

DAFTAR PUSTAKA

- A. Ayu, D., Sinaga, A. F., Syahlan, N., & Siregar, S. M. (2022). Faktor—Faktor Yang Menyebabkan Hipertensi Di Kelurahan Medan Tenggara. *Jurnal Kesehatan Masyarakat, Vol.10 No.2(Hipertensi)*, 137–147.
- Aliftitah, S. & Nelyta Oktavianisya. (2020). Pengaruh Jalan Kaki 30 Menit Terhadap Penurunan Tekanan Darah Sistolik Pada Kelompok Lansia Di Desa Errabu. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 6(1), 11–16.
- Almatsier, S. (Ed.). (2004). *Penuntun Diet*. PT. Gramedia Pustaka Umum.
- Anggraini, P., Rusdi, R., & Ilyas, E. I. (2015). Kadar Na⁺, K⁺, Cl⁻, Dan Kalsium Total Serum Darah Serta Hubungannya Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Biologi Indonesia*, 11(1), 50–66. [https://doi.org/10.21009/Bioma11\(1\).6](https://doi.org/10.21009/Bioma11(1).6)
- Angkawijaya, A. A., Pangemanan, J. M., & Siagian, I. E. T. (2016). Hubungan Tingkat Pengetahuan Masyarakat Dengan Tindakan Pencegahan Hipertensi Di Desa Motoboi Kecil Kecamatan Kotamobagus Selatan. *Jurnal Kedokteran Komunitas Dan Tropik*, 4(1), 73–77.
- Aprilia, D. D., Jumiyati, & Sari, A. P. (2021). *Effect Of Nutritional Counseling Leaflet Media On Knowledge, Sodium, Potassium Intake In Hypertension Patients*. *Jurnal Teknologi Dan Seni Kesehatan*, 12(1), 62–72. <https://doi.org/10.36525/sanitas.2021.6>
- Brunner & Suddarth. (2001). *Buku Keperawatan Medikal-Bedah* (S. C. Smeltzer, Trans.; 8th ed.). EGC.
- Chendra R, Misnaniarti, & Zulkarnain M. (2020). Kualitas Hidup Lansia Peserta Prolanis Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kenten Laut. *Jurnal JUMANTIK*, 5(2).
- Christine, M., Ivana, T., & Martini, M. (2021). Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di Pstw Sinta Rangkang Tahun 2020. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI)*, 6(1), 53–58.
- Desira, M., Sulendri, N. K. S., Luthfiah, F., & Suhaema, S. (2019). Pemberian Puding Tomat Pisang Ambon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Hipertensi Di Posbindu Wilayah Kerja Puskesmas Babakan, Kota Mataram. *Jurnal Gizi Prima*, 4(1), 31–39.

- Dwipayanti, P. I. (2011). Efektifitas Buah Belimbing Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Sumolepen Kelurahan Balongsari Kota Mojokerto. *Jurnal Keperawatan*, 1(1), 1–12.
- Ekarini, N. L. P., Wahyun, J. D., & Sulistyowati, D. (2020). Faktor—Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Usia Dewasa. *JKEP (Jurnal Keperawatan)*, Vol 5 No 1 (2020), 61–73.
- Elfandari, S., Suriadi, & Ramadhaniyati. (2015). Efektivitas Jus Belimbing Manis dan Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Diwilayah Kerja UPTD Puskesmas Kampung Bangka Kecamatan Pontianak Tenggara. *Jurnal Pro Ners*, Vol 3 No.1, 1–9.
- Fatimah, W. A. (2020). Pengaruh Pemberian Kombinasi Jus Belimbing Manis Dan Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Sumberdodol Kecamatan Panekan. [Thesis, Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun.]. <http://repository.stikes-bhm.ac.id/>
- Fauziah, N. Y., Bintanah, S., & Kusuma, H. S. (2015). Hubungan Asupan Bahan Makanan Sumber Serat, Asupan Natrium, Asupan Lemak dan IMT dengan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Rawat Jalan di Rumah Sakit Tugurejo Semarang. *Jurnal Gizi*, 4(1), 8–12.
- Hardiyanti, F. (2017). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dalam Penatalaksanaan Hipertensi Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Purwokerto Selatan. *Jurnal Fakultas Ilmu Kesehatan UMP*.
- Hasanah, U. (2018). Penentuan Kadar Vitamin C Pada Mangga Kweni Dengan Menggunakan Metode Iodometri. *Jurnal Keluarga Sehat Sejahtera*, 16(31), 90–95.
- Herlina, A., Nur, S. A., & Wulandari, F. (2021). Pengaruh Pemberiaan Jus Belimbing Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang. *Jurnal Syedza Saintika*, 1(1), 73–82.
- Hermawan, A. (2015). Kajian Sifat Fisik Buah Mentimun (*Cucumis sativus* L.) Menggunakan Pengolahan Citra (*Image Processing*). 9–25.
- Houston, M. C. (2011). *The Importance of Potassium in Managing Hypertension*. *Pubmed*, 13(4), 309–317. <https://doi.org/10.1007/s11906-011-0197-8>
- Jain, R. (2011). Pengobatan Alternatif untuk Mengatasi Tekanan Darah. PT. Gramedia Pustaka Utama.

