

## DAFTAR PUSTAKA

- AACC. (2001). *American Association of Cereal Chemists Report: The Definition of Dietary Fibre*, Cereal Foods World vol.46, pp. 89-148
- Adib, M. (2009). *Cara Mudah Memahami dan Menghindari Hipertensi, Jantung, dan Stroke* (2nd ed.). Yogyakarta: Dianloka Printika.
- Akmal, H. (2012). *Perbedaan Asupan Energi, Protein, Aktifitas Fisik dan Status Gizi Antara Lansia yang Mengikuti dan Tidak Mengikuti Senam Bugar Lansia*. Univeritas Diponegoro.
- Almatsier, S. (2004). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Almatsier, S. (2006). *Gizi Seimbang untuk Usia Tua*. Jakarta: PT. Primamedia Pustaka.
- Ambardini, R. . (2009). *Aktivitas Fisik pada Lanjut Usia*. Retrieved June 10, 2015, from <http://staff.uny.ac.id/>
- American College Of Sports Medicine. (2004). Position stand: Exercise and Hypertension. *Med. Sci. Sports Exerc. Jurnal Promkes*, 30, 533–535.
- Angraini, R. D. (2014). *Hubungan indeks massa tubuh (IMT), aktivitas fisik, rokok, konsumsi buah, sayur dan kejadian hipertensi pada lansia di pulau Kalimantan (analisis data riskesdas 2007)*. Universitas Esa Unggul.
- Anonim. (2008). *Lansia*. Retrieved July 24, 2016, from <http://repository.usu.ac.id>
- Anwar T. B. (2004). *Dislipidemia sebagai Faktor Resiko Penyakit Jantung Koroner*. Medan: Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara.
- Appel L. I., Brands M. W., Daniels S. R., Karanja N., Elmer P. J., Sacks F. M. (2006). Dietary Approaches to Prevent and Treat Hypertension: *A Scientific Statement from the American Heart Association. Hyper J AHA* 2006;47:296-308
- Arikunto, S. (2002). *Prosedur Penelitian (Rev V)*. Jakarta: Penerbit Rineka Cipta.
- Arlita, T. W. (2014). *Hubungan Asupan Natrium, Kalium, Magnesium, Dan Status Gizi dengan Tekanan Darah pada Lansia di Kelurahan Makamhaji Kecamatan Kartasura*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Armilawaty., Husnul Amalia., R. A. (2007). *Hipertensi dan faktor risikonya dalam kajian epidemiologi*. Retrieved June 8, 2015, from <http://ridwanamiruddin.me/2007/12/08/hipertensi-dan-faktor-risikonya-dalam-kajian-epidemiologi/>

- Astari, P. D. (2012). Pengaruh Senam Lansia Terhadap Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi pada Kelompok Senam Lansia di Banjar Kaja Sesetan Denpasar Selatan. *Jurnal Promkes*.
- Azwar. (1989). *Epidemiologi Hipertensi. Cermin Dunia Kedokteran*; 56 :11-14.
- Baziad, A. (2003). *Menopause dan Andropause*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawihardjo.
- Boedhi-Darmojo. (2001). *Mengamati Perjalanan Epidemiologi Hipertensi di Indonesia* (7th ed.). Medika.
- Brunner & Suddarth. (2001). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah* (8th ed.). Jakarta: EGC.
- Bustan, M. (1997). *Epidimiologi Penyakit Tidak Menular*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Charney, P. (2008). Women and coronary artery disease. In & P. P. Fuster, R. A. Walsh, R. A. O'Rourke (Ed.), *Hurst's the heart* (12th ed.). New York: The McGraw-Hill Companies, Inc.
- Cortas, K. (2008). *Hypertension*. Retrieved July 24, 2016, from <http://www.emedicine.com>.
- Darmojo, R. B., & Martono, H. (2011). Geriatri. In *Ilmu Kesehatan Usia Lanjut* (4th ed., pp. 348–51). Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Dauche. (2007). Dietary Patterns and Blood Pressure change over 5-y follow-up in the SU, VI.MAX cohort. *Journal of the American Clinic Nutrition*, 85, 1650–6.
- Dawn B., Allam D., Colleen M. (2000). *Biokimia Kedokteran Dasar*. Jakarta: EGC.
- Depkes, R. (2010). *Masalah Hipertensi Di Indonesia*. Retrieved June 15, 2015, from <http://www.depkes.go.id>
- Depkes RI. (2001). *Gambaran Epidemiologi Penyakit Hipertensi di Indonesia*. Retrieved June 15, 2015, from <http://www.depkes.go.id>
- Eduardo, Krishna K., Gaddam, Suzanne, Inmaculada, Saima, Louis J. Dell'Italia. (2009). Effects of Dietary Sodium Reduction on Blood Pressure in Subjects with Resistant Hypertension: *Results from a Randomized Trial*. *Hypertension Journal of the American Heart Association* 2009;54:475-81.
- Emily D. Parker, Kathryn H. Schmitz, David R. Jacobs, Jr, Donald R. Dengel, and P. J. S. (2007). Physical Activity in Young Adults and Incident Hypertension Over 15 Years of Follow-Up. *The CARDIA Study*. *American*

