

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi pada remaja didasarkan pada konsep tekanan darah meningkat seiring dengan bertambahnya usia dan ukuran tubuh. Klasifikasi tekanan darah berbeda antara dewasa dan remaja. Hipertensi pada remaja (11-17) tahun terjadi apabila tekanan darah sebesar 130-139/80-89 mmHg atau >95 persentil dan ditambah 11mmHg (Ida Yuliani et al., 2023). Hipertensi yang terjadi pada usia remaja seringkali berawal dari faktor kegemukan atau obesitas. Selain itu, jika ada anggota keluarga yang menderita hipertensi juga menjadi faktor dominan terjadinya hipertensi pada usia remaja (Wardani et al., 2025).

Hipertensi bukanlah penyakit genetik murni, melainkan kondisi multifaktorial yang dipengaruhi oleh interaksi genetik dan lingkungan, di mana faktor genetik berperan signifikan pada hipertensi esensial atau primer yang paling umum (Tambunan et al., 2026). Faktor genetik seperti riwayat keluarga hipertensi meningkatkan risiko pada remaja, dengan studi menunjukkan remaja dengan orang tua hipertensif memiliki risiko 2-4 kali lebih tinggi untuk mengalami peningkatan tekanan darah, meskipun satu penelitian menemukan tidak ada hubungan signifikan. Risiko ini didasari poligenik, melibatkan varian gen seperti ACE, ADDI, dan LSS yang memengaruhi homeostasis natrium, sistem renangiotensin, serta inflamasi yang sudah terdeteksi pada remaja melalui *genetic risk score* (GRS) (H.J Ina et al., 2020).

Menurut data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2023, prevalensi hipertensi global pada remaja usia 10-19 tahun diperkirakan mencapai kisaran 4-7% di berbagai negara berpenghasilan rendah hingga menengah, dengan tren peningkatan signifikan akibat faktor gaya hidup dan genetik (WHO, 2023). Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, dari total populasi pasien hipertensi yang didiagnosis dokter di seluruh Indonesia, sekitar 0,4% hingga 1,8% tergolong kelompok usia muda yakni 18-24 tahun dan 25-34 tahun, sementara pengukuran tensimeter menunjukkan angka lebih tinggi yaitu 10,7% untuk usia 18-24 tahun dari keseluruhan prevalensi nasional 34,11%, menandakan proporsi remaja yang relatif kecil namun mengkhawatirkan. Sedangkan prevalensi

hipertensi di Kalimantan Tengah berkisaran antara 38-41%, lebih tinggi dibandingkan rata-rata nasional (Survei Kesehatan Indonesia, 2023).

Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Kotawaringin Barat menunjukkan bahwa pada tahun 2024 jumlah penderita hipertensi mencapai 16.787 orang dan meningkat menjadi 19.375 orang pada tahun 2025, sehingga terjadi peningkatan sekitar 15,42%. Jumlah penderita hipertensi tertinggi di antara seluruh puskesmas di Kabupaten Kotawaringin Barat terdapat di Wilayah Kerja Puskesmas Arut Selatan dan Puskesmas Madurejo, yaitu sebanyak 2.512 di wilayah kerja Puskesmas Madurejo (Dinas Kesehatan Kabupaten Kotawaringin Barat, 2025).

Faktor risiko hipertensi pada remaja dikategorikan menjadi dua kelompok utama, yakni yang tidak dapat dimodifikasi seperti riwayat keluarga, jenis kelamin, dan usia biologis, serta yang dapat dimodifikasi termasuk indeks massa tubuh (IMT) yang berlebih, tingkat stres akademik tinggi, kurangnya aktivitas fisik, pola makan tinggi natrium, dan kebiasaan merokok, di mana interaksi keduanya sering mempercepat onset kondisi ini pada usia muda (Wardani et al., 2025). Secara khusus, IMT yang tinggi sebagai indikator obesitas merupakan faktor risiko modifikasi utama dengan odds ratio mencapai 4,85 kali lebih besar untuk memicu hipertensi, sebagaimana dibuktikan dalam kajian literatur terkini yang menganalisis data cross-sectional dari remaja Indonesia, di mana peningkatan adipositas visceral mengganggu regulasi vaskular dan homeostasis renin-angiotensin (Widyasari, 2021). Stres akademik kronis menyebabkan aktivasi simpatis dan disregulasi kortisol. Sebuah studi tahun 2026 menemukan korelasi yang signifikan antara beban tugas sekolah, BMI, dan peningkatan tekanan darah, namun hasil yang beragam pada hubungan langsung menyoroti perlunya strategi manajemen stres seperti mindfulness untuk mengurangi risiko (Adinda et al., 2026).

