

DAFTAR PUSTAKA

- Agustini, R. (2019). *Mineral Fungsi dan Metabolismenya* (Oktober 2020).
- AKG. (2019). *Angka Kecukupan Gizi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Alawi, A. M. A., Majoni, S. W., & Falhammar, H. (2018). Magnesium and Human Health: Perspective and Reseach Directions. *International Journal of Endocrinology*, 01–17.
- Aristi, A., Rasni, H., Susumaningrum, A., Susanto, T., & Siswoyo, S. (2020). Hubungan Konsumsi Makanan Tinggi Natrium dengan Kejadian Hipertensi pada Buruh Tani di Wilayah Kerja Puskesmas Panti Kabupaten Jember. *Jurnal Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 23(1) 53-60.
- Apriyanto, M. (2021). *Buku Ajar: Kimia Pangan* (F. Azuz (ed.); Cetakan I). Nuta Media
- Azrimaidaliza., Resmiati., Famelia, W., Purnakarya, I., Firdaus., & Khairany, Y. (2020). *Buku Ajar Dasar Ilmu Gizi Kesehatan Masyarakat* (Pertama). Universitas Andalas.
- Bakker, Esmee, A., Xuemei, S., Angelique, B., & Chul, L. D. (2018). Physical Activity and Fitness for The Prevention of Hypertension. *Current Opinion in Cardiology*, 33(4), 394 – 401.
- Bhagavathula, A. S., Refart, S. A., Bentley, B. L., & Rahmani, J. (2023). Association Between Intake of Sodium, Potassium, Sodium-to-Potassium ratio, and Blood Pressure Among us Adults. *International Journal for Vitamin and Nutrition Research*, 5(93), 392 – 400.
- Bridi, L., Albahsahli, B., Bencheikh, N., Baker, D. A., Godino, J. G., Laughlin, K. N., & Rousan, T. (2023). Barriers and Facilitators To Self-Measured Blood Pressure Monitoring Among Us- Resettled Arab Refugees With Hypertension: A Qualitative Study. *BMC Prim Care*, 24(1), 1 – 12.
- Chan, R. J., Parikh, N., Ahmed, S., Ruzicka, M., & Hiremath, S. (2024). Blood Pressure Control Should Focus On More Potassium: Controverseies in Hypertension. *American Heart Association Journals*, 501 – 509.
- Choi, H. M., Kim, H. C., & Kang, D. R. (2017). Sex Differences in Hypertension Prevalence and Control: Analysis of The 2010-2014 Korea National Health and Nutrition Examination Survey. *PLOS ONE* 12, e0178334.

- Dahlan, M. S. (2019). *Analisis Multivariat Regresi Logistik* (edisi 2). Jakarta: Epidemiologi Indonesia.
- Dominguez, L. J., Veronese, N., & Barbagallo, M. (2021). Magnesium and Hypertension in Old Age. *Journals Nutrient*, 13(1), 1–32.
- Effendi, F & Makhfudli. (2009). *Keperawatan Kesehatan Komunitas Teori dan Praktek dalam Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Erhardt, J. (2007). *Nutrisurvey for Windows*. University of Indonesia. www.nutrisurvey.de.
- Escott-Stump, S. (2012). *Nutrition and Diagnosis-Related Care Seventh Edition*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Faridi, A., Trisutrisno., Lusiana., Alfiah., Doloksaribu., Yuniyanto., & Sinaga. (2022). *Survei Konsumsi Gizi*. Penerbit Yayasan Kita Menulis.
- Firman. (2024). Hubungan Konsumsi Natrium/Garam dengan Status Hipertensi: Studi Cross Sectional di Kota Makassar. *Multidisciplinary Journal of Education, Economic and Culture*, 2(1), 43 – 49.
- Gautami & Kumala, M. (2021). Hubungan Rasio Asupan Natrium Berbanding Kalium dengan Penyakit Hipertensi Pada Lansia. *Tarumanegara Medical Journal*, 3(1), 83–90.
- Gibson, R. S. (2005). *Principles of Nutritional Assessment, Ed ke-2*. New York: Oxford University Press.
- Goncalves, C., & Abreu, S. (2020). Sodium and Potassium Intake and Cardiovascular Disease in Older People: A Systematic Review. *Journals Nutrient*, 12(11), 1–16.
- Greer, R. C., Marklund, M., Anderson, C. A. M., Cobb, L. K., Dalcin, A. T., Henry, M., & Appel, L. J. (2020). Potassium-Enriched Salt Substitutes as a Means to Lower Blood Pressure: Benefits and Risk. *American Heart Association Scientific Journals*, 75(2), 266–274.
- Guyton & Hall. (2016). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Elveiser Singapore Pte Ltd.
- Hall, A., Perry, A. G., Potter, P. A., & Stockert, P. A. (2020). *Fundamental of Nursing* (10th Edition). Elsevier.
- Halmaya., Hanum, F. N., Maulida, F., & Alhamda, S. (2024). Hubungan Asupan Natrium dengan Tekanan Darah pada Lanjut Usia di Wilayah Kerja

