

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN TINGKAT STRESS DENGAN KADAR KOLESTEROL  
DAN TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS  
ABIANSEMAL I**



**I KETUT MARDI ANTARA**

**NIM. C2122087**

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI  
2023**

**HUBUNGAN TINGKAT STRESS DENGAN KADAR KOLESTEROL  
DAN TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS  
ABIANSEMAL I**

**Skripsi**

**Diajukan Oleh:**

**I KETUT MARDI ANTARA**

**NIM. C2122087**

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI  
2023**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**HUBUNGAN TINGKAT STRESS DENGAN KADAR KOLESTEROL  
DAN TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS  
ABIANSEMAL I**

Diajukan Oleh:

**I KETUT MARDI ANTARA**

**NIM. C2122087**

Mangupura, 21 Januari 2024

Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



Ns. Putu Wira Kusuma Putra, S.Kep., M. Kep  
NIDN: 0807068702

Pembimbing II



Anak Agung Kompiang Ngurah Darmawan, SE., MM  
NIDN: 0807108001

Mengetahui,

Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan

Ketua

  
  
Ns. I Putu Artha Wijaya, S. Kep., M.Kep  
NIDN: 0821058603

## HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI DEPAN  
DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI

Diajukan Oleh:


I KETUT MARDI ANTARA

NIM. C2122087


Mangupura, 26 Januari 2024

Disahkan oleh Tim Penguji Terdiri dari:

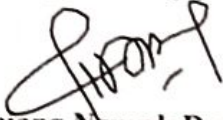
Ketua Penguji

  
Dr. I Nyoman Suartha, M. Repro  
NIDN: 0809036701

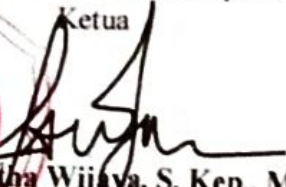
Sekretaris Penguji


  
Ns. Putu Wira Kusuma, S.Kep., M. Kep  
NIDN: 0807068702

Anggota Penguji

  
Anak Agung Kompiang Ngrah Darmawan, SE., MM  
NIDN: 0807108001

Mengetahui,  
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan

Ketua  
  
Ns. I Putu Archa Wijaya, S. Kep., M.Kep  
NIDN: 0821058603



## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : I Ketut Mardi Antara  
NIM : C2122087  
Jurusan : Sarjana Ilmu Keperawatan  
Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Stres Dengan Kadar Kolesterol Dan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Abiansemal I

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa tugas akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mangupura, 18 Januari 2024



Peneliti

*I Ketut Mardi Antara*  
I Ketut Mardi Antara  
NIM: C2122087

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN**

**BINA USADA BALI PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN**

Skripsi, 18 Januari 2024

I KETUT MARDI ANTARA

Hubungan Tingkat Stress Dengan Kolesterol Dan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Abiansemal I

xiii + 70 + 14 tabel + 2 gambar + 9 lampiran

### **ABSTRAK**

Peningkatan kadar kolesterol dalam darah merupakan penyebab utama terjadinya aterosklerosis yang menjadi faktor pemicu tekanan darah tinggi atau hipertensi. Salah satu faktor resiko terjadinya hipertensi adalah stres dimana stres yang terjadi sangat memberikan efek negatif terhadap tubuh. Stress juga menjadi faktor yang mempengaruhi kadar kolesterol. Hormon yang terstimulasi pada saat stress adalah adrenalin dan kortisol yang menyebabkan hilangnya elastisitas dinding pembuluh darah, sehingga pada pembuluh arteri lebih rentan terjadi aterosklerosis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stress dengan kolesterol dan tekanan darah pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Abiansemal I.

Desain penelitian ini adalah penelitian *cross-sectional correlative* dengan jumlah sampel 102 orang yang dipilih melalui teknik *simple random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuisioner DASS (*Depression Anxiety Stress Scale*) 42 untuk mengetahui tingkat stress pasien kemudian analisis data dengan menggunakan uji statistik *spearman rank*.

