

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, S., Jusuf, H., & Arsad, N. (2025). Hubungan Asupan Lemak dan Asupan Natrium dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Tilango. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 8(10), 6452–6459. <https://doi.org/10.56338/jks.v8i10.8899>
- Agustin, A. P., Sulistiyani, & Akbar, A. A. (2025). Hubungan antara Tingkat Pengetahuan Hipertensi, Konsumsi Lemak, Natrium dan Kalium dengan Kejadian Hipertensi Usia Produktif. *JLKM (Jurnal Lentera Kesehatan Masyarakat)*, 4(2), 164–172. <https://jurnalkesmas.co.id/index.php/jlkm>
- Aisaturrido, I., Birwin, A., & Alnur, R. D. (2020). Hubungan Konsumsi Buah dan Sayur, Aktivitas Fisik, Obesitas Serta Riwayat Keluarga Terhadap Kejadian Hipertensi di Kabupaten Kepulauan Seribu Tahun 2019. *KESMAS UWIGAMA: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(2), 135–144. <https://doi.org/10.24903/kujkm.v6i2.961>
- Amira, I., Hendrawati, H., & Rosidin, U. (2025). Pendidikan Kesehatan tentang Manfaat Sayuran sebagai Sumber Gizi bagi Kesehatan Anak di SDN 01 Cikeruh Jatinangor. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 8(6), 3133–3141. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v8i6.20138>
- Angesti, A. N., Triyanti, T., & Sartika, R. A. D. (2018). Riwayat Hipertensi Keluarga Sebagai Faktor Dominan Hipertensi pada Remaja Kelas XI SMA Sejahtera 1 Depok Tahun 2017. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 46(1), 1–10. <https://doi.org/10.22435/bpk.v46i1.41>
- Aprilliyanti, D. R., & Budiman, F. A. (2020). Hubungan Asupan Natrium dengan Kejadian Hipertensi di Posyandu Lansia Desa Tegowangi Kecamatan Plemahan Kabupaten Kediri. *Nutriology: Jurnal Pangan, Gizi, Kesehatan*, 1(1), 7–11.
- Apriyanto, M. (2022). *Pengetahuan Dasar Bahan Pangan*. CV. AA. Rizky.
- Baringbing, E. P. (2023). Pengaruh Karakteristik Pendidikan dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien Rawat Jalan di RSUD dr. Doris Sylvanus Provinsi Kalimantan Tengah. *Jurnal Surya Medika*, 9(3), 124–130. <https://doi.org/10.33084/jsm.v9i3.6492>
- Dinas Kesehatan Kabupaten Banyuwangi. (2023). *Profil Kesehatan Kabupaten Banyuwangi Tahun 2023*.
- Ekarini, N. L. P., Wahyuni, J. D., & Sulistyowati, D. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Usia Dewasa. *JKEP*, 5(1), 61–73.

- Erman, I., Damanik, H. D., & Sya'diyah. (2021). Hubungan Merokok dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Kampus Palembang. *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)*, 1(1), 54–61.
- Fadillah, N. A., Fakhriyah, F., Pujiarti, N., Sari, A. R., Hildawati, N., & Fitria, F. (2023). Pengaruh Perilaku Merokok, Konsumsi Buah Dan Sayur Terhadap Kejadian Hipertensi (Studi Cross Sectional pada Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Aluh-Aluh Kabupaten Banjar). *An-Nadaa Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 139. <https://doi.org/10.31602/ann.v10i2.10373>
- Farapti, Prasetyo, A. F., & Fadilla, C. (2023). *Peran Garam (Natrium) Pada Kesehatan Dari Aspek Pangan Sampai Klinis*. Airlangga University Press.
- Fathirma'ruf, Budiman, & Taufik. (2019). Pemberdayaan Masyarakat Pesisir dalam Bidang Pendidikan, Kesehatan, dan Teknologi Informasi untuk Mendukung Kemajuan Pariwisata Kab. Dompu. *Media Bina Ilmiah*, 14(2), 2069–2076. <https://doi.org/10.33758/mbi.v14i2.307>
- Fitri, Ihsan, H., & Ananda, S. H. (2022). Hubungan Konsumsi Natrium dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Pesisir Lingkungan Lemo-Lemo, Kabupaten Bombana. *Jurnal Gizi Ilmiah (JGI)*, 9(2), 1–7.
- Fuadi, F., Rahmayanti, Y., Maulanza, H., & Affuan, V. R. (2024). Studi Kasus: Diagnostik Holistik dan Penatalaksanaan Pasien Perempuan Usia 50 Tahun dengan Hipertensi Urgensi Melalui Pendekatan Kedokteran Keluarga. *Jurnal Aceh Medika*, 8(2), 114–124.
- Halim, R. D., & Sutriyawan, A. (2022). Studi Retrospektif Gaya Hidup dan Kejadian Hipertensi pada Usia Produktif. *Journal of Nursing and Public Health*, 10(1), 121–128.
- Hamidah, I. (2018). Studi Tentang Pola Konsumsi Masyarakat Pesisir Indramayu. *Jurnal Biologi and Pendidikan Biologi*, 1(2), 46–51.
- Ina, S. H. J., Selly, J. B., & Feoh, F. T. (2020). Analisis Hubungan Faktor Genetik dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Dewasa Muda (19-49Tahun) di Puskesmas Bakunase Kota Kupang Tahun 2020. *CHMK HEALTH JOURNAL*, 4(3), 217–221.
- Irwanto, F. S., Hasni, D., Anggraini, D., & Febrianto, B. Y. (2023). Hubungan Pola Konsumsi Lemak dan Sodium Terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Perempuan Etnis Minangkabau. *Scientific Journal*, 2(2), 62–73. <http://journal.scientic.id/index.php/sciena/issue/view/8>