Puskesmas Rasimah Ahmad Kota Bukittinggi Tahun 2023. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia*, 5(3), 44 – 48.

Hartanti, D., & Mawarni, D. R. M. (2020). Hubungan Konsumsi Buah dan Sayur serta Aktivitas Sedentari terhadap Kebugaran Jasmani Kelompok Usia Dewasa Muda. *Sport and Nutrition Journal*, 2(1), 1 – 9.

Hasibuan, R., & Syafaruddin. (2021). *Problematika Kesehatan dan Lingkungan di Bumi Melayu*. Merdeka Kreasi.

Iqbal, M., & Puspaningtyas, A. E. (2018). *Penilaian Status Gizi ABCD*. Jakarta: Salemba Medika.

Jelmila, S. N., Hasni, D., & Nindra, Y. (2023). Asupan Zinc dan Magnesium terhadap Tekanan Darah Lansia. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 10(1), 14 – 20.

Kaplan, R. C., Baldoni, P. L., Strizich, G., Stable, E. J., Saccone, N. L., Peralta, C. A., Perreira, K. M., Gellman, M. D., Nguyen, J. S., Rodriguez, C. J., Lee, D. J., Martha, D., Talavera, G. A., Lash, J. P., Cai, J., & Franceschini, N. (2021). Current Smoking Raises Risk of Incident Hypertension: Hispanic Community Health Study-Study of Latinos. *American Journal of Hypertension*, 34(2), 190 – 197.

Kemkes, RI. (2022). *Arti Penting Zat Mineral Bagi Tubuh*. (https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2815/arti-penting-zat-mineral-bagi-tubuh, diakses Agustus 2023).

Kemkes, RI. (2022). *Garam antara Rasa Gurih Makanan atau Gangguan Tekanan Darah*. (https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1221/gurih-makanan-atau-gangguan-tekanan-darah, diakses Agustus 2023).

Kemkes, RI. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Kementerian Kesehatan RI: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

Kemkes, RI. (2022). *Hipokalemia*. (https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1395/hipokalemia, diakses Agustus 2023).

Kemkes, RI. (2024). *Kalium Penting Bagi Tubuh, Bisa Diperoleh dari Buah-Buahan Ini*. (<https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/kalium-penting-bagi-tubuh-bisa-diperoleh-dari-buah-buahan-ini>, diakses Agustus 2023).

Kemkes, RI. (2018). *Kandungan Natrium Dalam 100 gr Bahan Makanan..* (<https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/kandungan-natrium-dalam-100-gr-bahan-makanan-sosis-mentega-dan-krakers>, diakses Agustus 2023).

