

DAFTAR PUSTAKA

- AlShanableh, Z., & Ray, E. C. (2024). *Magnesium in hypertension: mechanisms and clinical implications*. *Frontiers in Physiology*, 15, 1363975.
- AlShanableh, Z., & Ray, E. C. (2024). *Magnesium in hypertension: mechanisms and clinical implications*. *Frontiers in Physiology*, 15, 1363975. Penelitian ini menjelaskan bahwa kekurangan magnesium dapat meningkatkan tonus vaskular, aktivitas saraf simpatis, dan RAAS sehingga berkontribusi terhadap peningkatan tekanan darah.
- Amer, S. A., Abo-Elnour, D. E., Abbas, A., et al. (2025). *Calcium, magnesium, and vitamin D supplementations as complementary therapy for hypertensive patients: a systematic review and meta-analysis*. Suzuki, Y., Giles, W. R., Zamponi, G. W., et al. (2024). *Ca²⁺ signaling in vascular smooth muscle and endothelial cells in blood vessel remodeling: A review*. *Inflammation and Regeneration*, 44, 50.
- Arovah, N. I., et al. (2022). Physical activity and blood pressure control among hypertensive patients. *Journal of Public Health*.
- Ballenger, B. K., Hunter, G. R., & Fisher, G. (2021). *Vascular hemodynamics and blood pressure differences between young and older women*. 4–11.
- Bart Agus Raya, Hadi Kurniawan, F. N. (2023). Karakterisasi Bobot Jenis dan Identifikasi Kalsium Pada Susu Kedelai. *Journal Syifa Sciences and Clinical Research*, 5(1), 37–43. <https://doi.org/10.37311/jsscr.v5i1.15830>.
- Chandradewi, A. R., Linda, O., & Hamal, D. K. (2025). Analisis Pengetahuan, Sikap, dan Ketersediaan dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Mahasiswa. *Jurnal Pustaka Medika (Pusat Akses Kajian Medis dan Kesehatan Masyarakat)*, 4(1), 1–6. <https://doi.org/10.55382/jurnalpustakamedika.v4i1.390>
- Cells, Endothelial, 2023. (2023). *The Calcium Signaling Mechanisms in Arterial Smooth Muscle and Endothelial Cells*. 11(2), 1831–1869. <https://doi.org/10.1002/cphy.c200030.The>.
- Chia, Y. C., He, F. J., Cheng, M. H., et al. (2025). *Role of dietary potassium and salt substitution in the prevention and management of hypertension*. *Hypertension Research*, 48, 301–313.
- Cohen, J. B., & Collins, Karen J, 2025. (2025). *2025 AHA / ACC / AANP / AAPA / ABC / ACCP / ACPM / AGS / AMA / ASPC / NMA / PCNA / SGIM Guideline for*.
- Cormick, G., et al. (2021). *Calcium supplementation for the prevention of hypertensive disorders of pregnancy: Current evidence and future directions*. *Nutrients*, 13(6), 2048.
- Dewi, I.R. (2023). *Kekurangan Kalsium Menyebabkan Osteoporosis*. *Jurnal Kebidanan Besurek*, 8(2), 9–14.
- Falo, A., Ludiana, & Ayubbana, S. (2023). Penerapan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Rawat Inap Banjarsari Kota Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(1), 32–40.