*Journal of Public Health*, 97, 703–709.  
<http://doi.org/10.2105/AJPH.2004.055889>

- Fathina, U, A. (2007). *Hubungan Asupan Sumber Lemak dan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Tekanan Darah Penderita Hipertensi* [Skripsi]. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Fatmah. (2010). *Gizi Usia Lanjut*. Jakarta: Erlangga.
- Fitriana, N. (2007). *Hipertensi pada Lansia*. Retrieved June 10, 2015, from <http://www.scribd.com/>
- Ganong, W. F. (1998). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran* (17th ed.). Jakarta: EGC.
- Gray Huon H, Dawkins KD, Morgan JM, S. I. (2005). *Hipertensi*. In *Lecture Notes Kardiologi* (4th ed.). Jakarta: Erlangga.
- Hanna, Andar. (2009). *Memahami Krisis Lanjut Usia: Uraian Medis dan Pedagogis-Pastoral*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hartono, A. (2006). *Terapi Gizi dan Diit Rumah Sakit* (2nd ed.). Jakarta: EGC.
- Hayens R. B, Frans H. H. L., & E. S. (2003). *Buku Pintar Menaklukan Hipertensi*. Jakarta: Ladang Pustaka dan Intimedia.
- Hoeger WWK & Hoeger SA. (2005). *Lifetime Physical Fitness and Wellness, a Personalized Program* (5th ed.). USA: Thomson Wadsworth.
- Hull. (1996). *Penyakit Jantung, Hipertensi dan Nutrisi*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Ismanto, I. (2013). *Hubungan Kebiasaan Olahraga terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Rawat Jalan di RS PKU Muhammadiyah Surakarta* [Karya Tulis Ilmiah]. Surakarta: Fakultas Ilmu Kesehatan UMS.
- Istiqomah, Fitriyah Z. (2009). Kebiasaan Konsumsi Natrium Dan Kalium Sebagai Faktor Risiko Kejadian Hipertensi Pada Wanita Lanjut Usia. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia* (vol 6).
- JNC. (2003). The Seventh Report of the Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure. *Jurnal Promkes*, 7.
- Kamus gizi: *Pelengkap Kesehatan Keluarga*. (2009). Persagi. Jakarta: Kompas.
- Kapojos, E. J. (2009). *Hipertensi dan obesitas*. Retrieved June 7, 2015, from <http://www.jantunghipertensi.com/>

- Kartikasari, A, N. (2012). Faktor Risiko Hipertensi pada Masyarakat di Desa Kabongan Kidul, Kabupaten Rembang. *Jurnal Semarang FK-Undip*.
- Khomsan, A. (2004). *Pengantar Pangan dan Gizi*. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Kokkinos P, Giannelou A, Manolis A, P. A. (2009). Physical Activity in The Prevention and Management of High Blood Pressure. *Journal Hellenic Cardiol*, 50, 52–59.
- Kowalski, R. (2007). *Terapi Hipertensi. Terjemahan: Rani S*. Bandung: Qanita.
- Krisnatuti D, Y. R. (2005). *Perencanaan Menu Bagi Penderita Jantung Koroner*. Trubus Agriwidya.
- Lingga, L. (2012). *Bebas Hipertensi tanpa obat*. Jakarta: PT. Agro Media Pustaka.
- Mahan, L.K. & Escott-Stump, S., ed. (2004). Krause's Food, Nutrition, & Diet Therapy. In D. Krummel (Ed.), *Medical Nutrition Therapy in Cardiovascular Disease* (11th ed., pp. 860–899). USA: Elseveir.
- Manurung, E. (2004). *Hubungan antara Asupan Asam Lemak Tak Jenuh Tunggal dengan Kadar Kolesterol HDL Plasma Penderita Penyakit Jantung Koroner* [Tesis]. Jakarta: Program Magister Sains Ilmu Gizi Klinik Universitas Indonesia.
- Markenson, J. (2004). *An In-Depth Overview of Osteoarthritis for Physician*. Retrieved June 3, 2015, from <http://hss.edu/>
- Maryam, R. S. (2008). *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.
- McCullough, M. Lin, P, H. (2001). *Nutrition, diet and hypertension*. In: Coulston AM, Rock CL, Mosen ER, editor. Nutrition in the prevention and treatment of disease. San Diego: Academic Press; 2001.p.305,309,310.
- Morrell. (2005). *Kolesterol*. Jakarta: Erlangga.
- National Heart, Lung and Blood Institute (NHLBI). (2012). *Who is at Risk for High Blood Pressure*. U.S. National Institutes of Heart.
- Nugroho, W. (2008). *Keperawatan Gerontik dan Geriatrik* (3rd ed.). Jakarta: EGC.
- Nurkhalida. (2003). *Warta Kesehatan Masyarakat. Depkes RI*.
- Olwin Nainggolan, Cornelis Adimunca. (2005). *Diet Sehat Dengan Serat*. Cermin Dunia Kedokteran No. 147. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.