Permasalahan gizi pada remaja cenderung didominasi oleh kelebihan berat badan dan kekurangan berat badan. Saat ini terdapat berbagai metode pengukuran antropometri tubuh yang dapat digunakan sebagai skrining. Metode tersebut antara lain pengukuran indeks massa tubuh (IMT) (Atmojo et al., 2020).

Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah indikator status gizi yang paling umum digunakan dalam studi kesehatan karena praktis, dapat diandalkan, dan dapat

menggambarkan risiko kesehatan populasi remaja secara umum (Prayudho et al., 2026). Studi terbaru tahun 2024 dengan hasil dari penelitian yang dilakukan Putri et al (2024) mengintegrasikan data (IMT) untuk mengkuantifikasi prevalensi overweight mencapai 15–20% di kalangan remaja Indonesia, merekomendasikan intervensi gizi berbasis grafik Z-score guna mencegah progresi ke sindrom metabolik dewasa (Putri et al., 2024).

Sedangkan stres akademik pada remaja didefinisikan sebagai respon emosional, kognitif, dan fisiologis negatif terhadap tuntutan akademik seperti beban tugas berat, tekanan ujian, serta ekspektasi prestasi tinggi dari orang tua atau institusi pendidikan, yang sering kali memicu disregulasi sumbu hipotalamus-pituitari-adrenal (HPA) sehingga meningkatkan kadar kronik kortisol dan mengganggu homeostasis neuroendokrin (Benítez-agudelo et al., 2025). Fenomena stres akademik yang rentan menimpa remaja usia 14–18 tahun akibat dinamika transisi biologi dan sosial yang rumit mencatatkan prevalensi 40–60% di kalangan siswa tingkat menengah atas, dengan konsekuensi nyata berupa degradasi fungsi kognitif, insomnia persisten, serta potensi komorbiditas seperti gangguan kecemasan umum dan mayor depresi. Rentang angka ini didukung oleh survei Kementerian Kesehatan Alma Ata (2026), yang melaporkan 34,7% remaja mengalami stres klinis akibat tekanan akademik dan paparan media sosial, selaras dengan temuan Jurnal Gadjah Mada JPP (2022) yang mengidentifikasi 74% prevalensi stres tinggi pada kelompok usia serupa melalui regresi linier berganda (Salsabila et al., 2022).

Penelitian terdahulu secara konsisten mengatakan terdapat hubungan signifikan antara indeks massa tubuh (IMT) yang meningkat dengan kejadian hipertensi pada remaja, sebagaimana dibuktikan oleh Hasil penelitian Liana Rica Mon Via & Mondastri Korib Sudaryo (2023), menunjukkan sebesar 15,83% remaja mengalami hipertensi. IMT berhubungan dengan terjadinya hipertensi pada remaja. Remaja kategori gemuk memiliki risiko hipertensi sebesar 2,082 kali dibandingkan remaja yang tidak gemuk (Liana Rica Mon Via, 2023). Demikian pula, survei cross-sectional pada siswa SMA Ternate menemukan tingkat stres bersama aktivitas fisik rendah berkorelasi dengan hipertensi pada 45 dari 214 subjek, mengintegrasikan efek sinergis stres akademik melalui aktivasi sumbu

HPA yang memperparah elevasi tekanan darah (Fera et al., 2025). Kajian Jurnal STIKES Pemkab Jombang (terbaru 2023) semakin memperkuat temuan ini dengan signifikansi hasil diketahui ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin, indeks massa tubuh dan gaya hidup dengan kenaikan tekanan darah (Mumpuni Dwiningtyas, 2023).

