Kapuas Hulu. *Majalah Kesehatan*, 7(2).

- Henggu, K. U., & Nurdiansyah, Y. (2021). Review dari Metabolisme Karbohidrat, Lipid, Protein, dan Asam Nukleat. *QUIMICA: Jurnal Kimia Sains dan Terapan*, 3(2), 9-17.
- 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>
- Istiana, D., Purqoti, D. N. S., Musmuliadin, M., Rispawati, B. H., Romadhonika, F., & Dingle, K. (2022). The Relationship between Physical Activity and the Incidence of Hypertension at the Work Area of the Ampenan Health Center. *STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 11(1), 45–50. <https://doi.org/10.30994/sjik.v11i1.884>
- Kartika, L. A., Afifah, E., & Suryani, I. (2016). The correlation between fat intake and physical activity, their correlation with hypertension among outpatients. *Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics*, 4(3), 139–146.
- Kazi, R. N. A., El-Kashif, M. M. L., & Ahsan, S. M. (2020a). Prevalence of salt rich fast food consumption: A focus on physical activity and incidence of hypertension among female students of Saudi Arabia. *Saudi Journal of Biological Sciences*, 27(10), 2669–2673. <https://doi.org/10.1016/j.sjbs.2020.06.004>
- Kljajević, V., Stanković, M., Đorđević, D., Trkulja-Petković, D., Jovanović, R., Plazibat, K., Oršolić, M., Čurić, M., & Sporiš, G. (2022). Physical activity and physical fitness among university students—A systematic review. In *International Journal of Environmental Research and Public Health* (Vol. 19, Issue 1). MDPI. <https://doi.org/10.3390/ijerph19010158>
- Kunset, P., Punsawad, C., Petsirasan, R., Suwanbamrung, C., Shohaimi, S., Narkkul, U., & Noonil, N. (2023). Unhealthy Dietary Patterns and Their Associations with Sociodemographic Factors as Predictors among Underweight and Overweight Adolescents in Southern Thailand. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(17). <https://doi.org/10.3390/ijerph20176703>
- Kusumo, M. P. (2020). Buku Pemantauan Aktivitas Fisik Mahendro Prasetyo Kusumo. In *Yogyakarta: The Journal Publishing*. [http://repository.ums.ac.id/bitstream/handle/123456789/35896/Buku pemantauan aktivitas fisik.pdf?sequence=1](http://repository.ums.ac.id/bitstream/handle/123456789/35896/Buku%20pemantauan%20aktivitas%20fisik.pdf?sequence=1)
- Laksono, R., Dwi Mukti, N., & Nurhamidah, D. (2022). The Impacts of Fast Food on Health of “X” Undergraduate Student Program of University “Y.” *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 14(1).
- Mahindru, A., Patil, P., & Agrawal, V. (2023). Role of Physical Activity on Mental Health and Well-Being: A Review. *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.33475>

- Malm, C., Jakobsson, J., & Isaksson, A. (2019). Physical activity and sports—real health benefits: A review with insight into the public health of sweden. In *Sports* (Vol. 7, Issue 5). MDPI. <https://doi.org/10.3390/sports7050127>
- Mansoori, S., Kushner, N., Suminski, R. R., Farquhar, W. B., & Chai, S. C. (2019). Added sugar intake is associated with blood pressure in older females. *Nutrients*, 11(9). <https://doi.org/10.3390/nu11092060>
- Margareth, W., Tondang, L. P., Yemima, H., Tinggi, S., Kesehatan, I., Carolus, S., Salemba, J., 14, N., & Pusat, J. (2023). *Warning : Your Fat Gonna Kills You* (Vol. 1, Issue 1). <https://www.who.int/news->
- Masriadi, M. (2022). Asosiasi Determinan Kejadian Hipertensi Grade 1 Usia 20-40 Tahun. *Jurnal Kesehatan Global*, 5(1), 48–55.
