

DAFTAR PUSTAKA

- Aiska GS, Chandra A. 2014. Perbedaan penurunan tekanan darah sistolik lanjut usia hipertensi yang diberi jus tomat (*Lycopersicum commune*) dengan kulit dan tanpa kulit. *J of Nutrition College*, 3(1), 158-62.
- Andriani, Aida. 2017. Pengaruh Pemberian Jus Pepaya Mengkal dalam Menurunkan Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Jurnal Ipteks Terapan Research of Applied Science and Education*, 11(i4), 299 - 311.
- Andria, K. M. 2013. Hubungan antara perilaku olahraga, stress dan pola makan dengan tingkat hipertensi pada lanjut usia di Posyandu Lansia Kelurahan Gebang Putih Kecamatan Sukolilo Kota Surabaya. *Jurnal Promkes*, 1(2), 111–117.
- Apriyanti, Monika. 2013. *Meracik Sendiri Obat & Menu Sehat Bagi Penderita Darah Tinggi*. Jogjakarta: Pustaka Baru Press.
- Daniati AR, Kartasurya MI. 2015. Pengaruh penambahan minyak zaitun terhadap tekanan darah sistolik penderita hipertensi yang diberi jus tomat. *J of Nutrition College*, 4(1), 62-70.
- Farwati, Asmi dan Ruhyana. 2012. Pemberian Buah Pepaya Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Ngampilan Yogyakarta. *Skripsi Publikasi*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Tahun 2012.
- Hapipah dkk. 2018. Pengaruh Jus Tomat terhadap Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi. *Jurnal Ilmiah STIKES Citra Delima Bangka Belitung*, 3(1).
- Haris S, Tambunan T. 2009. Hipertensi pada Sindrom Metabolik. *Sari Pediatri*, 11(4), 257-63.
- Hidayah, Nurul dkk. 2018. Pengaruh Jus Tomat terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Lansia. Malang: Poltekkes Kemenkes Malang.
- Hidayah, Rahmawati. 2018. Pengaruh Perendaman dan Perebusan pada Sayur dan Buah terhadap Kadar Kalium dan Mutu Organoleptik. Universitas Airlangga.
- Ibrahim HS dan Zakirullah Syafei. 2013. Perbedaan Nilai Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Sebelum Dan Sesudah Olahraga Senam Pada Lansia. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 1(1).

- Ilma, Alina Dzulchilda. 2015. Pengaruh Pemberian Jus Mentimun dan Tomat terhadap Tekanan Darah Perempuan Overweight dan Obesitas. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Indra, Eka Novita. 2009. Pengaturan Tekanan Darah Jangka Pendek, Jangka Menengah, dan Jangka Panjang. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Jain, Ritu. 2011. *Pengobatan Alternatif Untuk Mengatasi Tekanan Darah*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2019. Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia. Permenkes No 28 Tahun 2019.
- Komsan, Ali. 2003. *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*. Jakarta: Raja Grafindo.
- Lestari AP, Rahayuningsih HM. 2012. Pengaruh Pemberian Jus Tomat (*Lycopersicum commune*) terhadap Tekanan Darah pada Wanita Postmenopause Hipertensif. *Journal of Nutrition College*, 1(1), 14-20.
- Lestari, Dian. 2010. Hubungan Asupan Kalium, Kalsium, Magnesium, dan Natrium, Indeks Massa Tubuh, serta Aktifitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi pada Wanita Usia 30 – 40 Tahun. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Louisa, M., Sulistiyani, & Joko, T. (2018). Hubungan penggunaan pestisida dengan kejadian hipertensi pada petani di Desa Gringsing Kecamatan Gringsing Kabupaten Batang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (JKM E-Journal)*, 6(1), 654–661.
- Martiani, Ayu. 2012. Faktor Risiko Hipertensi Ditinjau Dari Kebiasaan Minum Kopi. *Journal of Nutrition College*, 1(1), 78-85.
- Novita, R. A., Mutiyani, M., & Moviana, Y. 2019. Peranan Smoothies Kurma Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 1-12.
- Nugroho, Sri H.P. 2014. Pengaruh Jus Pepaya Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Primer Di Desa Sukoanyar Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan.
- Octavian, Y., Setyanda, G., Sulastris, D., & Lestari, Y. 2015. Hubungan merokok dengan kejadian hipertensi pada laki-laki usia 35-65 tahun di Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(2), 434–440.

- Paramita, Sukma R. 2015. Pengaruh Pemberian Jus Tomat (*Lycopersicum Commune*) terhadap Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Laki-Laki Hipertensif Usia 40- 45 Tahun. Semarang: Universitas Dionegoro.
- Perhimpunan Hipertensi Indonesia. 2012. Kenalilah Tekanan Darah Anda. Jakarta.
- Pratama, Angga. 2017. Pengaruh Jus Buah Pepaya terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Lansia yang Mengalami Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Mempawah Hilir. Pontianak: Universitas Tanjungpura.
- Rahajeng, E., Tuminah, S. 2009. Prevalensi Hipertensi dan Determinannya di Indonesia. *Majalah Kedokteran Indonesia*, 59(12), 580-587.
- Rijal Fuad Khoiru, Suprihatin. 2014. Peningkatan Tekanan Darah Setelah Minum Kopi dan Merokok. *Jurnal STIKES*, 7(1).
- Riskesdas. 2018. Hasil Utama Riskesdas 2018. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Sartik, dkk. 2017. Faktor – Faktor Risiko dan Angka Kejadian Hipertensi pada Penduduk Palembang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8(3), 180-191.
- Sensiana, Maria Francona et al., 2013. Pemberian Buah Pepaya Segar dan Penurunan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik pada Lansia Penderita Hipertensi. Semarang: Poltekkes Kemenkes Semarang.
- Shanty, Meita. 2011. *Silent Killer Disease*. Jogjakarta: PT Buku kita.
- Sheps, Sheldon G. 2005. *Mayo Clinic Panduan Lengkap Penyembuhan Sendri Tentang Tekanan Darah Tinggi*. Jakarta: Inovasi
- Widharto. 2007. *Bahaya Hipertensi*. Jakarta : Sunda Kelapa Pustaka.
- Widjaya, Nita dkk. 2018. Hubungan Usia dengan Kejadian Hipertensi di Kecamatan Kresek dan Tegal Angus, Kabupaten Tangerang. *Jurnal Kedokteran YARSI*, 26 (3), 131-138.
- Anonimous. Mengendalikan Hipertensi untuk mencegah komplikasi. 2004. Tersedia di <http://www.prodia.co.id/>. diakses tanggal 31 Agustus 2019.
- He Feng Je, Graham A. Beneficial Effect of Pottasium. 2001. Tersedia di <http://www.bmj.com/> . Diakses tanggal 31 Agustus 2019.
- Wijayakusumah. Mencegah dan Mengatasi Hipertensi dengan Food therapy. 2003. Tersedia di <http://www.resto.co.id/>. Diakses tanggal 31 Agustus 2019.