- Fauziah, T., Nurmayni, Putri, R., Pidia, S., & Sari, S. (2021). Hipertensi Si Pembunuh Senyap “Yuk Kenali Pencegahan dan Penanganannya.” In *Buku Saku*.
- Gautami, N., & Kumala, D. (2021). Hubungan Keseimbangan Natrium dan Kalium terhadap Regulasi Tekanan Darah pada Remaja. *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia*, 5(1), 21–28.
- Granal, M., Sourd, V., Burnier, M., Gougeon, A., Fauvel, J. P., Herriot, E., Néphrologie, S. De, Biologie, F. De, & De, U. (2025). *Effect of changes in potassium intake on blood pressure : a dose – response meta-analysis of randomized clinical trials (2000 – 2024).* 18(7), 1–12. <https://doi.org/10.1093/ckj/sfaf173>.
- Grillo, A., Salvi, L., Coruzzi, P., Salvi, P., & Parati, G. (2019). *Sodium intake and hypertension*. *Nutrients*, 11(9), 1970.
- Gusti. (2022). Kalium dan Peranannya dalam Keseimbangan Cairan Tubuh serta Tekanan Darah. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia*, 4(2), 45–52.
- Hadi, 2025. (2025). *Pengaruh asupan kalium terhadap tekanan darah: scoping review*. 14(April), 108–120.
- Hanifah, A. M. (2019). *Analisis Kadar Kalsium (Ca Pada Susu Sapi Segar Yang Beredar Di Area Madiun Dengan Metode Spektrofotometri UV-Vis*. <https://doi.org/10.32539/jkk.v9i3.1870>.
- Hasanah, U., Afifah, E., & Nurwanti, E. (2018). Dietary magnesium intake and risk of hypertension among adult outpatients. *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*, 5(3), 119. [https://doi.org/10.21927/ijnd.2017.5\(3\).119-126](https://doi.org/10.21927/ijnd.2017.5(3).119-126).
- Hayati, S., & Herwana, E. (2018). Peningkatan asupan kalsium menghambat penurunan kepadatan tulang pada perempuan pascamenopause. *Jurnal Biomedika dan Kesehatan. journal.universitaspahlawan.ac.id+3jbiomedkes.org+3ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id+3*.
- Hidayati, A., Purwanto, N. H., & Siswanto, E. (2022). Hubungan Stres Dengan Peningkatan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 3744. <https://doi.org/10.24853/mujg.4.1.10-22>.
- History, A. (2022). *Jurnal Sains Kesehatan Vol. 28 No. 3 Desember 2021*. 28(3), 63–72.
- Intake, L. C., Pressure, H. B., Villa-etchevoyen, C., Lombarte, M., Matamoros, N., & Beliz, M. (2019). *Mechanisms Involved in the Relationship between Low Calcium Intake and High Blood Pressure*. *Ci*, 1–16.
- Jakarta, M. (2025). *Analisis Pengaruh Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Angka Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Dewasa*. 9(5), 139–148.
- Jelmila, S. N., Hasni, D., Nindra, Y., Kedokteran, F., Padang, U. B., & Barat, S. (2023). *Jurnal Kesehatan Perintis Asupan Zinc dan Magnesium terhadap Tekanan Darah Lansia*. 10(1), 14–20.

- Juli, N., & Hipertensi, P. (2025). *JGK-Vol.17, No.2 Juli 2025*. 17(2), 105–113.
- Kardalas et al. (2018), *Hypokalemia: a clinical update*. Endocrine Connections.
- Kemenkes. (2021). Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07 Tahun 2021 Tentang Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Hipertensi Dewasa. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*, 1–85.
- Kemenkes. (2023). Survei Kesehatan Indonesia 2023 (SKI). *Kemenkes*, 235.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Hipertensi*.
- Kesehatan, D. A. N. (2024). *Aktivitas Fisik Dan Kepatuhan Minum Obat Pada Pasien Hipertensi*. 41, 215–223.
- Kim et al., 2025 – Calcium-based adjunct therapy in hypertension: systematic review.
- Krismayanti, L. A., Dewantari, N. M., & Nursanyoto, H. (2022). Perbedaan Status Hipertensi Berdasarkan Rasio Asupan Kalsium, Magnesium, Serta Aktivitas Fisik Pada Orang Dewasa. *Jurnal Ilmu Gizi: Journal of Nutrition Science*, 11(3), 152–158. <https://ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/JIG/article/view/1216>.
- Kurniyanti, N., Aryanti, A., Makmun, A., Nesyana, N., & Daeng Kanang, I. L. (2022). Hubungan Asupan Makronutrien dan Mikronutrien terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Indonesian Journal of Health*, 2(03), 147–154. <https://doi.org/10.33368/inajoh.v2i03.71>.
- Lee, D. C., et al. (2020). Physical activity and blood pressure reduction: A systematic review. *Hypertension Journal*.
- Lendawati, L., Udani, G., & Sugiarti, M. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi kadar magnesium darah pada lansia. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 16(7), 581–587. <https://doi.org/10.33024/hjk.v16i7.8271>.
- Makan, A. P., Fisik, A., & Kepatuhan, D. A. N. (2025). *Analisis pola makan, aktivitas fisik dan kepatuhan minum obat hipertensi terhadap pengendalian tekanan darah*. 9, 3707–3717.
- Mallick, M., Tian, X., Zhu, Y., & Morelande, M. (2022). *Angle-Only Filtering Of A Maneuvering Target In 3d*. 1–22.
- Manungkalit, M., Sari, N. N., Andi, N., & Novita, P. (2018). *Pada Lansia Dengan Hipertensi*. 1–8.
- Marcella Daivina Ratnamaia, S. Z. (2024). Literature Review: Hipertensi. 5(1), 1–11.
- Mardiyah, S., & Andriani, M. (2021). Regulasi Metabolisme Kalsium dan Peran Hormon dalam Homeostasis Kalsium. *Media Gizi Indonesia*, 16(2), 95–103.
- Melani, V., & Ronitawati, P. (2017). Asupan Kalium dan Hubungannya dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 13(4), 187–194.