- Kemenkes, RI. (2020). *Mengenal Penyakit Hipertensi*. (<https://upk.kemkes.go.id/new/mengenal-penyakit-hipertensi>, diakses Agustus 2023).
- Kemenkes, RI. (2016). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2016 Tentang Rencana Aksi Nasional Kesehatan Lanjut Usia*.
- Kemenkes, RI. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia*. Kementerian Kesehatan RI: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Kjeldsen, S. E. (2018). Hypertension and Cardiovascular Risk: General Aspects. *Pharmacological Research*, 129, 95 – 99.
- Kurniasih, D., Pangestui, D. R., & Aruben, R. (2017). Hubungan Konsumsi Natrium, Magnesium, Kalium, Kafein, Kebiasaan Merokok dan Aktivitas Fisik dengan Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(4), 629–639.
- Lemeshow, S., & David, J. (1997). *Besar Sampel dalam Penelitian Kesehatan (terjemahan)*. Yogyakarta: Gadjahmada University Press.
- Lestari, D. (2019). Hubungan Asupan Kalsium dan Magnesium Dengan Tekanan Darah Pada Usia Dewasa. *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia*, 3(1), 01–12.
- Lopes, D. P. S., Ribeiro, I. S., Santos, D. C., Lima, F. M. S., Santos, A. A., Souza, D. S. P., Lopes, D. N., Prado, A. O., Pereira, I. S., Santos, D. P., Santos, G. S., & Silva, R. A. A. (2021). Regular Physical Activity Reduces The Proinflammatory Response in Older Women With Diabetes and Hypertension in The Postmenopausal Phase. *Experimental Gerontology*, 152.
- Malavazos, A. E., Capitano, G., Milani, V., Ambrogi, F., Matelloni, I. A., Basilico, S., Dubini, C., Sironi, F. M., Stella, E., Castaldi, S., Secchi F., Menicanti, L., Iacobellis, G., Romanelli, M. M. C., Carruba, M. O., & Marricone, L. F. (2021). Tri- Ponderal Mass Index vs Body Mass Index in Discriminating Central Obesity and Hypertension in Adolescent With Overweight. *Nutrition, Metabolism, & Cardiovascular Diseases*, 31(5).
- Mardalena, I. (2021). *Dasar-Dasar Ilmu Gizi Dalam Keperawatan*. Yogyakarta: Penerbit Pustaka Baru Press.
- Masturoh, I., & Temesvari, N.A. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

- Munawaroh, N. W., & Astuti, N. F. W. (2024). Pola Konsumsi Natrium, Kolesterol, dan Kafein Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Nelayan Di Pesisir Puger Jember. *Journal of Nutrition College*, 13(2), 177–187.
- Mustika, S., & Cempaka, A. R. (2021). *Buku Pintar Pendidikan Gizi Pada Penyakit Pencernaan dan Hati*. UB Press.
- Ndanuko, R. N., Ibrahim, R., Hapsari, R. A., Neale, E. P., Raubenheimer, D., & Charlton, K. E. (2021). Association Between the Urinary Sodium to Potassium Ratio and Blood Pressure in Adults: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Advance in Nutrition*, 12(5), 1751–1767.
- Negara, I. C., & Prabowo, A. (2018). Penggunaan Uji Chi-Square untuk Mengetahui Pengaruh Tingkat Pendidikan dan Umur terhadap Pengetahuan Penasun Mengenai HIV-AIDS di Provinsi DKI Jakarta. *Prosiding Seminar Nasional Matematika dan Terapannya 2018*, 1(1), 1 – 8.
- Nuradina, R. A. A., Lestari, W. A., & Arumsari, I. (2023). Overweight and High Sodium Intake Increased Risk Hypertension among Adolescent: A Case-control Study in Urban Setting. *Amerta Nutrition*, 7(2), 274–278.
- Nurdhahri., Ahmad, A., & Adamy, A. (2020). Faktor Risiko Malnutrisi Pada Lansia Di Kota Banda Aceh. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 6(2), 893.
- Nurhasanah. (2022). Faktor Penghambat Kepatuhan Berobat Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jereweh Kabupaten Sumbawa Barat. *Jurnal Tambora*, 6(3), 46 – 56.
- Nuryadi, A. T. D., Utami, E. S., & Budiantara, M. (2017). Buku Ajar Dasar-Dasar Statistik Penelitian. In *Sibuka Media*.
- PDHI. (2019). *Konsensus Penatalaksanaan Hipertensi 2019*. Jakarta: Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia.
- PERHI. (2021). *Konsensus Penatalaksanaan Hipertensi 2021 : Update Konsensus PERHI 2019*.
- PERKI. (2015). *Pedoman Tatalaksana Hipertensi pada Penyakit Kardiovaskular (edisi pertama)*. Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia.
- PERSAGI, A. (2019). *Penuntun Diet dan Terapi Gizi (edisi ke- 4)*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.