Menurut studi pendahuluan yang di lakukan dengan 10 sampel di Sman 2 Pangkalan Bun menunjukan hasil bahwa imt yang buruk dan tingkat stres akademik dengan kejadian hipertensi pada remaja ada hubungan. Dengan 7 dari 10 responden mengalami hipertensi dengan tensi paling tinggi yaitu 168/112 dengan IMT 31,2 (Obesitas) dengan tingkat stres akademik rata-rata skor >95 dengan skor tertinggi 97 (Tinggi). Dari studi yang dilakukan membuktikan bahwa ada Hubungan signifikan antara Imt, Tingkat Stres Akademik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Remaja Di Wilayah Kerja Puskesmas Madurejo.

B. Rumusan Masalah

- a. Apakah ada Hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) Dengan Kejadian Hipertensi Pada Remaja Di Wilayah Kerja Puskesmas Madurejo?
- b. Apakah ada Hubungan Antara Tingkat Stres Akademik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Remaja Di Wilayah Kerja Puskesmas Madurejo?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui lebih dalam tentang hubungan indeks masa tubuh (IMT) dan tingkat stres akademik dengan kejadian hipertensi pada remaja di wilayah kerja puskesmas madurejo.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi prevalensi kejadian hipertensi pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Madurejo.
- b. Mengidentifikasi indeks massa tubuh (IMT) pada remaja di wilayah kerja puskesmas madurejo.
- c. Mengidentifikasi tingkat stres akademik pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Madurejo.
- d. Hubungan antara indeks massa tubuh (IMT) dengan kejadian hipertensi pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Madurejo.

- e. Hubungan antara tingkat stres akademik dengan kejadian hipertensi pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Madurejo

D. Manfaat Penelitian

- a. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi dan dapat dijadikan sebagai data dasar untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan hubungan indeks masa tubuh (IMT) dan tingkat stres akademik dengan kejadian hipertensi pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Madurejo.

- b. Bagi responden

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan untuk meningkatkan pengetahuan tentang hubungan indeks masa tubuh (IMT) dan tingkat stres akademik dengan kejadian hipertensi pada remaja di wilayah kerja puskesmas madurejo.

- c. Bagi institusi

Dapat dijadikan sebagai data baru dan memberikan perkembangan ilmu pengetahuan dan penelitian kesehatan tentang hubungan indeks masa tubuh (IMT) dan tingkat stres akademik dengan kejadian hipertensi pada remaja di wilayah kerja puskesmas madurejo.

- d. Bagi peneliti selanjutnya

Dapat dijadikan sebagai sumber referensi dan menjadi bahan untuk penelitian selanjutnya yang serupa tentang Hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) Dan Tingkat Stres Akademik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Remaja khususnya remaja yang berada di wilayah kerja puskesmas madurejo.

A. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No.	Nama peneliti/tahun	Judul	Desain penelitian	Hasil	Perbedaan
1.	Kurnia Ramadhan, Fonda Octarianingsih Sharrif, Veronica Ela Rimawati, Dessy Hermawan, (2026)	Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa Prodi Pendidikan Dokter Universitas Malahayati (Angkatan 2021-2023)	desain penelitian ini kuantitatif dengan menggunakan <i>cross sectional</i> dan menggunakan analisis univariat dan bivariat.	Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara tingkat stres dan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Malahayati angkatan 2021–2023.	Peneliti sebelumnya hanya berfokus pada variabel tingkat stres dengan Indeks Masa Tubuh. Variabel yang akan diteliti berfokus pada hubungan antar indeks masa tubuh (IMT) dan tingkat stres akademik dengan kejadian hipertensi pada remaja.
2.	Fera The, Ryan Rinaldy Marsaoly, Andri William Johan Imbar (2025)	Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Pada Remaja Di Sma Negeri 10 Kota Ternate	Desain penelitian ini menggunakan <i>cross-sectional</i> dengan analisa <i>univariat dan bivariat</i> . Teknik pengambilan sample pada penelitian ini adalah <i>total sampling</i> .	Hasil penelitian ini menetapkan korelasi yang signifikan antara aktivitas fisik kebugaran, dan tingkat stres dengan kejadian hipertensi remaja.	Peneliti sebelumnya meneliti aktivitas fisik kebugaran, dan tingkat stres dengan kejadian hipertensi remaja. Variabel yang akan diteliti berfokus pada hubungan antar indeks masa tubuh (IMT) dan tingkat stres akademik dengan kejadian hipertensi pada remaja.