- Muharram, F. R., Widyahening, I. S., & Danaei, G. (2025). Hypertension care performance in Indonesia: Evidence from three waves of nationally representative cross-sectional surveys. *BMJ Open*, 15(12), e109588.
- Michael S, 2016 Review Potassium Intake, Bioavailability, Hypertension, And Glucose Control.
- Mira Oktavia. (2023). *Hubungan Tingkat Stres Dengan tekanan darah pada penderita Hipertensi*. 1–78.
- Noor, H. M., Marlina, R., & Winarti, S. (2022). *Hubungan Kadar Magnesium Serum dengan Tekanan Darah pada Lansia di Puskesmas Sungai Ulin*. *Jurnal Karya Generasi Sehat*, 1(1), 29–35.
- Norberta, J. (2016). *Hubungan Asupan Magnesium dengan Tekanan Darah pada Guru Sekolah Budi Murni-3 Medan*.
- Nugroho, T. N. (2019). *Hubungan Asupan Kalsium Dn Magnesium Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Kabupaten Probolinggo*.
- Nuraeni, E. (2019). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 4(2), 97–102. <https://doi.org/10.30651/jkm.v4i2.3128>.
- Palmer, B. F., & Clegg, D. J. (2020). *Blood pressure lowering and potassium intake*. *Journal of Human Hypertension*, 34(10), 671–672.
- Palmer, B.F., & Clegg, D.J. (2016). *Physiologic and pathophysiologic roles of potassium in the kidney*. *Mayo Clinic Proceedings*, 91(6), 802–812.
- Papagiannidou, A., Mitropoulou, M., Papantzikos, K., & Petropoulou, D. (2026). *Hypomagnesemia : A Clinical and Nutritional Update Dietary Approaches to Stop Hypertension*. 1–28.
- Penerbit Eureka. (2022). *Asupan gizi pada hipertensi*. Makassar: Eureka Media Aksara.
- Permenkes. (2019). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 Tentang Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia*.
- Pratiwi, A. (2020). Pengaruh Slow Deep Breathing Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi.
- Pratiwi. (2021). *Hubungan Asupan Makanan Dengan Status Gizi Pada Balita Usia 1-3 Tahun Di Desa Pengeragoan*.
- Pudjaningrum. (2015). *Sisa Makanan Dan Tingkat Konsumsi Pada Pasien Anak Kelas Iii Di Rumkital Dr. Ramelan Surabaya*.
- Purnawan, N., & Suarjana, N. (2021). *Skrining Hipertensi Dengan Alat Ukur Sphygmomanometer Sebagai*. 5(1), 27–32.