Hasil uji analisis menunjukkan bahwa nilai *correlation coefficient* pada uji *spearman rank* sebesar 0,478 yang berarti antara tingkat stress dan kadar kolesterol memiliki kekuatan hubungan kategori sedang dan nilai *correlation coefficient* pada uji sebesar 0,550 yang berarti antara tingkat stress dan tekanan darah memiliki kekuatan hubungan kategori kuat. Nilai signifikansi uji (*p-value*) lebih kecil dari 0,05, sehingga diputuskan  $H_0$  ditolak yang bermakna bahwa terdapat hubungan stress dengan kadar kolesterol dan tekanan darah pasien hipertensi.

Kata kunci: Hipertensi, Stres, Kadar Kolesterol, Tekanan Darah

Daftar Pustaka 65 (2011-2023)

**BINA USADA BALI HEALTH INSTITUTION  
BACHELOR'S DEGREE OF NURSING PROGRAM**

*Thesis, January 18, 2024*

**I KETUT MARDI ANTARA**

*The Correlation Between Stress Levels and Cholesterol and Blood Pressure in Hypertension Patients in the Region Area of Puskesmas Abiansemal I*

*xiii + 70 + 14 tables + 2 figures + 9 appendices*

**ABSTRACT**

*High cholesterol levels in the blood are the primary cause of atherosclerosis, which is a risk factor for high blood pressure or hypertension. Stress is one of the risk factors for hypertension, and it can have a significant detrimental impact on the body. Stress has also been shown to influence cholesterol levels. Adrenaline and cortisol are hormones that are released under stress, causing blood vessel walls to lose elasticity and rendering arteries more susceptible to atherosclerosis. This study aims to determine the correlation between stress levels and cholesterol and blood pressure in hypertensive patients in the Region Area of Puskesmas Abiansemal I.*

*This study is a correlative cross-sectional study with 102 participants selected using a basic random selection technique. The DASS (Depression Anxiety Stress Scale) 42 questionnaire was used to assess the patient's stress level, which was then evaluated using the Spearman rank statistical test.*

*The results of the analysis test show that the correlation coefficient value in the Spearman Rank test is 0.478, which means that stress levels and cholesterol levels have a medium category relationship strength and the correlation coefficient value in the test is 0.550, which means that stress levels and blood pressure have a strong correlation strength category. The test significance value (p-value) was smaller than 0.05, so it was decided that  $H_0$  was rejected, which means that there is a correlation between stress cholesterol levels and blood pressure in hypertensive patients.*

*Keywords: Hypertension, Stress, Cholesterol Levels, Blood Pressure*

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widi Wasa karena berkat Asung Kerta Wara Nugraha peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Tingkat Stress Dengan Kolesterol Dan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Abiansemal I” dapat diselesaikan tepat pada waktunya.

Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali. Skripsi ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak untuk itu melalui kesempatan ini dengan segala hormat dan kerendahan hati peneliti menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang sebesar - besarnya kepada:

1. Dr. Ir. Putu Santika, MM. selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan Program Sarjana Ilmu Keperawatan di STIKES Bina Usada Bali.
2. Kepala Puskesmas Abiansemal I atas ijin yang telah diberikan untuk menjadikan Puskesmas Abiansemal I menjadi lokasi penelitian.
3. Ns. I Putu Artha Wijaya, S. Kep., M. Kep. selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Bina Usada Bali yang telah banyak memberikan saran dan dorongan dalam menyelesaikan skripsi ini.

