

### Daftar Pustaka

1. Indonesia PDH. Konsensus Penatalaksanaan Hipertensi 2019. Indonesian Society Hipertensi Indonesia. Jakarta; 2019. 1–90 p.
2. Kemenkes RI 2019. Hari Hipertensi Dunia 2019 : “Know Your Number, Kendalikan Tekanan Darahmu dengan CERDIK.” [Internet]. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2019. p. 1.
3. Kemenkes. Hipertensi secara global - Direktorat P2PTM [Internet]. 2018.
4. Musa EC. Status Gizi Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kinilow Tomohon. Sam Ratulangi J Public Heal. 2022;2(2):060.
5. Kemenkes RI. Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementerian Kesehatan RI. 2018;53(9):1689–99.
6. Riskesdas Sumatra Barat. Riset Kesehatan Dasar Provinsi Sumatera Barat Tahun 2018. Laporan Riskesdas Nasional 2018. 2018. 1–478 p.
7. BPS. Kabupaten Solok Dalam Angka 2022. Vol. 2. Kabupaten Solok: Badan Pusat Statistik Kabupaten Solok; 2020. 440–446 p.
8. BPS. Kecamatan Kubung Dalam Angka 2020. Kabupaten Solok: Badan Pusat Statistik Kabupaten Solok; 2017. 154 p.
9. Sudarmin H, Fauziah C, Hadiwiardjo YH. Gambaran Faktor Resiko Pada Penderita Hipertensi Di Poli Umum Puskesmas Limo Tahun 2020. ConferenceUpnvjAcId. 2022;6(2):1–8.
10. Weaver CM. Potassium and health. Adv Nutr [Internet]. 2013;4(3):368S-377S.
11. Siswanto, Dkk. Studi Diet Total: Survei Konsumsi Makanan Individu Indonesia 2014. Jakarta: Badab Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan; 2014.
12. Nan X, Lu H, Wu J, Xue M, Qian Y, Wang W, et al. The interactive association between sodium intake, alcohol consumption and hypertension among elderly in northern China: a cross-sectional study. BMC Geriatr. 2021;21(1):1–10.
13. Rohatin A, Prayuda CW. Hubungan Asupan Natrium, Kalium Dengan Hipertensi Pada Lansia Di Poliklinik Penyakit Dalam. J Fak Ilmu Kesehat [Internet]. 2020;1(1):10–4.
14. Yuriah A, Astuti AT, Inayah I. Hubungan asupan lemak, serat dan rasio lingkaran pinggang pinggul dengan tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Gondokusuman I Yogyakarta. Ilmu Gizi Indones. 2019;2(2):115.

15. Sun B, Shi X, Wang T, Zhang D. Exploration of the association between dietary fiber intake and hypertension among U.S. adults using 2017 American college of cardiology/American heart association blood pressure guidelines: Nhanes 2007–2014. *Nutrients*. 2018;10(8):1–11.
16. Mantuges SH, Widiyanti FL, Astuti AT. Pola konsumsi makanan tinggi natrium, status gizi, dan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Mantok, Kabupaten Banggai, Sulawesi Tengah. *Ilmu Gizi Indones*. 2021;4(2):97.
17. Mafaza RL, Wirjatmadi B, Adriani M. Analisis Hubungan Antara Lingkar Perut, Asupan Lemak, Dan Rasio Asupan Kalsium Magnesium Dengan Hipertensi. *Media Gizi Indones*. 2016;11(2):127.
18. Rahayu Y. Rekapitulasi 10 Penyakit Terbanyak Puskesmas Selayo. Solok; 2023. p. 2022–3.
19. Fatma Ekasari M, Suryati ES, Badriah S, Narendra SR, Amini FI. Hipertensi : kenali penyebab, tanda gejala dan penanganannya. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta; 2021. 28 p.
20. Nur Indah Sari Y. Berdamai dengan hipertensi. Nur Indah Sari Y, editor. Jakarta: Bumi Medika; 2017.
21. Marhabatsar NS, Sijid SA. Review: Penyakit Hipertensi Pada Sistem Kardiovaskular. *J Biologi [Internet]*. 2021;(November):72–8.
22. Ellison DH, Terker AS. Why Your Mother Was Right: How Potassium Intake Reduces Blood Pressure. *Trans Am Clin Climatol Assoc*. 2015;126:46–55.
23. Fauziah T, Nurmayni, Putri R, Pidia S, Sari S. Hipertensi Si Pembunuh Senyap “Yuk Kenali Pencegahan dan Penanganannya.” Harahap RA, editor. Buku Saku. Medan: CV. Pusdikra Mitra Jaya; 2021. 7–16 p.
24. Oenzil F. Gizi Meningkatkan Kualitas Manula. Suyono J, editor. Jakarta: EGC; 2012.
25. Agustini R. Mineral Fungsi Dan Metabolisme. Surabaya: Karunia; 2019. 1–147 p.
26. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 Tentang Angka Kecukupan Gizi Yang di Anjurkan Untuk Masyarakat Indonesia. Vol. 1. 2019.
27. Suharyati. Penuntun Diet Dan Terapi Gizi : Persatuan Ahli Gizi Indonesia dan Asosiasi Dietisien Indonesia. 4th ed. Jakarta: EGC; 2019.
28. Fitri Y, Rusmikawati R, Zulfah S, Nurbaiti N. Asupan natrium dan kalium sebagai faktor penyebab hipertensi pada usia lanjut. *AcTion Aceh Nutr J*. 2018;3(2):158.
29. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014