3.	Jeny Putri, Nita Sukamti, Millya Helen (2024)	Hubungan Stress Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Awal Di Puskesmas Kebon Jeruk	Tingkat	Desain penelitian ini menggunakan <i>cross sectional</i> dengan analisa <i>ChiS Square</i>	Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan tingkat stress dengan kejadian hipertensi.	Perbedaannya pada variabel peleitian sebelumnya tidak meneliti tentang hubungan indeks masa tubuh (IMT) dan tingkat stres akademik.
4.	Mumpuni Dwiningtyas (2023)	Deteksi Dini Risiko Hipertensi Dan Edukasi Kesehatan Pada Mahasiswa Program Studi D-Iii Keperawatan Stikes Pemkab Jombang	Risiko Dan	Desain penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan analisis <i>univariat</i> dan <i>bivariat</i> .	Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan antara usia dengan tekanan darah, bahwa subjek penelitian dengan usia remaja akhir yang memiliki tekanan darah tinggi.	Penelitian sebelumnya tidak meneliti variabel tingkat stres akademik Variabel yang akan diteliti berfokus pada hubungan antar indeks masa tubuh (IMT) dan tingkat stres akademik dengan kejadian hipertensi pada remaja.
5.	Liana Rica Mon Via, Mondastri Korib Sudaryo, (2021)	Hubungan Massa Tubuh dan Hipertensi Pada Remaja	Indeks	Desain Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan rancangan <i>cross sectional</i> .	Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara indeks masa tubuh dan hipertensi.	Peneliti sebelumnya berfokus pada variabel IMT dan Hipertensi. Variabel yang akan diteliti berfokus pada hubungan antar indeks masa tubuh (IMT) dan tingkat stres akademik dengan kejadian hipertensi pada remaja.

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) dan Tingkat Stres Akademik dengan Kejadian Hipertensi Pada Remaja di Wilayah Kerja Puskesmas Madurejo, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Kejadian Hipertensi pada Remaja di Wilayah Kerja Puskesmas Madurejo, sebagian besar berada pada kategori hipertensi sebanyak 54 responden (54,0%)
2. Indeks Massa Tubuh (IMT) di Wilayah Kerja Puskesmas Madurejo, sebagian besar memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) dalam kategori kekurangan berat badan sebanyak 52 responden (52,0%).
3. Tingkat Stres Akademik di Wilayah Kerja Puskesmas Madurejo, Sebagian besar memiliki Tingkat stress akademik sedang sebanyak 57 responden (57,0%).
4. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kategori Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan tekanan darah pada remaja, berdasarkan hasil uji Spearman Rank dengan nilai $p\text{-value} = 0,934$ ($p > 0,05$) dan koefisien korelasi sebesar $-0,008$. Nilai korelasi tersebut menunjukkan arah tidak ada hubungan antara kedua variabel.
5. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres akademik dengan kejadian hipertensi pada remaja, berdasarkan hasil uji Spearman Rank dengan nilai $p\text{-value} = 0,607$ ($p > 0,05$) dan koefisien korelasi sebesar $0,052$. Nilai korelasi tersebut menunjukkan tidak terdapat hubungan antara kedua variabel.

B. Saran

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi dan dapat dijadikan sebagai data dasar untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan Hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) Dan Tingkat Stres Akademik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Remaja Di Wilayah Kerja Puskesmas Madurejo.