- Julyana, J., Sefrina, L. R., & Kurniasari, R. (2022). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Sukatani Depok . *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(19), 212–218.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Bahaya Hipertensi, Upaya Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi. Available from <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilismedia/20240518/5245526/bahaya-hipertensi-upaya-pencegahan-dan-pengendalian-hipertensi/>
- Kholifah, S. H., Budiwanto, S., & Katmawanti, S. (2020). Hubungan antara Sosioekonomi, Obesitas dan Riwayat Diabetes Melitus (DM) dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Puskesmas Janti Kecamatan Sukun Kota Malang. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 1(2), 157–165. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jppkmi/article/view/41419/173>
- Kirom, A. Q., Aini, F. N., & Erna, S. (2021). Pengaruh Tingkat Konsumsi Diet Tinggi Natrium dan Lemak Dengan Prevalensi Hipertensi Pada Masyarakat di Kabupaten Malang. *Jurnal Kedokteran Komunitas (Journal of Community Medicine)*, 9(1), 1–9.
- Leo, A. A. R., Willa, S. M. C., & Bilaut, D. A. (2020). Hubungan Konsumsi Laru, Garam, Sayur, dan Buah Terhadap Resiko Hipertensi Pria Dewasa Kupang. *JIGK (Jurnal Ilmiah Gizi Kesehatan)*, 1(02), 1–9.
- Maulia, M., Hengky, H. K., & Muin, H. (2021). Analisis Kejadian Penyakit Hipertensi di Kabupaten Pinrang. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 4(3), 2614–3151. <http://jurnal.umpar.ac.id/index.php/makes>
- Maulidya, Y. Z., Qonitun, U., & Ristanti, I. K. (2024). Hubungan antara Asupan Natrium, Kalium, Aktivitas Fisik dengan Hipertensi pada Perempuan Usia diatas 45 Tahun. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 3(1), 177–184. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v3i1.3123>
- Mukaromah, L. F. (2026). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Penduduk Usia 30-40 Tahun di Desa Suci Jember. *Borneo Nursing Journal (BNJ)*, 8(1), 1662–1667. <https://bnj.akys.ac.id/BNJ>