- Tentang Pedoman Gizi Seimbang [Internet]. Menteri Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta; 2014. p. 1–100.
30. Saifullah. Bioproses Biologi. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2020. 1–36 p.
  31. Santoso A. Serat Pangan (Dietary Fiber) dan Manfaatnya Bagi Kesehatan. Magistra [Internet]. 2011;
  32. Xu C, Marques FZ. How Dietary Fibre, Acting via the Gut Microbiome, Lowers Blood Pressure. *Curr Hypertens Rep.* 2022;24(11):509–21.
  33. Nepali P, Suresh S, Pikale G, Jhaveri S, Avanthika C, Bansal M, et al. Hypertension and the Role of Dietary Fiber. *Curr Probl Cardiol.* 2022;47(7):101203.
  34. Harjatmo TP, Holil M, Wiyono S. Penilaian Status Gizi. Jakarta Selatan: Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan; 2017. 102 p.
  35. Widardo, Wiboworini B, Wiyono N, Damayanti KE, Wulandari S, Hastuti H. Buku Manual Keterampilan Klinik Topik Antropometri. Kementerian Riset, Teknol Dan Pendidik Tinggi Univ Sebel Maret Fak Kedokt. 2018;(0271):1–27.
  36. Yulianto, Arismawati DF. Edukasi Pada Masyarakat Usia Produktif Terkait Kondisi Lingkar Perut Sebagai Faktor Risiko Hipertensi. *J Bhakti Civ Akad.* 2022;V(2):35.
  37. Biomedis. Pedoman Pengukuran dan Pemeriksaan Studi Kohort Penyakit Tidak Menular. Jakarta: Badab Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan; 2010. 1–39 p.
  38. Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia. Hipertensi dan obesitas. *J Kardiol Indones* [Internet]. 2016;
  39. Shariq OA, McKenzie TJ. Hipertensi terkait obesitas tinjauan patofisiologi, manajemen, dan peran bedah metabolik. *Gland Surg.* 2020;9(1):80–93.
  40. Utami DS, Syafriani S, Isnaeni LMA. Hubungan Indeks Massa Tubuh Dan Asupan Natrium Dengan Kejadian Hipertensi Di Desa Koto Perambahan Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Kampa Tahun 2021. *J Kesehat Tambusai.* 2021;2(4):18–25.
  41. Melini DOCW, Tanuwijaya RR. Status Gizi, Pola Konsumsi Natrium dan Serat Dengan Kejadian Hipertensi: A Cross Sectional Study. *J Nutr.* 2021;23(2):101–8.
  42. Fitri, Ihsan HM, Ananda SHH. Hubungan Konsumsi Natrium dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Pesisir Lingkungan Lemo-Lemo, Kabupaten Bombana. *J Gizi Ilm* [Internet]. 2022;9:1–7.
  43. Sangadah K. Hubungan Asupan Zat Gizi Makro (Natrium, Kalium, Kalsiu,