2. Bagi Responden

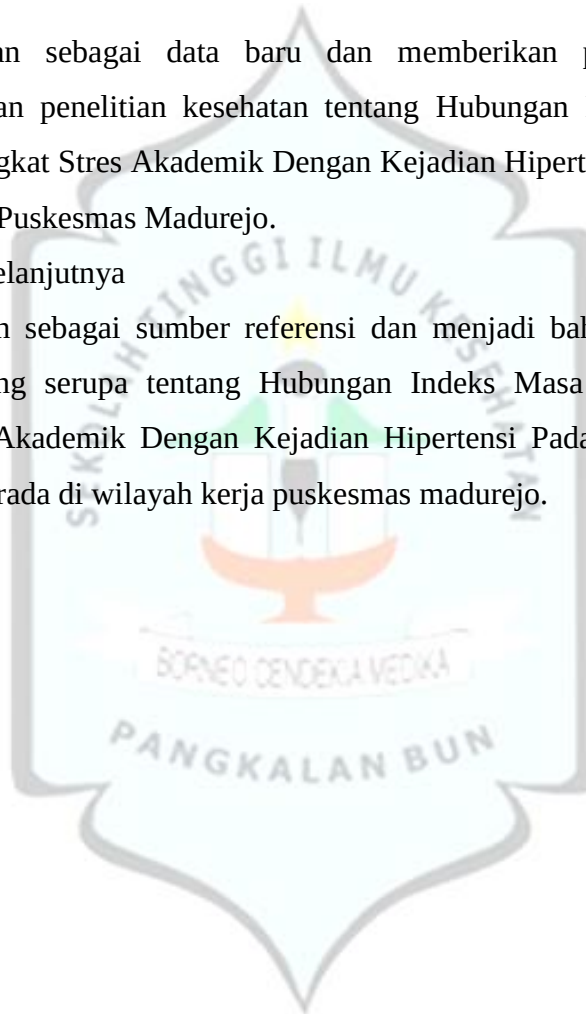
Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan untuk meningkatkan pengetahuan tentang Hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) Dan Tingkat Stres Akademik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Remaja Di Wilayah Kerja Puskesmas Madurejo.

3. Bagi Institusi

Dapat dijadikan sebagai data baru dan memberikan perkembangan ilmu pengetahuan dan penelitian kesehatan tentang Hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) Dan Tingkat Stres Akademik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Remaja Di Wilayah Kerja Puskesmas Madurejo.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat dijadikan sebagai sumber referensi dan menjadi bahan untuk penelitian selanjutnya yang serupa tentang Hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) Dan Tingkat Stres Akademik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Remaja khususnya remaja yang berada di wilayah kerja puskesmas madurejo.