4. dr.I Nyoman Suartha,M.Repro selaku penguji utama yang bersedia meluangkan waktu untuk menguji dan telah banyak memberikan masukan,pengetahuan dan bimbingan dalam menyempurnakan skripsi ini.
5. Ns. Putu Wira Kusuma Putra, S.Kep., M. Kep selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Anak Agung Kompiang Ngurah Darmawan, SE., MM selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih kurang sempurna, oleh karena itu peneliti sangat mengharapkan segala saran serta kritik yang sifatnya membangun dalam rangka memperbaiki dan menyempurnakan skripsi ini. Semoga proposal ini bermanfaat bagi semua pihak. Akhir kata peneliti mengucapkan terimakasih.

Mangupura, 18 Januari 2023

I Ketut Mardi Antara

## DAFTAR ISI

<b>JUDUL COVER</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN</b> .....	<b>v</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xvi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>10</b>
A. Konsep Hipertensi.....	10
1. Definisi Hipertensi .....	10
2. Faktor-Faktor Risiko Hipertensi .....	11
B. Konsep Stress .....	14
1. Definisi Stres.....	14
2. Hal-Hal Yang Menyebabkan Stres.....	15
3. Gejala Stres .....	16

4.	Penggolongan Stres .....	16
5.	Tingkat Stres .....	18
6.	Skala Pengukuran Stres .....	19
7.	Dampak Stres .....	20
C.	Konsep Kolesterol.....	21
1.	Definisi Kolesterol .....	21
2.	Jenis Kolesterol.....	23
3.	Klasifikasi Kolesterol .....	24
4.	Faktor Resiko .....	25
5.	Faktor Yang Mempengaruhi Kadar Kolesterol .....	26
6.	Penatalaksanaan Kolesterol .....	27
D.	Hubungan Tingkat Stress Dengan Kadar Kolesterol Dan Tekanan Darah Pasien Dengan Hipertensi .....	28
E.	Kerangka Teori .....	30
<b>BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI OPERASIONAL .....</b>		<b>31</b>
A.	Kerangka Konsep.....	31
B.	Variabel Penelitian.....	32
C.	Hipotesis Penelitian.....	32
D.	Definisi Operasional .....	32
<b>BAB IV METODE PENELITIAN .....</b>		<b>34</b>
A.	Rancangan Penelitian .....	34
B.	Populasi dan Sampel .....	34
1.	Populasi .....	34
2.	Sampel .....	35
C.	Tempat Penelitian .....	37
D.	Waktu Penelitian.....	37
E.	Etika Penelitian .....	37
1.	Prinsip Manfaat .....	38
2.	Prinsip Meghargai Hak Asasi Manusia (Respect Human Dignity) .....	39
3.	Prinsip Keadilan (Right to Justice) .....	40

F. Alat Pengumpulan Data .....	41
1. Instrumen Penelitian.....	41
2. Validitas dan Reliabilitas .....	42
G. Prosedur Pengumpulan Data .....	43
1. Pengumpulan Data Secara Administrasi .....	43
2. Pengumpulan Data Secara Teknis.....	44
H. Pengolahan Data .....	45
1. Pengumpulan Data .....	45
2. Analisis Data.....	47
<b>BAB V.....</b>	<b>49</b>
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	49
B. Karakteristik Responden .....	50
1. Mengidentifikasi Karakteristik Responden .....	50
C. Analisa Univariat.....	52
1. Mengidentifikasi Tingkat Stress Pasien dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Abiansemal I .....	52
2. Mengidentifikasi Kadar Kolesterol Pasien dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Abiansemal I.....	53
3. Mengidentifikasi Tekanan Darah Pasien dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Abiansemal I .....	53
D. Analisis Bivariat .....	54
1. Menganalisa Hubungan Tingkat Stress dengan Kadar Kolesterol Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Abiansemal I.....	54
2. Menganalisa Hubungan Tingkat Stress dengan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Abiansemal I.....	55
<b>BAB VI.....</b>	<b>56</b>
A. Interpretasi Penelitian.....	56
1. Mengidentifikasi Tingkat Stress Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Abiansemal I .....	56
2. Mengidentifikasi Kadar Kolesterol Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Abiansemal I .....	58