- Meher, M., Pradhan, S., & Pradhan, S. R. (2023). Risk Factors Associated With Hypertension in Young Adults: A Systematic Review. *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.37467>
- Munasiroh, D., Oktavia Nurawali, D., Aulia Rahmah, D., Suhailah, F., & Ridwan Yusup, I. (2019). *Factors that are Related to Behavior of Fast Food Food Consumption in Students*. 6(3).
- Muthmainnah, I., AB, I., & Prabowo, S. (2019). Hubungan Asupan Energi Dan Zat Gizi Makro (Protein, Karbohidrat, Lemak) Dengan Kebugaran (VO2Max) Pada Atlet Remaja Di Sekolah Sepak Bola (SSB) Harbi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Mulawarman (JKMM)*, 1(1), 24. <https://doi.org/10.30872/jkmm.v1i1.2525>.
- Nanda, C. A., Puspitasari, D. I., Widiyaningsih, E. N., & Mardiyati, L. (2023). Hubungan Frekuensi Konsumsi Fast Food dan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi pada Remaja. *Pontianak Nutrition Journal*, 6(1), 325–332. <http://ejournal.poltekkes-pontianak.ac.id/index.php/PNJ/index>
- Nandila, W., & Puspowati, S. D. (2023). Hubungan Konsumsi Fast Food Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja Di SMP Negeri 1 Surakarta. *Eprints UMS*, 1–20.
- Oliveira, L., & Raposo, A. (2024). Factors That Most Influence the Choice for Fast Food in a Sample of Higher Education Students in Portugal. *Nutrients*, 16(7). <https://doi.org/10.3390/nu16071007>
- Ompusunggu, H., & Kadang, A. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen Medan di Masa Pandemi COVID-19. *NJM*, 8(2).
- Palmer, A. K., & Jensen, M. D. (2022). Metabolic changes in aging humans: current evidence and therapeutic strategies. *Journal of Clinical Investigation*, 132(16). <https://doi.org/10.1172/JCI158451>.
- Pamelia, I. (2018). Fast Food Consumption Behavior in Adolescent and Its Impact for Health. *Jurnal IKESMA*, 14(2), 144–153.
- Permatasari, N., Kusumayanti, G. A. D., & Wiardani, N. K. (2020). Hubungan Asupan Protein dan Status Gizi Dengan Tekanan Darah Penderita Hipertensi

- di Puskesmas Mengwi II Novita. *Jurnal Ilmu Gizi*, 13(1), 38–45.
- Pingkan, B., Rares, S., Punuh, M. I., Malonda, N. S. H., Kesehatan, F., Universitas, M., Ratulangi, S., & Abstraki, M. (2022). Gambaran Perilaku Makan pada Mahasiswi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi. In *Jurnal KESMAS* (Vol. 11, Issue 2)
- Purwani, R., & Widyastuti, N. (2015). Hubungan asupan protein dengan tekanan darah pada remaja. *Journal of Nutrition College*, 4(2), 534–540.
- Racine, E. F., Schorno, R., Gholizadeh, S., Bably, M. B., Hatami, F., Stephens, C., Zadrozny, W., Schulkind, L., & Paul, R. (2022). A College Fast-Food Environment and Student Food and Beverage Choices: Developing an Integrated Database to Examine Food and Beverage Purchasing Choices among College Students. *Nutrients*, 14(4). <https://doi.org/10.3390/nu14040900>
- Ranggayuni, E., & Nuraini, N. (2021). Faktor yang berhubungan dengan Konsumsi Makanan cepat Saji pada Mahasiswa di Institusi Kesehatan Helvetia Medan. *JUMANTIK (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)*, 6(3), 278. <https://doi.org/10.30829/jumantik.v6i3.9977>
- Ramdhika, M. R., Widiastuti, W., Hasni, D., Febrianto, B. Y., & Jelmila, S. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi pada Perempuan Etnis Minangkabau di Kota Padang. *Jurnal Kedokteran DanKesehatan*, 19(1), 91. <https://doi.org/10.24853/jkk.19.1.91-97>
- Ratmono, B. A. A., Widodo, A., & Sholikhah, A. M. (2022). Analisis Pengetahuan Gizi Makanan dan Pola Gaya Hidup Pada Mahasiswa. *JSES : Journal of Sport and Exercise Science*, 5(1), 26–34. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jses>
- Romadhoni, W. N., Nasuka, N., Candra, A. R. D., & Priambodo, E. N. (2022). Aktivitas Fisik Mahasiswa Pendidikan Kepelatihan Olahraga selama Pandemi COVID-19. *Gelombang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 5(2), 200–207. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v5i2.3470>
- Saniartha, I., Mataram, A., & Suarjana, I. (2021). Hubungan Kebiasaan Sarapan, Pola Konsumsi Fast Food dengan Status Gizi REMaja SMAN 1 Tampaksiring. *Jurnal Ilmu Gizi: Journal of Nutrition Science*, 10(2).