DAFTAR PUSTAKA

- Ade, A. H. (2019). *Students Academic Stress and Implications in Counseling*. 1(3), 1–7. <https://doi.org/10.24036/00130kons2019>
- Adinda, P., Bella, C., & Rosyid, F. N. (2026). *Hubungan Tingkat Stres Ujian Dengan Status Tekanan Muhammadiyah Surakarta*. 10, 1690–1695. 10, 1690–1695.
- Alamsyah, N. N. (2019). *hubungan antara tingkat stres akademik dengan perilaku merokok pada siswa man bangkalan*.
- Alexis, K., & Panoluisa, L. (2022). *Diagnóstico enfermero: Estrés por sobrecarga académica en estudiantes de bachillerato Nursing diagnosis: Stress due to academic overload in high school students*. <https://doi.org/10.56294/saludcyt2022129>
- Andi Arsi, H. (2021). *Realibilitas Instrumen Dengan Menggunakan Spss*. 1–8.
- Ariesta, I. (2024). *hubungan antara asupan lemak dan natrium dengan kejadian hipertensi di rawat inap RSUD Lamandau*. 2, 306–312.
- Atmojo. (2020). Analysis Of Body Pressure (BMI) With Blood Pressure On Students. *Journal of Health Research*, 3(2), 123–130. <https://jurnal.stikesmus.ac.id/index.php/avicenna>
- Bella Puspita, Senja Atika Sari HS, L. (2026). *Implementasi Relaksasi Autogenik Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi*. 6, 83–92.
- Benítez-agudelo, J. C., Restrepo, D., & Navarro-jimenez, E. (2025). *Longitudinal effects of stress in an academic context on psychological well-being , physiological markers , health behaviors , and academic performance in university students*.
- Binta, A., Jannah, N., Kholili, I., & Hidayat, R. R. (2022). *Stres Akademik dalam Mengikuti Pembelajaran Jarak Jauh : Perbedaan Gender*. 6(1).
- Calista Haniifa Elviani. (2026). *Penatalaksanaan Dan Target Tekanan Darah Pada Hipertensi Urgensi : Laporan Kasus*. 10(April), 593–600.
- Desfita, S., Azzahra, M., Zulriyanti, N., Putri, M. N., Anggraini, S., Hang, U., & Pekanbaru, T. (2024). *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas (Journal of Community Health Service)*. 4(2), 62–70.
- Dika Lukitaningtyas, E. A. C. (2023). *Penyakit Tidak Menular Hipertensi. Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 2(April), 100–117.
- Fera, Marsaoly, R. R., William, A., & Imbar, J. (2025). *Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Pada Remaja Di Sma Negeri 10 Kota Ternate. Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9, 5382–5395.
- H.J Ina, S., Selly, J. B., & T. Feoh, F. (2020). *Analisis Hubungan Faktor Genetik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda (19-49 Tahun) Di Puskesmas Bakunase Kota Kupang Tahun 2020. CHMK Health Journal*, 4(September), 217–221.
- Halim, F., Wahyudi, A., Asiani, G., & Husada, B. (2025). *Analisis Faktor Risiko Kejadian*

- Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Karang Raja Kota Prabumulih. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 54–63.
- Ibnu, F. (2025). *Deteksi Faktor Risiko Hipertensi Yang Dapat Dimodifikasi Dalam Upaya Perilaku Pencegahan Klien Hipertensi*.
- Ida Yuliani, Lisus Setyowati, & Homsiatu Rohmatin. (2023). *Jurnal Sains, Teknologi dan Kesehatan. SAINTEKES: Jurnal Sains, Teknologi Dan Kesehatan*, 2(4), 476–485.
- Isfaizah, I., & Widyaningsih, A. (2021). Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Tekanan darah pada Remaja di SMK NU Ungaran. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 4(1), 68. <https://doi.org/10.35473/ijm.v4i1.894>
- Jaya, A. C., & Irawan, M. (2022). *Pembelajaran Tatap Muka Terbatas Siswa Kelas Xi Ips Sma Negeri 12 Medan Tahun Ajaran 2021 / 2022*. 2(2), 59–72.
- Jihad, R., Aula, A., & Anggita, F. (2023). *Ciri dan Tugas Perkembangan Pada Masa Remaja Awal dan Menengah Serta Pengaruhnya Terhadap Pendidikan*. 7, 27233–27242.
- Liana Rica Mon Via, M. K. S. (2023). *Hubungan Indeks Massa Tubuh Dan Hipertensi Pada Remaja*. 6604(2).
- Lusito. (2024). *Hipertensi Emergensi*. September 2023, 1–9. <https://doi.org/10.30659/jmhsa.v2i2.42>
- Martani, W., Psikologi, D., Pendidikan, F. I., Yogyakarta, U. N., Psikologi, F., Mada, U. G., & Daerah, S. (2022). *Stress Akademik Sebagai Mediator Hubungan Antara Regulasi Emosi dan Problematic Internet Use pada Siswa SMP*. 4, 48–56.
- Maulana, T. N., Suwarni, L., Riyadi, H., Kusyandini, A., & Nuur, A. (2023). *Obesitas Dan Aktivitas Fisik Menjadi Faktor Risiko Hipertensi Pada Dewasa Muda di Puskesmas Tuan-Tuan Kabupaten Ketapang*. 10(2), 24–33.
- Mia, E. F., Eros, S. S., Siti, B., RiqiSalsabila, N., & Fahira, A. I. (2021). Hipertensi : Kenali Penyebab, Tanda Gejala dan Penanganannya. *Hipertensi*, 28. http://repo.poltekkestasikmalaya.ac.id/1582/1/1. Buku Kenali Hipertensi_fix cetak_compressed_compressed_compressed%281%29.pdf
- Mumpuni Dwiningtyas. (2023). *Deteksi Dini Risiko Hipertensi Dan Edukasi Kesehatan Pada Mahasiswa Program Studi D-Iii Keperawatan Stikes Pemkab Jombang. Jurnal Ilmiah Keperawatan*, vol 9.
- Muslikhah, W. (2022). *Stres Akademik Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo*.
- Mustajab, A. A., & Resmi, D. C. (2025). Faktor Risiko Hipertensi pada Usia Dewasa dan Lansia. *Wiraraja Medika : Jurnal Kesehatan*, 15(2), 8–15. <https://doi.org/10.24929/fik.v15i2.4123>
- Ni Ketut Ayu Sujani et al, . (2024). Correlation Between Body Mass Index And Age Of Puberty In Adolescent Girls In Indonesia. *Stikes Banyuwangi*, 014, 131–144.
- Nuvitasari, W. E., Kristiana, A. S., Studi, P., Ners, P., Tinggi, S., Kesehatan, I., Malang, K., & Timur, J. (2020). *Tingkat Stres Berhubungan Dengan Premenstrual Syndrome Pada*