- Pusat Pendidikan dan Pelayanan Gizi RSON. (2021). “Perlukah Suplemen Kalsium?”, RSON. ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id+6rson.kemenpora.go.id+6ejournal.poltekkes-tjk.ac.id+6.
- Putra, I. G. N. A., Dewi, N. P. S. R., & Aryana, I. G. P. S. (2020). Hubungan asupan kalium dengan tekanan darah pada pasien hipertensi. *E-Jurnal Medika Udayana*, 9(7), 48–53.
- Rahmadhani, A., Afrinis, N., & Zurrahmi, Z. (2024). Hubungan Asupan Natrium, Kalium Dan Kalsium Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Rawat Jalan Di Rumah Sakit Prima Pekanbaru Tahun 2023. *SEHAT: Jurnal Kesehatan Terpadu*, 3(4), 591–599. <https://doi.org/10.31004/s-jkt.v3i4.31652>.
- Rauf, S., Kartini, T. D. B., Putri, A. D. I., & Asikin, H. (2024). *Gambaran Kesesuaian Standar Porsi Makanan Biasa Menu Makan Siang Pasien Kelas I di Rumah Sakit Islam Faisal Kota Makassar*. *Media Gizi Pangan*, 31(2).
- Regina S. Tulungnen , Ivonny. M. Sapulete, D. H. C. P. (2016). Hubungan Kadar Kalium Dengan Tekanan Darah Di Kecamatan Bolangitang Barat Kabupaten Bolaang Mongondow Utara. *Jurnal E-Biomedik*, 4(2), 37–45. <https://doi.org/10.35790/ebm.4.2.2016.14862>.
- Riset, A. (n.d.). *Studi kepustakaan asupan natrium dan kalium dengan tekanan darah pada penderita hipertensi*. 11(3), 1–4.
- Rochmah, N. (2017). Metabolisme dan Absorpsi Kalsium dalam Tubuh Manusia. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia*, 5(3), 120–128.
- Rochmawati, N. W., Kusuma, T. S., & Husna, F. (2022). *Tingkat Kepuasan terhadap Pelayanan Makanan dan Kecukupan Gizi pada Pasien Non Communicable Diseases di Rumah Sakit Bersertifikasi Halal*. *Journal of Nutrition College*, 11(3), 211–219.
- Rizkania, V., Ariati, N. N., & Juniarsana, I. W. (2023). *Pengaruh Konseling Diet DASH (Dietary Approach to Stop Hypertension) terhadap Pengetahuan dan Asupan Mineral Penderita Hipertensi*. *Jurnal Ilmu Gizi: Journal of Nutrition Science*, 13(1). <https://doi.org/10.33992/jig.v13i1.2110>
- Romadona, Andriyani, L. (2025). *Analisis pengaruh pola makan dan aktivitas fisik terhadap angka kejadian hipertensi pada masyarakat dewasa*. 9(5), 139–148.
- Rompas, N. A., Assa, Y. A., & Tiho, M. (2025). *Hubungan Kadar Natrium Darah dengan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi*. *E-CliniC*, 13(2), 166–170.
- Rosanoff, A., & Plesset, M. R. (2022). *Oral magnesium supplements decrease high blood pressure (systolic blood pressure >155 mmHg) in hypertensive subjects on antihypertensive medications: A targeted Meta-Analysis*. *Magnesium Research*, 35(1), 29–31.
- Runturambi, Y. N., Kaunang, W. P. J., & Nelwan, J. E. (2019). Hubungan Kebiasaan Merokok Dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal KESMAS*, 8(7), 314–318. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/26609>.

- Salsabila, T., Muhlshoh, A., & Kusumawati, D. (2023). Hubungan Asupan Lemak, Serat, Kalsium, dan Magnesium dengan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 4(2), 190–200.
- Sangadah, K. (2022). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro (Natrium, Kalium, Kalsiu, Magnesium) Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi. *Nutrition Research and Development Journal*, 02(November), 12–20.
- Sari, J. N. (2019). *Hubungan Antara Obesitas, Konsumsi Natrium, Kalium, Lemak Dan Aktivitas Fisik Terhadap Tekanan Darah Orang Dewasa Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2019*. 5(1), 1–11.
- Sefriantina, R., dkk. (2023). Pengaruh Asupan Kalium terhadap Pengendalian Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 18(2), 102–110.
- Setiani, R., & Wulandari, S. A. (2023). *Hubungan Faktor Genetik dengan Kejadian Hipertensi: Scoping Review*. *Jurnal Integrasi Kesehatan & Sains*, 5(1), 60–66.
- Sharma, S., Mcfann, K., Chonchol, M., & Kendrick, J. (2014). *Dietary Sodium and Potassium Intake Is Not Associated With Elevated Blood Pressure in US Adults With No Prior History of Hypertension*. 16(6). <https://doi.org/10.1111/jch.12312>.
- Srikandi & Mulyani. (2025). *Jgk-Vol.17, No.2 Juli 2025*. 17(2), 105–113.
- Sriperumbuduri, S., Welling, P. A., Ruzicka, M., et al. (2024). *Potassium and Hypertension: A State-of-the-Art Review*. *American Journal of Hypertension*, 37(2), 91–100.
- Sutarno. (2023). Pengelolaan Kondisi Pasien Memperhatikan Penatalaksanaan Hipertensi Primer. *Symbiohealth*, 1(1). <https://journal.civiliza.org/index.php/symbiohealth/article/view/28-38>.
- Syaidah Marhabatsar, N., & Sijid, A. (2021). Patofisiologi Penyakit Hipertensi Pada Sistem Kardiovaskular. *Prosiding Biologi Achieving The Sustainable Development Goals With Biodiversity In Confronting CLimate Change*, 7(1), 72–78. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb>.
- The Prevention , Detection , Evaluation , and Management of High Blood Pressure in Adults*. 86(18). <https://doi.org/10.1016/j.jacc.2025.05.007>.
- Tinggi, S., Kesehatan, I., Husada, W., Hadi, T. P., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Husada, W. (2025). *Pengaruh asupan kalium terhadap tekanan darah: scoping review*. 14(April), 108–120.
- Triatmaja, N., dkk. (2023). Hubungan Asupan Kalsium dengan Tekanan Darah dan Persentase Lemak Tubuh pada Lansia. *Media Gizi Indonesia*, 18(1), 55–63.
- Usfa, M. Da, Hasni, D., Birman, Y., & Febrianto, B. Y. (2023). Hubungan Asupan Kalium dengan Hipertensi pada Perempuan Etnis Minangkabau. *Jurnal Gizi*, 12(2), 52. <https://doi.org/10.26714/jg.12.2.2023.52-63>.