- Johansyah, T. K. P. (2020). Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh (Imt) Dengan Tekanan Darah Pada Pengunjung Lapangan Renon Pada Tahun 2018. *Jurnal Medika Udayana*, 9(3), 22–27. <https://doi.org/10.24843/MU.2020.V09.i3.P01>
- Jolly, S. C., Koller, K. R., Metzger, J. S., Hopkins, S. E., Day, G. M., Umans, J. G., Howard, B. V., Boyer, B. B., Ebbesson, S. O., Boden-Albala, B., Silverman, A., & Austin, M. A. (2015). *Prevalence of Hypertension and Associated Risk Factors in Western Alaska Native People: The Western Alaska Tribal Collaborative for Health (WATCH) Study*. *National Library of Medicine*, 7(10), 812-818.
- Karo, S. K. (2016). *Cegah & Atasi Penyakit Jantung & Pembuluh Darah—Karena Hidup Hanya Sekali (Hipertensi)*. Praninta Aksara.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2013). *Pedoman Teknis Penemuan Dan Tatalaksana Penyakit Hipertensi*. <https://p2ptm.kemkes.go.id/dokumen-ptm/pedoman-teknis-penemuan-dan-tatalaksana-hipertensi>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Pedoman Asuhan Gizi Terpadu (PAGT)*. Jakarta Abadi Publishing dan Printing.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Hasil Utama RISKESDAS 2018.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). Pencegahan Penyakit Hipertensi Dengan Gaya Hidup Sehat Dan Peningkatan Pengetahuan Tentang Hipertensi. <https://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/2016/10/Tekanan-Darah-Tinggi-Hipertensi.pdf>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Klasifikasi Hipertensi. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/page/28/klasifikasi-hipertensi>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Hipertensi , Penyakit Jantung dan Pembuluh Darah. <https://p2ptm.kemkes.go.id/informasi-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019b, May 17). Hari Hipertensi Dunia 2019: “Know Your Number, Kendalikan Tekanan Darahmu dengan Cerdik.”. *Direktorat Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular*. <https://p2ptm.kemkes.go.id/tag/hari-hipertensi-dunia-2019-know-your-number-kendalikan-tekanan-darahmu-dengan-cerdik>

- Kristina, Pangaribuan, L., & Bisara, D. (2015). Hubungan Index Massa Tubuh Dengan Hipertensi Pada Wanita Usia Subur (Analisis Data Riskesdas 2013). *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 117–127.
- Kumiasih, D., Pangetuti, D. R., & Aruben, R. (2017). Hubungan konsumsi natrium, magnesium, kalium, kafein, kebiasaan merokok dan aktifitas fisik dengan hipertensi pada lansia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(4), 29–39. <https://doi.org/10.14710/jkm.v5i4.18731>
- Kusnul, Z., & Munir, Z. (2011). Efek Pemberian Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 1, 1–5.
- Legowo, I. A. (2014). Hubungan Pengetahuan Pasien dan Dukungan Keluarga dengan Motivasi Pelaksanaan Diet Rendah Garam pada Pasien Hipertensi di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.
- Muchtadi, D. (2009). *Pengantar Ilmu Gizi*. Alfabeta.
- Muhlishoh, A., & Nurzihan, N. C. (2020). Upaya Perubahan Perilaku Makan Pada Penderita Hipertensi Melalui Konseling Gizi di Wilayah Puskesmas Gambirsari, Surakarta. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu (ABDI KE UNGU)*, 2(2), 77–81.
- Nguyen, H., Odelola, O. A., Rangaswami, J., & Amanullah, A. (2013). A review of nutritional factors in hypertension management. *Natrional Library of Medicine*, 3–7. <https://doi.org/10.1155/2013/698940>
- Novitaningtyas, T. (2014). Hubungan Karakteristik (Umur, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan) Dan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Kelurahan Makamhaji Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo. 39(1), 1–15. <https://doi.org/10.4324/9781315853178>
- Nugraheni. (2016). *Raja Obat Alami* (viii ed.). Rapha Publishing.
- Nuraini, B. (2015). *Risk Factors Of Hypertension*. *Jurnal Majority*, Vol.4 No.5(Hipertensi), 10–19.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan* (4th ed., Vol. 2). EGC.
- Prastika, Y. D., & Siyam, N. (2021). Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kenten Laut. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 1(3), 407–419. <https://doi.org/10.15294/>