Stress. 8(2), 109–116.

- Pandiangan, Fori Nauli, R. G. (2025). Analisis Tahap Perkembangan Sosial - Emosional Remajaputri Di Asrama Santateresia: Kajian Berdasarkan Teori Psikososialerik Erikson. *Jurnal Psikososial*.
- Permenkes. (2020). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020*. 21(1), 1–9. 21(1), 1–9.
- Pradipta, L. D., & Hanami, Y. (2024). *Studi Kualitatif: Pengalaman Stres dalam Kehidupan Sehari-hari dan Strategi Coping pada Remaja*. 5(September), 361–370.
- Prayudho, S., Gemaël, Q. A., Izzuddin, D. A., & Fahmi, R. (2026). *Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh dan Daya Tahan Kardiovaskular*. 7(1), 132–139.
- Prof. dr. Pratiwi Pudjilestari Sudarmono, Ph.D., S. M. K. (K. (2021). *Etik Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Nasional*.
- Purwiningsih, D. W., & Purnama, S. (2023). *Jurnal Kesehatan Jurnal Kesehatan*. *Jurnal Kesehatan*, 16(1), 37–42.
- Puspitasari, N. (2018). Faktor Kejadian Obesitas Sentral Pada Usia Dewasa. *HIGEIA JOURNAL OF PUBLIC HEALTH RESEARCH AND DEVELOPMENT*, 2(2), 249–259.
- Putra, S., Jailani, M. S., & Nasution, F. H. (2023). *Penerapan Prinsip Dasar Etika Penelitian Ilmiah*. 7, 27876–27881.
- Putri, A., Tunjung, S., Tsiompah, G., Permatasari, O., Ilmu, T., Elisabeth, K., Jl, A., Wonotingal, K., Candisari, K., & Semarang, K. (2024). *Indeks Massa Tubuh Menurut Usia , Aktivitas Fisik , dan Pola Makan Pada Remaja SMP Negeri 13 Semarang*. 2(4), 94–103.
- Putri Elise & Ivan Harwin Utama. (2024). *Hubungan Antara Pengetahuan Remaja Putri (Pubertas) Dengan Perilaku Kesehatan Reproduksi Siswa Kelas Vii*. 14, 87–96.
- Rahma, P. N. (2023). *Hubungan Pola Konsumsi Makanan Tinggi Natrium, Aktivitas Fisik, Status Gizi, Dan Kebiasaan Merokok Terhadap Tekanan Darah Pada Mahasiswa Departemen Teknik Mesin Dan Biosistem Ipb Usia 19–24 Tahun*.
- Rahmadhani, M. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Hipertensi Pada Masyarakat Di Kampung Bedagai Kota Pinang. *Jurnal Kedokteran STM (Sains Dan Teknologi Medik)*, IV(I), 52–62.
- Rodiana, A. A. (2024). *Faktor-faktor yang mempengaruhi indeks massa tubuh pada remaja*. 5(01), 78–86. <https://doi.org/10.34305/jmc.v5i1.1315>
- Salsabila, D. F., Hidayat, I. N., & Ramdani, Z. (2022). *Peran Stres Akademik dan Perceived Social Support t dalam Memprediksi Kesehatan Mental Remaja Akhir di Kota Bandung*. 8(2), 173–190. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.76711>
- Saputri, K. A. (2019). *Hubungan Antara Self Efficacy Dan Social Support Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Akhir Penyusun Skripsi Di FIP UNNES Tahun 2019*. 101–122.