3. Mengidentifikasi Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Abiansemal I .....	60
B. Keterbatasan Penelitian .....	66
C. Implikasi terhadap Pelayanan, Pendidikan, dan Penelitian .....	66
1. Pelayanan Keperawatan.....	66
2. Pendidikan Keperawatan .....	67
3. Penelitian Keperawatan .....	67
<b>BAB VII.....</b>	<b>68</b>
A. Simpulan.....	68
B. Saran.....	69
1. Bagi Pelayanan Keperawatan .....	69
2. Bagi Pendidikan Keperawatan.....	69
3. Peneliti Selanjutnya.....	70
4. Masyarakat .....	70

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 2.2</b> Klasifikasi Kolesterol LDL .....	23
<b>Tabel 2.3</b> Klasifikasi Kolesterol HDL.....	24
<b>Tabel 2.4</b> Klasifikasi Kolesterol Total .....	24
<b>Tabel 3.1</b> Definisi Operasional .....	28
<b>Tabel 4.1</b> Tabel Kategori DASS 42 .....	40
<b>Tabel 5.1</b> Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	51
<b>Tabel 5.2</b> Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	51
<b>Tabel 5.3</b> Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan.....	51
<b>Tabel 5.4</b> Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan.....	52
<b>Tabel 5.5</b> Hasil Identifikasi Tingkat Stress Pasien Hipertensi .....	52
<b>Tabel 5.6</b> Hasil Identifikasi Kadar Kolesterol Pasien Hipertensi .....	52
<b>Tabel 5.7</b> Hasil Identifikasi Tekanan Darah Pasien Hipertensi .....	53
<b>Tabel 5.8</b> Hasil Analisis Hubungan Tingkat Stress Dengan Kadar Kolesterol .....	54
<b>Tabel 5.9</b> Hasil Analisis Hubungan Tingkat Stress Dengan Tekanan Darah .....	54

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 2.1.</b> Kerangka Teori .....	29
<b>Gambar 3.1.</b> Kerangka Konsep .....	30

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Jadwal Penelitian

Lampiran 2: Surat Permohonan Melakukan Penelitian

Lampiran 3: Surat Ijin Melakukan Penelitian

Lampiran 4: Lembar Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 5: Lembar Persetujuan Menjadi Responden (*Inform Consent*)

Lampiran 6: Kuesioner *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS-14) - (*Stress Only*)