- Magnesium) Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi. *Nutr Res Dev J*. 2022;02(November):12–20.
44. Yasril AI, Rahmadani W. Hubungan Pola Makan Terhadap Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Sikolos Kota Padang Panjang Tahun 2019. *J Sehat Mandiri*. 2020;15(2):33–43.
  45. Anwar R. Konsumsi Buah dan Sayur serta Konsumsi Susu sebagai Faktor Risiko Terjadinya Hipertensi di Puskesmas S. Parman Kota Banjarmasin. *J Skala Kesehatan*. 2014;5(1):1–8.
  46. Mulyasari I, Septiar Pontang G. Hubungan Asupan Lemak, Serat, Kalium, Natrium, Dan Frekuensi Konsumsi Makanan Gorengan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Laki-Laki Usia 40-50 Tahun di Kelurahan Gedangank Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang. *J Gizi Dan Kesehatan [Internet]*. 2017;9 (22)
  47. Rahmadhani R. Analisis hubungan kadar kolesterol total dan ukuran lingkaran perut dengan kejadian hipertensi pada pegawai UIN Alauddin Makassar tahun 2014. *Al - Sihah Public Heal Sci J [Internet]*. 2015;7(1):99–105.
  48. Khairana Sari M, Lipoeto NI, Herman RB. Hubungan Lingkaran Abdomen (Lingkaran Perut) dengan Tekanan Darah. *J Kesehatan Andalas*. 2016;5(2):456–61.
  49. Salsabila T, Muhliah A, Kusumawati D. Jurnal Gizi Kerja dan Produktivitas The Relationship Between Intake of Fat , Fiber , Calcium , and Magnesium with Blood Pressure in Hypertension Patient. *Gizi Kerja dan Produkt*. 2023;4(2):190–200.
  50. Bertalina B, Muliani M. Hubungan Pola Makan, Asupan Makanan dan Obesitas Sentral dengan Hipertensi di Puskesmas Rajabasa Indah Bandar Lampung. Vol. 7, *Jurnal Kesehatan*. 2016. p. 34.
  51. Ahyar H, Maret US, Andriani H, Sukmana DJ, Mada UG, Hardani, S.Pd. MS, et al. *Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. 2020. 245 p.
  52. Retnawati H. Teknik Pengambilan Sampel. *Ekp*. 2015;13(3):1576–80.
  53. Syagata SA, Khairani K, Susanto PPN. Modul Penilaian Konsumsi Pangan [Internet]. Vol. 2, Modul penilaian konsumsi pangan. 2022. 1–48 p.
  54. Andriana E, Milliantri Elvandari. Analisa Deskriptif Hasil Pembuatan Inovasi Food Model Dengan Stiker Magnet Sebagai Kreasi Alat Peraga Bahan Ajara. *Heal Sci Growth J*. 2018;4(1):25–30.
  55. Perbedaan Gender dalam Hipertensi dan Kesadaran Hipertensi di Kalangan Dewasa Muda - PMC.
  56. Stefanacci RG, Jefferson T. Changes in the body with aging. *Healthy Living*; 2024.
  57. Nurhayati UA, Ariyanto A, Syafriakhwan F. Hubungan Usia Dan Jenis