- Priadi, D., & Cahyani, Y. (2011). Keanekaragaman Varietas Belimbing Manis (*Averrhoa Carambola* L.) Di Kebun Plasma Nutfah Tumbuhan Dan Hewan Cibinong. *Berkala Penelitian Hayati*, 5A, 73–77.
- Putri, E. H. D., & Kartini, A. (2014). Hubungan Asupan Kalium, Kalsium Dan Magnesium Dengan Kejadian Hipertensi Pada Wanita Menopause Di Kelurahan Bojongsalaman, Semarang. *Journal of Nutrition Collage*, 3(4), 580–586. <https://doi.org/10.14710/jnc.v3i4.6853>
- Rahma, D., Suhaema, Luthfiyah, F., & Darawati, M. (2018). Pengaruh Pemberian Jus Campuran Belimbing (*Averrhoa Carambola* Linn) Dan Mentimun (*Cucumis Sativus* Linn) Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi Rawat Jalan Di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Mataram. *Jurnal Gizi Prima*, 3(1), 8–17.
- Rahmadhani, M. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Hipertensi Pada Masyarakat Di Kampung Bedagai Kota Pinang. *Jurnal Kedokteran STM (Sains Dan Teknologi Medik)*, 4(1), 52–62.
- Rahmawati, A. K., Krisnamurni, S., & Jaelani, M. (2013). Asupan Magnesium, Kadar Magnesium Serum Dan Tekanan Darah Pasien Rawat Jalan Penderita Hipertensi. *Jurnal Riset Gizi*, 1(2), 52–60. <https://doi.org/10.31983/jrg.v1i2.92>
- Sangadah, K. (2022). Hubungan Asupan Zat Gizi Mikro (Natrium, Kalium, Kalsium, Magnesium) Dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi. *Nutrition Research and Development Journal*, 2(3), 12–20.
- Santoso, I. A. M. (2011). *Serat pangan (Dietary Fiber) dan Manfaatnya Bagi Kesehatan*. 75, 35–40.
- Sefriantina, S., Purwaningtyas, D. R., & Dhanny, D. R. (2023). Hubungan Tingkat Kecukupan Kalium, Kalsium, Magnesium, Tingkat Stres, Depresi dan Anxiety serta Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah Pada Usia Dewasa Akhir di Sawangan Depok. *Muhammadiyah Journal Of Geriatric*, 4(1), 10–22. <https://doi.org/10.24853/mujg.4.1.10-22>
- Suciana, F., Agustina, N. W., & Zakiatul, M. (2020). Korelasi Lama Menderita Hipertensi Dengan Tingkat Kecemasan Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 146–155.
- Susetyowati, Huriyati, E., & Kandarina, B. J. I. (2019). *Peranan Gizi dalam Upaya Pencegahan Penyakit Tidak Menular (KEDUA)*. Gajah Mada University Press.

- Sylvestris, A. (2014). Hipertensi dan Retinopati Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Kedokteran Keluarga*, 10(1), 1–9. <https://doi.org/10.22219/sm.v10i1.4142>
- Tambunan, F. F., Nurmayni, Rahayu, P. R., Pidia Sari, & Sari, S. I. (2021). *Buku Saku Hipertensi Si Pembunuh Senyap* (R. A. Harahap, Ed.). CV. Pusdikra Mitra Jaya.
- Tarigan, H. N. B., & Purba, P. H. (2019). Pengaruh Pemberian Belimbing Dan Mentimun Terhadap Penderita Hipertensi Di Desa Lau Kersik Kecamatan Gunung Sitember Kabupaten Dairi. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 2(1).
- Tjiptaningrum, A. (2016). Manfaat Jus Mentimun (Cucumis Sativus L) Sebagai Terapi Untuk Hipertensi. *Medical Journal of Lampung University*, 5(1), 19–26.
- Udjianti, W. J. (2010). *Keperawatan kardiovaskuler*. Salemba Medika.
- Widyanto, F. C., & Triwibowo, C. (2013). *Trend disease: Trend penyakit saat ini* (vii ed.). Trans Info Media.
- Wijaya, S. (2013). *Tangkal Diabetes Dan Tumpas Racun Dalam Tubuh Dengan Khasiat Mentimun*, Flash Books, Jakarta. Flash Book.
- Zhang, X., Li, Y., C, L., Song, Y., Rosanoff, A., Wang, J., & Zhang, W. (2016). Effects of Magnesium Supplementation on Blood Pressure. *AHA Journals*, 68(2), 324–333. <https://doi.org/10.1161/hypertensionaha.116.07664>