Lampiran 7: Master Tabel Penelitian

Lampiran 8: Output SPSS Penelitian

Lampiran 9: Lembar Bimbingan Proposal

## DAFTAR PUSTAKA

- agustina, W., Oktafirnanda, Y., & Wardiah, W. (2018). Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Wanita Usia Reproduksi Di Wilayah Kerja Puskesmas Langsa Lama Kota Langsa. *Jurnal Bidan Komunitas*, 1(1), 48–57.
- Ardiansyah, S., Sari, N. W., Sulistiawati, F., Kusmana, O., Mumthi'ah Al Kautsar, A., Saputra, A. W., Priskusanti, R. D., Hidayah, M. S., Meilinda, V., & Rafsanjani, T. M. (2022). *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Ashilah, M. H. (2023). *Hubungan Antara Kadar Kolesterol Ldl, Kadar Hba1c Dan Hipertensi Dengan Derajat Retinopati Diabetik Di Poli Klinik Mata Rsud Dr H Abdul Moeloek Provinsi Lampung*.
- Atmaja, R. F. D., Shari, A., Radhina, A., Sari, M. P., Ak, A., Aruan, M., Amelia, R., Imun, M., Marni Tangkelangi, S. K. M., & Aini, S. S. (2022). *Teori Biokimia Dasar*. Pt. Scifintech Andrew Wijaya.
- Aulia Mutiara Hikmah, A., Dodik Luthfianto, D., & Dkk, D. (2022). *Buku Ajar Biokimia*. Feniks Muda Sejahtera.
- Bhernadetta, B. C. U. (2022). Hubungan Kadar Kolesterol Ldl Dengan Hipertensi Pada Pasien Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) Di Puskesmas Sri Bhawono Lampung Timur. *Jurnal Analis Kesehatan*, 1(4), 1–11.
- Botutihe, F., & Km, S. (2022). *Aktivitas Fisik Dan Tingkat Stres Dengan Gangguan Pola Menstruasi*. Cv. Ruang Tentor.
- Dermawan, A. A. (2022). *Profil Kadar Kolesterol Total Pasien Rawat Jalan Di Puskesmas Sukaraja Kota Bandar Lampung Tahun 2021*. Poltekkes Tanjungkarang.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Badung. (2021). *Profil Kesehatan Kabupaten Badung 2021*.
- Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2020). *Profil Kesehatan Provinsi Bali Tahun 2018*.
- Diputra, I., Lorensia, A., Septinellya, C. F., & Aditama, I. (2022). *Omega-3 Dan Dislipidemia*. Direktorat Penerbitan Dan Publikasi Ilmiah Universitas Surabaya.
- Ekawati, H., Martini, D. E., & Rohmawati, A. R. (2022). Hubungan Stress Dengan Derajat Morning Sickness Pada Ibu Hamil Trimester 1 Dan 2 Di Desa Sukobendu Kecamatan Mantup Kabupaten Lamongan. *Surya: Jurnal Media Komunikasi Ilmu Kesehatan*, 14(3), 99–107.
- Eko Prabowo. (2014). *Konsep & Aplikasi Asuhan Keperawatan Jiwa*. Nuha Medika.

- Faridah, U., Rusnoto, R., & Fatmalsari, G. A. (2022). Hubungan Antara Stres Dengan Kejadian Hipertensi Di Rsud Dr. Raden Soedjati Soemodiarjo Purwodadi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 13(1), 356–359.
- H Arifien Jahri W, A. P. M. (2022). *Shaum Chemistry*. Amzah.
- Harahap. (2019). Gambaran C-Reaktif Protein Pada Penderita Hipertensi Di Rsud Dr. Pirngadi Medan. *Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan Jurusan Analisis Kesehatan*.
- Harahap, S., & Siringoringo, E. (2016). Aktivitas Sehari-Hari Pasien Stroke Non Hemoragik Di Rsud Dr . Pirngadi Medan. *Keperawatan Medikal Bedah*, 69–73.
- Hasanah, U. (2022). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Desa Jelbudan Kecamatan Dasuk*. Universitas Wiraraja.
- Hidayanti, W. P., Mursudarinah, M., & Noorratri, E. D. (2020). *Menurunkan Tekanan Darah Tinggi Dengan Jus Labu Siam Menggunakan Media Booklet*. Universitas'aisyiyah Surakarta.
- Hidayat, A. (2016). *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar*. Salemba Medika.
- Irmayanti, A. (2023). *Zat Gizi Makro (Karbohidrat, Protein Dan Lemak)*.
- Khotimah, K., Sihombing, K. P., Limbong, M., Shintya, L. A., Purnamasari, N., Hidayah, N., Saputra, B. A., Panjaitan, M. D., & Siringoringo, S. N. (2022). *Penyakit Gangguan Sistem Tubuh*. Yayasan Kita Menulis.
- Kote, J. C. N. (2023). Efektivitas Daun Sirsak (*Annona Muricata* L.) Sebagai Penurun Kadar Kolesterol. *Journal Transformation Of Mandalika (Jtm) E-Issn 2745-5882 P-Issn 2962-2956*, 4(2), 166–171.
- Kurniawan, A., Athiroh, A. I., Zahro, C. F., Rohma, H. A., & Khotimah, H. (2022). *Evidence Based Nursing Perbedaan Tekanan Darah Sistolik Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Terap Relaksasi Benson Di Wisma Sri Tanjung Upt Pstw Banyuwangi*.
- Kurniawan, I., & Sulaiman, S. (2019). Hubungan Olahraga, Stress Dan Pola Makan Dengan Tingkat Hipertensi Di Posyandu Lansia Di Kelurahan Sudirejo I Kecamatan Medan Kota. *Journal Of Health Science And Physiotherapy*, 1(1), 10–17.
- Lestari. (2015). *Kumpulan Teori Untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan (Pertama)*. Nuha Medika.
- Luthfiah, S., Wijayanti, A. R., Kuntoadi, G. B., Sulistiawati, F., Arma, N., Mustamu, A. C., Kushayati, N., Rubiyanti, R., Kaseger, H., & Avelina, Y. (2022). *Penyakit Sistem Kardiovaskuler*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.