- Vulandari, A. N., Studi, P., Keperawatan, I., Siswantoro, E., Studi, P., Ners, P., Darah, T., & Usia, L. (2025). © 2025 *Jurnal Keperawatan*. 173–185.
- Wati, H. H., Sutjiati, E., & Adelina, R. (2023). *Hubungan Asupan Natrium , Karbohidrat , Protein , Dan Lemak Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Correlation Between Sodium , Carbohydrate , Protein , And Fat Intake With Blood Pressure In Hypertensive Patients*. 02(02), 114–123.
- Weaver, C. M., et al. (2022). *Calcium in Human Health*. *Advances in Nutrition*, 13(2), 421–430.
- Whelton, P. K., et al. (2021). 2021 guideline for prevention and management of hypertension. *Journal of the American College of Cardiology*.
- WHO. (2023). Global report on hypertension. In *Universitas Nusantara PGRI Kediri* (Vol. 01).
- Widyastuti, R. A. (2019). *Metabolisme Magnesium*.
- Williams, B. (2018). 2018 ESC/ESH Guidelines for the management of arterial hypertension. *Of Arterial Hypertension*, 25(6), 1105–1187. <https://doi.org/10.1097/HJH.0b013e3281fc975a>.
- WNPG. (2014). *Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi X: Pemantapan Ketahanan Pangan dan Perbaikan Gizi Berbasis Kemandirian dan Kearifan Lokal*. Jakarta: LIPI.
- World Health Organization. (2021). *Hypertension fact sheet & physical activity recommendations*.
- Wu A, Wolley M, Stowasser M. 2019. *Journal of Human Hypertension*.
- Wulandari, A., Sari, S. A., & Ludiana. (2023). Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rsud Jendral Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2022. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(2), 163–171.
- Yaswir, R., & Ferawati, I. (2012). *Tinjauan Pustaka Fisiologi dan Gangguan Keseimbangan Natrium , Kalium dan Klorida serta Pemeriksaan Laboratorium*. 1(2), 80–85.
- Yemima, R. A. (2024). *Hubungan Asupan Kalium Dan Serat Dengan Tekanan Darah Pada Nelayan Hipertensi Di Banjar Kemuning Sedati Sidoarjo*. Table 10, 46.
- Yoshida, T., et al. (2019). Clinical importance of potassium intake and molecular mechanism. *Clinical and Experimental Nephrology*, 23(10), 1242–1250.
- Yunandar, R., Soekiswati, S., Basuki, S. W., Triastuti, N. J., & Istiqomah, N. (2024). Hubungan usia, pendidikan, dan tingkat pengetahuan dengan kejadian hipertensi berpendekatan cross sectional. *Jurnal Keilmuan dan Keislaman*.
- Yunus, M., Husain, H., & Mamahit, H. (2023). *Asupan Garam terhadap Tekanan Darah pada Lansia di Puskesmas Kota Barat Kota Gorontalo*. *GOJHES (Global Health and Environmental Studies Journal)*, 2(1), 30–36.
- Yuslita, N., Zanzibar, & Lilia, D. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian

DBD. *Media Informasi*, 19(2), 41–48. <https://doi.org/10.37160/mijournal.v19i2.297>.

Zhang, X., et al. (2025). *Magnesium Supplementation and Blood Pressure: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials*. *Hypertension*, 82, 1844–1856.