- Kelamin Terhadap Kejadian Hipertensi. *J Kedokt STM (Sains dan Teknol Med.* 2023;6(1):53–9.
58. Dhirisma F, Moerdhanti IA. Hubungan Antara Tingkat Pendidikan Terhadap Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi Di Posbindu Desa Srigading, Sanden, Bantul, Yogyakarta Relationship Between Education Level and Public Knowledge About Hipertension in Posbindu Desa Srigading, Sanden, B. Akfarindo [Internet]. 2022;7(1):40–4.
  59. Maulidina F. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Luhur Bekasi Tahun 2018. *ARKESMAS (Arsip Kesehat Masyarakat).* 2019;4(1):149–55.
  60. Widyakarya Nasional Pangan Dan Gizi (WNPG). *Panduan Penilaian Status Gizi.* Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2014
  61. Clinic C. *Hipertensi Resisten\_ Penyebab, Gejala & Pengobatan.* 2023.
  62. Yacob R, Ilham R, Syamsuddin F. Hubungan Kepatuhan Minum Obat Dengan Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Program Prolanis Diwilayah Kerja Puskesmas Tapa. *J Ilm Ilmu Kesehat dan Kedokt.* 2023;1(2):58–67.
  63. Manik NMB, Reski S, Wahyuningrum DR. Hubungan Status Gizi, Pola Makan, Dan Riwayat Keluarga Terdapat Kejadian Hipertensi Pada Usia 45-64 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Baru. *Multidisiplin Indones.* 2023;2:1856–70.
  64. Anggraini A, Fitriani A, Anggraini AP, Etisia AA, Yuri DD, Putri AO. *Silent Killer Bahaya Hipertensi.* Kupang: Tangguh Denara Jaya; 2023. 1–7 p.
  65. Faisal DR, Lazwana T, Ichwansyah F, Fitria E. Faktor Risiko Hipertensi Pada Usia Produktif Di Indonesia Dan Upaya Penanggulangannya. Vol. 25, *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan.* 2022. p. 32–41.
  66. Nova M, Mukhlis H, Daasnita Y. Hubungan Pengetahuan, Asupan Lemak, Natrium, Kalium, Serat dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi Pada Orang Dewasa Di Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Nanam. *Ensiklopedia J [Internet].* 2023;5(2):47–51.
  67. Juliana I, Hengky HK, Umar1 F, Usman U. Analysis of Factors Related to The Incidence of Hypertension In Productive Age (15 – 59 Years). *J Gizi Kerja dan Produkt.* 2024;5(1):138–48.
  68. Fajrianti RC, Aprianti A. Gambaran Pola Konsumsi Serat, Natrium, Aktivitas Fisik, dan Status Gizi pada Wanita Penderita Hipertensi (Studi di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Martapura 2 Kabupaten Banjar). *J Surya Med.* 2023;9(3):36–41.
  69. Anasari T, Trisnawati Y. Analisis Faktor Risiko yang Berhubungan dengan Penyakit Tidak Menular (Hipertensi dan Diabetes Mellitus) di Posbindu “Beras Selawe.” *J Ensiklopedia.* 2023;5(3):582–8.

70. Herinasari NNV, Wibawa A, Nugraha MHS, Pramana Putra IPY. Persentase Lemak Total Tubuh Dan Lingkar Perut Terhadap Tekanan Darah Pada Wanita Usia 35-54 Tahun Di Desa Dauh Puri Klod. *Maj Ilm Fisioter Indones*. 2022;10(2):68.
71. Morika HD, Yurnike MW. Hubungan Terapi Farmakologi Dan Konsumsi Garam Dalam Pencapaian Target Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Puskesmas Lubuk Buaya Padang. *J Kesehat Med Saintika*. 2016;7(2):11–24.
72. Rosdiana E, Elizar. Hubungan Obesitas Asupan Makanan Sumber Natrium Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Remaja Di Uptd Puskesmas Muara Batu Kabupaten Aceh Utara Tahun 2022. *J Health Technol Med*. 2022;8(2):684–93.
73. Farameita R M, Wati DA, Ayu RNS, Pratiwi AR. Hubungan Asupan Natrium, Kalium dan Lemak ,Kebiasaan Olahraga, Riwayat Keluargadan Kualitas Tidur dengan KejadianHipertensi. *Jgk*. 2022;14(2):207–15.
74. Bolton KA, Trieu K, Woodward M, Nowson C, Webster J, Dunford EK, et al. Dietary intake and sources of potassium in a cross-sectional study of Australian adults. *Nutrients*. 2019;11(12):1–16.
75. Putri AE. Hubungan Kalium, Persentase Lemak Tubuh, Dan Kepatuhan Diet Rendah Garam. *Indones J Heal Dev*. 2022;4(1):27–34.
76. Kurniawan J, Pratiwi AR, Komala R, Dewi AP. Hubungan Asupan Lemak, Natrium, Dan Serat Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Klinik Aisyah Medical Center (AMC) Pringsewu. *J Gizi Aisyah [Internet]*. 2021;4(2):28–34.
77. Firmansyah Y, Halim Santoso A. Hubungan Obesitas Sentral Dan Indeks Massa Tubuh Berlebih Dengan Kejadian Hipertensi (Relationship Between Central Obesity And Excess Body Mass Index With The Incidence Of Hypertension). *Hearty*. 2020;8(1):1–8.
78. Huldani, Biworo A, Tsnai MA, Madika RC. A Review : Hubungan Indeks Massa Tubuh , Waist Hip Ratio , Lingkar Perut , Dan Low Density Lipoprotein Dengan Tekanan Darah. *Pros Kongr*. 2023;113–30.