- Muhith & Siyoto. (2016). *Pendidikan Keperawatan Gerontik*. Cv Andi Offset.
- Murniasih, N. N. (2019). *Gambaran Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro Dan Status Gizi Pasien Hipertensi Komplikasi Jantung Yang Di Rawat Inap Di Rumah Sakit Umum Bangli*. Poltekkes Denpasar.
- National Health Service Uk. (2022). *What Is High Cholesterol?*
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Pt Rineka Cipta. <https://doi.org/10.1590/S1516-18462008000300012>
- Notoatmojo. (2018). *Motodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Salemba Medika.
- Oktaviana, Sherli Kurnia. Uyun, Qurrotul. Kumolohadi, R. R. (2019). *Forgiveness Therapy To Reduce The Level Of Anxiety Among The Adolescents As The Violence Victims*.
- Perki. (2015). Pedoman Tatalaksana Penyakit Kardiovaskular. In *Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia (Pertama)*.
- Perwiraningtyas, P., Ka'arayeno, A. J., & Rosdiana, Y. (2023). Pemeriksaan Indeks Masa Tubuh, Lingkar Perut, Kadar Gula Darah, Asam Urat, Kolesterol Dan Konsultasi Kesehatan Pada Lansia. *Jurnal Lentera*, 3(1), 8–15.
- Pratiwi, I. (2022). *Gambaran Kadar Kolesterol Total Pada Lansia Di Banjar Tengah Desa Adat Sempidi Kabupaten Badung Provinsi Bali*. Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Teknologi Laboratorium Medis 2022.
- Priyoto. (2014). *Konsep Manajemen Stres*. Nuha Medika.
- Purba, D. H., Trisutrisno, I., Atmaka, D. R., Yunianto, A. E., Kristianto, Y., Lusiana, S. A., Aji, Y. G. T., Ramdany, R., Nurhamzah, L. Y., & Betaditya, D. (2022). *Ilmu Gizi*. Yayasan Kita Menulis.
- Rahman, I. A., Waluyo, E. M. J., & Darmawan, S. A. (2021). The State Of Cholesterol Level In Hypertension In Sadananya Health Center. *Jurnal Mutiara Ners*, 4(2), 80–85.
- Rahman, N. F. A. (2022). *Hubungan Gaya Hidup Dengan Kadar Kolesterol Total Pada Pegawai Obesitas Di Universitas Hasanuddin= Associated Of Lifestyle And Total Cholesterol Levels In Obese Employees At Hasanuddin University*.
- Rahmayani, S. T. (2019). Faktor-Faktor Risiko Kejadian Hipertensi Primer Pada Usia 20-55 Tahun Di Poliklinik Penyakit Dalam Rsud 45 Kuningan. *Syntax*, 1(4).
- Reni, W. (2018). Hubungan Antara Tingkat Stress Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Bodronoyo Kelurahan Ngegong Kecamatan Manguharjo

