

DAFTAR PUSTAKA

Ananda, Regita Irti; Miratul Haya & Kusdalinah. (2020). Sanitas: Jurnal Teknologi dan Seni kesehatan. *Factors Affecting Systolic Blood Pressure In Police* 11, no. 2: 175–184.

<https://sanitas.e-journal.id/index.php/SANITAS/article/view/20201201-ananda/82>

Ardiana, Meity & Nur Aisiyah Widjaja. (2022). *Panduan Pola Diet Sehat Untuk Pasien Dengan Gangguan Kardiovaskular*. Surabaya: Airlangga University Press.

Badan Pusat Statistik. (2021). *Prevelensi Tekanan Darah Tinggi Menurut Provinsi*.

<https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/MTQ4MCMY/prevalensi-tekanan-darah-tinggi-menurut-provinsi.html>

Clinic, Staf Mayo. (2023). *Diet DASH: Contoh Menu*. Mayo Clinic.
<https://g.co/kgs/JUp2kGD>

Farapti & Annisaa Wulida Furqonia. (2023). *Panduan Menu Makan Lansia Sehat*. Surabaya: Airlangga University Press.

Ferencia, Chika; Nur Setiawati Rahayu & Desiani Rizki Purwaningtyas. (2023). Hubungan Konsumsi Gula, Garam, Lemak dan Sedentary Lifestyle Terhadap Tekanan Darah Pada Usia Dewasa. *Muhammadiyah Journal of Geriatric* 4, no. 2: 117.

<https://jurnal.umj.ac.id/index.php/MuJG/article/view/17201/9806>

Hartono, Andry. (2006). *Terapi Gizi dan Diet Rumah Sakit Ed. 2*. Jakarta: EGC.

Jurascheck, Stephen P; Mark Woodward; Frank M. Sacks; Vincent

J. Carey; Edgar R. Miller; III; & Lawrence J. Appel. (2017). Hypertension. *Time Course of Change in Blood Pressure from Sodium Reduction and the DASH Diet* 70, no. 5: 923–929.

<https://www.ahajournals.org/doi/epub/10.1161/HYPERTENSIONAHA.117.10017>

Komalasari, Via; Iwan Shalahuddin & Hasniatisari Harun. (2020). Gambaran pengetahuan, sikap dan perilaku tentang manajemen diet pada pasien hipertensi di Garut, Indonesia. *Holistik Jurnal Kesehatan* 14, no. 4: 494–502.

https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/holistik/article/view/2989/pdf_1

Kurnia. Anih. (2021). *Self Management Hipertensi*. Surabaya: Jakad Media Publishing.

Kurnia, Anih. (2019). *Modul Manajemen Diri Berbasis Keluarga Terhadap Perilaku Kesehatan Diet Pada Penderita Hipertensi*. Surabaya: Jakad Media Publishing.

Kusumawaty, Jajuk; Nur Hidayat & Eko Ginanjar. (2016). Hubungan Jenis Kelamin Dengan Intensitas Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lakkok Kabupaten Ciamis. *Jurnal Mutiara Medika* 16, no. 2: 46–51. <https://journal.umy.ac.id/index.php/mm/article/view/4450/3514>

Nuryati, Elmi. (2021). *Hipertensi Pada Wanita*. Surabaya: Jakad Media Publishing.

Puspitasari, Faridha; & Marwah. (2014). Hubungan antara hiperurisemia dengan kejadian hipertensi pada lansia di UPT pelayanan sosial Tresna Werdha (PSTW) Bondowoso. *Jurnal Kesehatan Dr. Soebandi* 6, no. 1: 510–516.

<https://media.neliti.com/media/publications/293148-the-relationship->

[between-hyperurisemia-a-e13853b7.pdf](#)

Siregar, Putra Apriadi; Saidah Fatimah Sari Simanjuntak; Feby Harianti B Ginting; Sutari Tarigan; Shafira Hanum; , Fikha Syra Utami. (2020). Aktivitas Fisik , Konsumsi Makanan Asin dan Kejadian Hipertensi Masyarakat Pesisir Kota Medan Physical Activity , Consumption of Salty Foods and the Occurrence of. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)* 2, no. 1: 1–8.

<https://media.neliti.com/media/publications/325955-aktivitas-fisik-konsumsi-makanan-asin-da-5199e633.pdf>

Rahmadhani, Mayasari. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Hipertensi Pada Masyarakat Di Kampung Bedagai Kota Pinang The Factors That Affecting Hypertension In Bedagai Village , Kota Pinang Society Pendahuluan Hipertensi merupakan manifestasi dari gangguan keseimbangan. *Jurnal Kedokteran STM* 4, no. 1: 52–62.

<https://jurnal.fk.uisu.ac.id/index.php/stm/article/view/132/77>

Rahmawati, Rahmawati & Rosdina Permata Kasih. (2023). Hipertensi Usia Muda. *GALENICAL: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Mahasiswa Malikussaleh* 2, no. 5: 11-26.

<https://ojs.unimal.ac.id/index.php/galenical/article/view/10478/pdf>

Ridwan, Muhamad. (2017). *Mengenal, Mencegah, Mengatasi Silent Killer, “Hipertensi.”*. Yogyakarta: Hikam Pustaka.

Savitri, Elisabeth Wahyu; & Fransiska Romina. (2021). Jurnal Keperawatan dan Kesehatan. *Dash (Dietary Approach To Stop Hypertension) Dalam Upaya Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi* 12, no. 2: 14-19.
<https://jurnal.itekesmukalbar.ac.id/index.php/JK2/article/download/160/109>

- Savitri, Triana; I Made Sukarja; I Wayan Surasta; & I Made Mertha. (2019). Stres Kerja Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pedagang Pasar Tradisional. *Jurnal Gema Keperawatan* 12, no. 1: 50–55. <https://ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/JGK/article/view/836/286>
- Sutomo, Budi. (2009). *Menu Sehat Penakluk Hipertensi*. Jakarta Selatan: DeMedia Pustaka.
- Syaid, Achmad. (2023). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia DewasaPertengahan (Middle Age). *Jurnal Nursing Update* 14, no. 1: 167–174. <https://stikes-nhm.e-journal.id/NU/article/view/1053/1021>
- Tanggela, Sari; Sigit Purnawan & Enjelita M. Ndoen. (2022). Risk Factors of Lifestyle and The Incidence of Hypertension in The Work Area of Pasir Panjang Public Health Center, Kupang City. *Pancasakti Journal Of Public Health Science And Research* 2, no. 3: 116–123. <https://journal.unpacti.ac.id/index.php/pjphsr/article/view/423/304>
- Transyah, Chichi Hafifa; Rika Syafitri & Yuliani. (2023). *Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi*. Sumatera Barat: CV. Azka Pustaka.
- Widiyono, Indriyati & Tika Budi Astuti. (2022). *Aktivitas Fisik Untuk Mengatasi Hipertensi*. Kediri: Lembaga Chakra Brahmana Lentera.
- World Health Organization. (2023). *Hypertension*. <https://www-who-int.translate.goog/news-room/fact-sheets/detail/hypertension? x tr sl=en& x tr tl=id& x tr hl=id& x tr pt=tc>
- Yuwono, Galih Adi; Moh Ridwan & Moh Hanafi. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Hipertensi Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Penderita Hipertensi di Kabupaten magelang. *Jurnal Keperawatan*

Soedirman 12, no. 1: 12-20.

<http://www.jks.fikes.unsoed.ac.id/index.php/jks/article/view/687/405>