- Muslimah, K., Tharida, M., & Dezreza, N. (2023). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Kecamatan Kuta Alam. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 9(1), 2615–109.
- Nafi, S. U., & Putriningtyas, N. D. (2023). Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Masyarakat Pesisir (Studi Pada Masyarakat Wilayah Kerja Puskesmas Kedung II Jepara). *Journal of Nutrition College*, 12(1), 53–60. <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/>
- Nasution, L. K., & Rambe, N. Y. (2020). Penyakit Hipertensi pada Lansia di Desa Huraba Kecamatan Batang Angkola Kabupaten Tapanuli Selatan Tahun 2020. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 2(3).
- Nurhayati, N. E., & Indrawati, V. (2023). Hubungan Tingkat Stres, Asupan Natrium dan Asupan Lemak dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Posyandu Lansia Kelurahan Sidomoro, Kabupaten Gresik. *Jurnal Gizi Unesa*, 3(4), 427–434.
- Nurhayati, U. A., Ariyanto, A., & Syafriakhwan, F. (2023). Hubungan Usia dan Jenis Kelamin Terhadap Kejadian Hipertensi. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*, 1, 363–369.
- Octarini, D. L., Meikawati, W., & Purwanti, I. A. (2023). Fakultas Kesehatan Masyarakat Hubungan Kebiasaan Konsumsi Makanan Tinggi Natrium dan Kalium Dengan Tekanan Darah Pada Usia Lanjut. *Prosiding Seminar Kesehatan Masyarakat*, 1, 10–17. <https://jurnalnew.unimus.ac.id/index.php/prosidingfkm>
- Oktaviani, E., Prastia, T. N., & Dwimawati, E. (2022). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi Pada Pra Lansia di Puskesmas Bojonggede Tahun 2021. *PROMOTOR Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 5(2), 135–147. <http://ejournal.uika-bogor.ac.id/index.php/PROMOTOR>
- Podungge, Y. (2020). Hubungan Umur dan Pendidikan dengan Hipertensi pada Menopause. *Gorontalo Journal of Public Health*, 3(2), 154–161.
- Pradono, J., Kusumawardani, N., & Rachmalina, R. (2020). *Hipertensi: Pembunuh Terselubung di Indonesia*. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Prameswari, R. D., Lidiyawati, H., Syafrullah, H., Aba, M., & Akmal, D. (2023). Pengaruh Merokok dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Produktif. *HJK (Holistik Jurnal Kesehatan)*, 17(5), 395–401. <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i5.12003>

- Prayitnaningsih, S., Rohman, M. S., Sujuti, H., Hamid, A. A., & Vierlia, W. V. (2021). *Pengaruh Hipertensi Terhadap Glaukoma*. UB Press.
- Purhadi, & Sabardi, A. (2025). Hubungan Keturunan dengan Kejadian Hipertensi di RSUD PKU Muhammadiyah Banjarnegara. *Journal of TSCNers*, 10(1), 147–155. <http://ejournal.annurpurwodadi.ac.id/index.php/TSCNers148>
- Rarastiti, C. N. (2022). Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja. *Jurnal Penelitian Inovatif*, 2(2), 281–288. <https://doi.org/10.54082/jupin.80>
- Rasyid, L. O. (2024). *Hubungan Sosiokultural dan Gaya Hidup dengan Kualitas Hidup Penderita Hipertensi Masyarakat Pesisir di Wilayah Kerja Puskesmas Barombong Kota Makassar*. Universitas Hasanuddin.
- Rayanti, R. E., Triandhini, R. L. N. K., & Sentia, D. H. (2019). Hubungan Konsumsi Garam dan Tekanan Darah Pada Wanita di Desa Batur Jawa Tengah. *Media Ilmu Kesehatan*, 8(3), 180–191.
- Riyada, F., Fauziah, S. A., Liana, N., & Hasni, D. (2024). Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Resiko Hipertensi pada Lansia. *Scientific Journal*, 3(1), 27–47. <http://journal.scientific.id/index.php/sciena/issue/view/17>
- Sabila, V. P., & Sari, I. P. (2023). Hubungan Asupan Zat Gizi, Aktivitas Fisik, dan Kualitas Tidur dengan Kejadian Hipertensi pada Pegawai Negeri Sipil Usia 24-54 Tahun di LPMP Sumsel. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(3), 16919–16936.
- Salsabila, T., Muhlishoh, 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. <https://doi.org/10.52742/jgkp.v4i2.224>
- Samsiati, D., Nurhamidi, & Anwar, R. (2023). Hubungan Aktifitas Fisik, Konsumsi Buah dan Sayur, dan Kualitas Tidur dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Riset Pangan Dan Gizi (JR-Panzi)*, 5(2), 52–58.
- Sasole, V. A. (2023). *Peran Kelompok Wanita Fatimah Az-Zahrah dalam Pemberdayaan Masyarakat di Pesisir Kota Makassar*. Universitas Hasanuddin.
- Satira, M., Afrinis, N., & Safitri, Y. (2024). Aktifitas Fisik, Gizi Lebih, Konsumsi Buah, Sayur, Natrium, dengan Hipertensi Lansia di Palung Raya. *Jurnal Ilmu Gizi Dan Dietetik*, 3(4), 236–243. <https://doi.org/10.25182/jigd.2024.3.4.236-243>