- Sarfika, R., Wenny, B. P., Putri, D. E., Refnandes, R., Fernandes, F., Freska, W., & Rahayuningsih, A. (2024). *Pemberian Pendidikan Kesehatan Tumbuh Kembang Psikososial Pada Remaja Sebagai Upaya Mencegah Masalah Kesehatan Mental*. 8(1), 5–12.
- Sasanti Puji Rahayu. (2021). *Hubungan Antara Kepribadian Tangguh Dan Dukungan Sosial Dengan Stres Akademik Siswa Sman Se-Kabupaten Paser*. 5(2), 237–246.
- Sharma, R. (2017). *Relationship Between Academic Anxiety And Mental Health Among Adolescents*. 5(11), 113–120.
- Shelsya Fiorella Mayulu, D. lilya wati. (2025). *Pengaruh Stres Akademik Terhadap Respons Fisiologi Peningkatan Tekanan Darah Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Untar*. 31(1).
- Sudikno, S., Mubasyiroh, R., & Rachmalina, R. (2023). *Prevalence and associated factors for prehypertension and hypertension among Indonesian adolescents : a cross-sectional community survey*. 1–13. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2022-065056>
- Survei Kesehatan Indonesia. (2023). *survei kesehatan indonesia (ski)*.
- Syahroni, M. I. (2022). *Prosedur Penelitian Kuantitatif*. 2(3), 43–56.
- Tambunan, I. Y., Roza, N., & Mufidah, L. (2026). *Hubungan Faktor Genetik (Riwayat Keluarga) dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Posyandu Lansia Kelurahan Sekanak Raya Wilayah Kerja Puskesmas Belakang Padang Tahun 2024*. 5(September 2025), 350–357.
- Utami et al. (2019). *Faktor-faktor yang mempengaruhi IMT pada remaja usia 15-18 tahun*. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 3, 207–215.
- Ward, E. J. W. (2021). *An Integrated Mixed-Methods Study of Contract Grading's Impact on Students' Perceptions of Stress, Self-Worth Protection Behaviors, and Academic Performance in High School English Courses*. May.
- Wardani, I. K., Rachman, N. N., Fatiha, A., Larasati, Z. A., & Sistiarani, C. (2025). *Faktor risiko kejadian hipertensi pada kelompok usia remaja*. 6, 8878–8887.
- WHO. (2023). *Hipertensi Pada Remaja Dunia*. 68–70.
- Widyasari, N. (2021). *Faktor yang mempengaruhi hiprtensi*. 34(2), 65–74.
- Wisudahningsih, E. T., Aminudin, H., & Ramadhani, I. (2025). *Tahapan Perkembangan Remaja : Perspektif Psikologis dan Implikasi Pendidikan*. 1204–1222.
- Yudihartanti, Y. (2017). *Penentuan Hubungan Mata Kuliah Penelitian Dan Tugas Akhir Dengan Korelasi Rank Spearman*. 1691–1694.
- Yulia. (2025). *Pengaruh Rebusan Tanaman Ciplukan (Physalis Angulata) Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Diwilayah Kerja Puskesmas Madurejo*. 2, 306–312.
- Yusuf, J., & Boy, E. (2023). *Manifestasi Klinis pada Pasien Hipertensi Urgensi*. *Jurnal Implementa Husada*, 4(1). <https://doi.org/10.30596/jih.v4i1.12448>