- Prio, Y. A. (2022). Analisis Tingkat Pengetahuan Fungsi Kalium untuk Tubuh. *Edukasimu*, 2(2).
- Purnamasari, A., Laeto, A., Bin, Khalid, F. N., Rivai, A. T. O., Muzafri, A., Kaswi, N., Haryanto, Dewi, R., Ariza, D., Tenriola, A., Musni, Misnarliah., & Syarifuddin. (2022). *Fisiologi Manusia dan Zat Gizi* (Cetakan Pe). Sukmawati.
- Putri, A. E., & Simanungkalit, S. F. (2022). Hubungan Kalium, Persentase Lemak Tubuh dan Kepatuhan Diet Rendah Garam. *Indonesian Journal of Health Development*, 4(1), 27 – 34.
- Ramadani, E. W., Lestari, D. T., & Jauhar, M. (2025). Prediktor Hambatan Manajemen Diri Pada Klien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Raflesia*, 7(1), 1 – 16.
- Ramadhini, D., Arbaiyah, I., & Ritonga, S. H. (2023). Pengaruh Asupan Natrium dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Desa Hutaimbaru Kota Padangsidempuan. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*, 8(1), 163 – 169.
- Rauf, S., Appulembang, I., Sugiyanto, Nugraha, D. P., Maria, D., Meilinda, V., Ningsih, O. S., & Askar, M. (2021). *Teori Keperawatan Medikal Bedah I* (N. Saputra (ed.)). Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Rego, M. L., Cabral, D. A., Costa E. C., & Fontes, E. B. (2019). Physical Exercise for Individuals With Hypertension: It Is Time Emphasize Its Benefits on The Brain and Cognition. *Clin Med Insights Cardiol*, 13, 117954681983941.
- Rozani, M., Bachri, S. A., & Jamal. (2025). Systematic Literature Review: Faktor-Faktor yang Menghambat Pelaksanaan Self Care pada Penderita Hipertensi. *Health Care: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 4(2), 8 – 18.
- Sangadah, K. (2022). Hubungan Asupan Zat Gizi Mikro (Natrium, Kalium, Kalsium, Magnesium) dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi. *Nutritional Research and Development Journal*, 2(3), 12–20.
- Sastroasmoro, S., & Ismael, S. (2014). *Dasar Dasar Metodologi Penelitian Klinis* (edisi ke-5). Jakarta: Sagung Seto.
- Sefriantina, S., Purwaningtyas, D. R., & Dhanny, D. R. (2023). Hubungan Tingkat Kecukupan Kalium, Kalsium, Magnesium, Tingkat Stress, Depresi dan Anxiety serta Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Usia Dewasa Akhir di Sawangan Depok. *Mohammediyah Journal of Geriatric*, 4(1), 10 – 22.