- Saputro, B. (2021). *Aktifitas Fisik Peserta Didik Kelas XI di SMA Negeri 8 Purworejo dalam Upaya Mencegah Covid-19.*
- Saras, T. (2023). *Karbohidrat: Sumber Energi Utama Tubuh.* Tiram Media.
- Sasmalinda, L., Syafriandi, & Helma. (2019). *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perubahan Tekanan Darah Pasien di Puskesmas Malalo Batipuh Selatan dengan Menggunakan Regresi Linier Berganda.*
- Setyaningsih, E. D., & Manikam, R. M. (2021). Hubungan Konsumsi Fast Food dan Asupan Natrium Dari Fast Food Dengan Tekanan Darah Remaja. *Jurnal Ilmiah Gizi Kesehatan*, 9(21), 9–15.

- Sihotang, M., & Elon, Y. (2020). Hubungan aktivitas fisik dengan tekanan darah pada orang dewasa. *Chmk Nursing Scientific Journal*, 4(2), 199-204.
- Sobhani, S. R., Mortazavi, M., Kazemifar, M., & Azadbakht, L. (2021a). The association between fast-food consumption with cardiovascular diseases risk factors and kidney function in patients with diabetic nephropathy. *Journal of Cardiovascular and Thoracic Research*, 13(3), 241–249. <https://doi.org/10.34172/jcvtr.2021.42>
- Subekti, N., Agus Mulyadi, H., Mulyana, D., & Priana, A. (2021). *Peningkatan Kesehatan Melalui Program Informal Sport Masa PAndemi COVID-19 Menuju New Normal Pada Masyarakat Kalapanunggal dan Dsn. Ancol Kec. Sindangkasih Kab. Ciamis*. 7(1).
- Suryani, D., Meriwati, Kusdalinah, & Yunita. (2023). *Survei Konsumsi Pangan* (1st ed.). Eureka Media Aksara.
- Syafni, A., & Wijayanti, H. S. (2015). Hubungan Konsumsi Western Fast Food dengan Hipertensi Pada Remaja Di Sma N 1 Semarang. *Journal of Nutrition College*, 4(4), 358–364. <https://doi.org/10.14710/jnc.v4i4.10111>
- Tiara, U. I. (2020). *Hubungan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi*. 2(2), 167–171.
- Wati, H. H., Sutjiati, E., & Adelina, R. (2023). Hubungan Asupan Natrium, Karbohidrat, Protein, dan Lemak dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *Nutriture Journal*, 2(2), 114. <https://doi.org/10.31290/nj.v2i2.3956>
- Wicaksono, A., & Handoko, W. (2020). Aktivitas fisik dan kesehatan. *Aktivitas Fisik Dan Kesehatan*.
- Widiyono, S. K., Indriyati, S. K., & Astuti, T. B. (2022). *Aktivitas Fisik Untuk Mengatasi Hipertensi*. Lembaga Chakra Brahmana Lentera.
- Yuriah, A., Astuti, A. T., & Inayah, I. (2019). Hubungan asupan lemak, serat dan rasio lingkaran pinggang pinggul dengan tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Gondokusuman I Yogyakarta. *Ilmu Gizi Indonesia*, 2(2), 115. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v2i2.103>