- Kota Madiun. *Keperawatan*, 1(1), 1–12.
- Salmawaty, P., & Irma, R. (2019). *Gambaran Konsumsi Natrium Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kolaka Kabupaten Kolaka*. Poltekkes Kemenkes Kendari.
- Sanger, A. Y., & Lainsampatty, F. (2022). Stres Dan Komponen Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Nutrix Journal*, 6(1), 1–8.
- Sanitasari, R. D., Andreswari, D., & Purwandari, E. P. (2017). Sistem Monitoring Tumbuh Kembang Anak Usia 0-5 Tahun Berbasis Android. *Journal Rekursif*, 5(1), 1–10.
- Savitri, E. W. (2022). *Buku Ajar Gizi Dan Diet Untuk D3 Keperawatan: Sesuai Kurikulum Update-2018*. Penerbit Nem.
- Sawitri, H., & Maulina, N. (2022). Gambaran Kadar Profil Lipid Pada Lansia Di Panti Jompo Kota Lhokseumawe Tahun 2021. *Galenical: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Mahasiswa Malikussaleh*, 1(2), 53–58.
- Sayekti, X. W., Widiastuti, S. K., & Setiawati, E. M. (2022). *Hubungan Tingkat Stres Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Rs Pku Muhammadiyah Bantul*. Universitas' Aisyiyah Yogyakarta.
- Setyawati, S. (2022). *Gambaran Pola Konsumsi Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kalumpang Kabupaten Mamuju= Description Of Consumption Patterns Of Hypertension Patient In Kalumpang Health Center Mamuju Regency*. Universitas Hasanuddin.
- Simanjuntak, G. I. (2022). *Asupan Lemak Dan Serat Terhadap Kadar Kolesterol Pada Penderita Penyakit Jantung Koroner (Study Literature)*. Poltekkes Tanjungkarang.
- Simaremare, D. D., & Silaban, R. (2023). *Biokimia Metabolisme*. Uwais Inspirasi Indonesia.
- Song, J.-J., Ma, Z., Wang, J., Chen, L.-X., & Zhong, J.-C. (2020). Gender Differences In Hypertension. *Journal Of Cardiovascular Translational Research*, 13, 47–54.
- Sugiyono. (2012). *Statistik Untuk Penelitian*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan Rd*. Alfabeta.
- Sulaiman, Y., Sebba, A. K., Dina, D., Rifai, A., Alawiyah, T., Putri, S. A., & Wulandari, E. (2022). *Dasar-Dasar Ilmu Gizi*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Sundari, L., & Bangsawan, M. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan

- Kejadian Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 11(2), 216–223.
- Tandra, H. (2022). *Imun Hebat, Tubuh Kuat*. Gramedia Pustaka Utama.
- Tandra, H. (2023). *Dari Diabetes Menuju Mata, Hati, Dan Seks*. Gramedia Pustaka Utama.
- Utama, Y. A., & Nainggolan, S. S. (2022). Faktor Resiko Yang Mempengaruhi Kejadian Stroke: Sebuah Tinjauan Sistematis. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 22(1), 549–553.
- Visca Elvira Yandani, P., Yulita, H., & Anwar, K. K. (2020). *Hubungan Kadar Kolesterol Dan Stres Dengan Hipertensi Pada Usia Menopause*. Poltekkes Kemenkes Kendari.
- Who. (2019). *A Global Brief On Hypertension: Silent Killer, Global Public Health Crisis*.
- Wicaksono, S. (2019). Angka Kejadian Peningkatan Tekanan Darah (Hipertensi) Pada Lansia Di Dusun 1 Desa Kembangseri Kecamatan Talang Empat Bengkulu Tengah Tahun 2015. *Jurnal Kedokteran Raflesia*, 5(1), 1–6.
- Wilandari, S. N. K. (2020). *Status Kegemukan, Asupan Natrium Dan Tekanan Darah Sistolik Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Timur*. Poltekkes Denpasar.
- Yanita, N. I. S. (2022). *Berdamai Dengan Hipertensi*. Bumi Medika.