- Setyawati, V. A. V., & Hartini, E. (2018). *Buku Ajar Dasar Ilmu Gizi Kesehatan Masyarakat* (Cetakan Pe). Deepublish.
- Sherwood, L. (2013). *Fisiologi Manusia dari Sel ke Sistem* (edisi 9). Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Simatupang, A. (2018). *Buku Saku Hipertensi* (edisi 1). Jakarta: Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen Indonesia.
- Soraya., Hasana, S. U., Masithah, S., & Wahyuni, F. (2024). Hubungan Asupan Natrium Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan Poli Interna Di RSUD dr. La Palaloi Kabupaten Maros. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(4), 10461 – 10466.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: ALFABETA.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: ALFABETA.
- Suryani, I., Isdiany, N., & Kusumayanti, G. (2018). *Dietetik Penyakit Tidak Menular*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Tim Bumi Medika. (2017). *Berdamai dengan Hipertensi* (Y. N. I. Sari (ed.)). Bumi Medika.
- Usfa, M. D., Hasni, D., Birman, Y., & Febrianto, B. Y. (2023). Hubungan Asupan Kalium dengan Hipertensi pada Perempuan Etnis Minangkabau. *Jurnal Gizi*, 12(1), 52 – 63.
- Venia, E., Kaplanis, G., Voulgaris, P., & Nikolaidis, P. T. (2022). Effect of Sodium Intake on Health and Performance in Endurance and Ultra-Endurance Sports. *International Journal Researh Public Health*, 19(6).
- Wabo, T., Wu, X., Sun, C., Boah, M., Nkondjock, V., Cheruiyot, J., Adjei, D., & Shah, I. (2021). Association of Dietary Calcium, Magnesium, Sodium, and Potassium Intake and Hypertension: A Study on an 8 Year Dietary Intake Data From The National Health and Nutrition Examination Survey. *Nutrition Researh and Practice*, 16(1), 74–93.
- Watiningrum, R. Y., Agustina, C. E., Novitasari, I., & Suyono, A. (2023). Pengaruh Air Kelapa Muda (*Cocos Nucifera* L) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Desa Konang Wilayah Kerja Puskesmas Galis Kabupaten Pamekasan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga*, 7(2), 21 – 24.

- Wiani, U. A. A., Koerniawati, R. D., & Siregar, M. H. The Association Between Nutrient Intake With Blood Pressure in Adults Singandaru Community Health Center. *Jurnal Gizi Kerja dan Produktivitas*, 5(1), 129–137.
- World Health Organization. (2019). *A Global Brief on Hypertension: Silent Killer, Global Public Health Crises*. Geneva: WHO
- World Health Organization. (2023). *Hypertension*. Geneva: WHO. (<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>, diakses Agustus 2023).
- Xie, K., Gao, X., Bao, L., Shan, Y., Shi, H., & Li, Y. (2021). The Different Risk Factors For Isolated Diastolic Hypertension and Isolated Systolic Hypertension: A National Survey. *BMC Public Health*, 21, 1 – 7.
- Yaswir, R., & Ferawati, I. (2012). Fisiologi dan Gangguan Keseimbangan Natrium, Kalium dan Klorida serta Pemeriksaan Laboratorium. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 1(2), 80–85.
- Yusnita, M. (2020). *Asam, Basa dan Garam di Lingkungan Kita*. (H. Hardinah (ed.); Edisi Digi). Alprin.
- Yusuf, Y. (2018). *Modul Sederhana dan Ilmiah untuk Belajar Kimia Pangan dan Gizi*. Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA.
- Zahra, A. L., Putrawan, I. B. P., & Dharmayuda, T. G. (2019). Karakteristik anemia pada lansia di RSUP Sanglah Denpasar pada Bulan Januari-Juni 2017. *Intisari Sains Medis*, 10(2), 155 – 158.
- Zhang., Yan, D., Feng, H. J., Yuan, K. Y., Yu, D., Lun, S. Y., Juan, Z. L., Bang, C. Y., Hui, G. Q., Fang, H. Q., Yan, L., & Guang, W. J. (2020). The Prevalance of Masked Hypertension in Relation to Cigarette Smoking in a Chinese Male Population. *Journal of Hypertension*, 38(6), 1056 – 1063.