- Siregar, F. A., & Makmur, T. (2020). Metabolisme Lipid dalam Tubuh. *Jurnal Inovasi Kesehatan Masyarakat*, 1(2), 60–66. <http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JIKM>
- Siregar, P. A., Simanjuntak, S. F. S., Ginting, F. H. B., Taringan, S., Hanum, S., & Utami, F. S. (2020). Analisis Faktor Risiko Kejadian Hipertensi Masyarakat Pesisir Kota Medan (Aspek Sosial Budaya Masyarakat Pesisir). *Jurnal Pembangunan Perkotaan*, 8(1), 1–8. <http://ejpp.balitbang.pemkomedan.go.id/index.php/JPP>
- Sumarni, S., Sari, L. M., Syafrullah, H., Wahidah, N. J., & Vanchapo, A. R. (2023). Faktor genetik dan kebiasaan merokok terhadap kejadian hipertensi. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 17(3), 230–237. <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i3.10246>
- Suparni, S., Mahwati, Y., Hartiningsih, S. S., Gorta, W., Tereza, S. A., Mardani, N. P., & Alfiani, N. (2022). Sosialisasi Tentang Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular (PTM) Pada Pelatihan Kader PTM. *Abdi Masada*, 3(1), 69–74.
- Supriatiningrum, D. N., Amelia, F., & Herawaty, A. (2022). Potensi Status Gizi dan Sosio Ekonomi Berdampak pada Wanita Usia Subur (WUS) mengalami Penyakit Hipertensi. *Ghidza: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 6(2), 139–152. <https://doi.org/10.22487/ghidza.v6i2.530>
- Suryani, N., Noviana, & Libri, O. (2020). Hubungan Status Gizi, Aktivitas Fisik, Konsumsi Buah dan Sayur dengan Kejadian Hipertensi di Poliklinik Penyakit Dalam RSD Idaman Kota Banjarbaru. *Jurnal Kesehatan Indonesia (The Indonesia Journal of Health)*, 10(2), 100–107.
- Susanti, N., Siregar, P. A., & Falefi, R. (2020). Hypertension's Determinant in Coastal Communities Based on Socio Demographic and Food Consumption. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 2(1), 43–52. <https://doi.org/10.36590/jika.v2i1.52>
- Sutriyawan, A., Apriyani, R., & Gita Miranda, T. (2021). The Relationship between Lifestyle and Hypertension Cases at UPT Cibiru Public Health Center Bandung City. *Public Health Journal*, 15(1), 50–56.
- Syahrir, M., Sabilu, Y., & Salma, W. O. (2021). Hubungan Merokok dan Konsumsi Alkohol dengan Kejadian Penyakit Hipertensi pada Masyarakat Wilayah Pesisir. *Jurnal Nursing Update*, 12(3).
- Taiso, S. N., Sudayasa, I. P., & Paddo, J. (2021). Analisis Hubungan Sosiodemografis Dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Lasalepa, Kabupaten Muna. *Nursing Care and Health Technology Journal*, 1(2), 102–109.

- Tasić, T., Tadić, M., & Lozić, M. (2022). Hypertension in Women. *Frontiers in Cardiovascular Medicine*, 9. <https://doi.org/10.3389/fcvm.2022.905504>
- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., Khan, N. A., Poulter, N. R., Prabhakaran, D., Ramirez, A., Schlaich, M., Stergiou, G. S., Tomaszewski, M., Wainford, R. D., Williams, B., & Schutte, A. E. (2020). 2020 International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines. *Hypertension*, 75(6), 1334–1357. <https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.120.15026>
- Wati, H. H., Sutjiati, E., & Adelina, R. (2023). Hubungan Asupan Natrium, Karbohidrat, Protein, dan Lemak dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *NUTRITURE JOURNAL*, 2(2), 114. <https://doi.org/10.31290/nj.v2i2.3956>
- Wijaya, D. A., & Kumala, M. (2021). Hubungan Konsumsi Sayur dan Buah dengan Tekanan Darah pada Masyarakat Usia Produktif di Puskesmas Kecamatan X Tahun 2020. *Tarumanagara Medical Journal*, 3(2), 274-28.
- World Health Organization. (2023). Hipertensi. Available from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>.
- Yanita, N. I. S. (2022). *Berdamai dengan Hipertensi*. Bumi Medika.
- Yelsa, P. L., Apriza, & Harmia, E. (2025). Hubungan Status Ekonomi dengan Kejadian Hipertensi pada Usia 45-54 Tahun di Desa Pulau Birandang Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kampa. *Healthy: Journal of Health and Science*, 1(1), 1–6. <https://healthy.or.id>
- Zang, T., Hassan, W., Javaid, F., Shabbir, R., Shahzadi, A., & Ahmed, H. (2025). *Impact of Fatty Diets on Blood Pressure: A Systematic Review and Meta-analysis*. *Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition*, 34(4), 542–550.