- Palmer. Williams. (2007). *Tekanan Darah Tinggi*. Jakarta: Erlangga.
- Pereira, M.A., Folsom, A.R., McGovern, P. (1999). Physical activity and incident hypertension in black and white adults. In *The Atherosclerosis Risk in Communities Study* (28th ed., pp. 304–312). Preventive Medicine.
- Potter. Perry. (2005). *Fundamental Keperawatan* (4th ed., Vol. 2). Jakarta: EGC.
- Ramayulis, R. (2010). *Menu dan Resep untuk Penderita Hipertensi*. Jakarta: Penebar Plus.
- RDA. (1989). *Recommended Dietary Allowances* (10th ed.). Washington, D.C: National Academy Press.
- Rikesdas. (2007). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Departemen Kesehatan, Republik Indonesia.
- Rimbawan dan A. Siagian. (2004). *Indeks Glikemiks Pangan*. Bogor: Penebar Swadaya.
- Rinawang, S. F. (2011). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Hipertensi pada Kelompok Lanjut Usia di Kelurahan Sawah Baru, kecamatan Ciputat, Kota Tangerang Selatan [Skrpisi]*. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah.
- Ronny. (2010). *Fisiologi Kardiovakular*. Jakarta: EGC.
- Rumawas, J. S. (1993). Peranan Gizi pada Peningkatan Kualitas Hidup Warga Lanjut Usia di Indonesia.
- Rusdi. Nurlaela Isnawati. (2009). *Awas! Anda Bisa Mati Cepat Akibat Hipertensi & Diabetes*. Yogyakarta: Power Books (IHDINA).
- Sagala. (2010). *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sanif, Edial. (2009) . *Hipertensi Pada Wanita*. Retrieved 12 July 24, 2016, from <http://www.jantunghipertensi.com/hipertensi/78.html>
- Schrier, R, W. (2000). *Manual of Nephrology* (5th ed.). USA: Lippincott Williams & Wilkins.
- Sheps, S. (2005). *Mayo Clinic Hipertensi, Mengatasi Tekanan Darah Tinggi*. PT. Intisari Mediatama.
- Shils, M, E. Shike, M. (2006). *Modern Nutrition in Health and Disease* (10th ed.). Philadelphia: Lippincott Williams and Wilkins; 2006.p.1096,1101,1102.
- Sigit, O. (2015). *Miracle Juices: Penggempur Kolesterol, Penyakit Jantung Koroner, dan Stroke*. Jakarta: FMedia.

- Sihombing, M. (2010). *Hubungan Perilaku Merokok, Konsumsi Makanan/Minuman, dan Aktifitas Fisik dengan Penyakit Hipertensi pada Responden Obes Usia Dewasa di Indonesia*, *Majalah Kedokteran Indonesia*, Vol 60, No: 90.
- Smeltzer, S.C. and Bare, B. (2001). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah* (8th ed.). Jakarta: EGC.
- Sobel. (1999). *Hipertensi: Pedoman Klinis Diagnosis dan Terapi*. Jakarta: Hipokrates.
- Sofia. (2014). *Buku ajar keperawatan gerontik*. Yogyakarta: Deepublish.
- Sriwahyuni. (2013). *Pola Konsumsi Buah dan Sayur serta Asupan Zat Gizi Mikro dan Serat pada Ibu Hamil di Kabupaten Gowa*. Makasar: Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Hasanudin.
- Sugiharto, A. (2007). *Faktor-Faktor Risiko Hipertensi Grade II Pada Masyarakat (Studi Kasus di Kabupaten Karananyar)* [Tesis]. Semarang: UNDIP.
- Sugondo. (2006). *Obesitas*. In *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam UI* (pp. 1919–1925). Jakarta: Pusat Penerbitan Departemen Ilmu Penyakit Dalam FK UI.
- Suharjo. (1989). *Sosial Budaya Gizi*. In *Pusat Antar Universitas Pangan dan Gizi*. Bogor: ITB.
- Suhardjo. (2003). *Berbagai Cara Pendidikan Gizi*. Jakarta: Bumi Aksara
- Suhardjo, Clara M. (1992). *Prinsip-prinsip ilmu gizi*. Yogyakarta: Kanisius.
- Supariasa, D. N., Bakri, B., dan Fajar, I. (2002). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Susalit, E. (2001). *Buku Ajar Ilmu Penyakit dalam II*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Susilo, M. (2013). *Menjadi Sahabat Lansia di Musim Dingin*. Retrieved June 20, 2015, from <http://www.bbc.uk/>
- Syukraini. (2010). *Analisis Faktor Resiko Hipertensi pada Masyarakat Nagari Bango Tanjung, Sumatera Barat*. Retrieved June 5, 2015, from <http://respository.usu.ac.id/>
- Tesfaye, F., Nawi, N. G., Van Minh, H. (2007). Association between body mass index and blood pressure across three population in Africa and Asia. *Journal of Human Hypertension*, 21, 28–37.

- Thristyaningsih, S. Probosuseno, A. H. (2011). SBL Berpengaruh Terhadap Daya Tahan Jantung, Paru, Status Gizi, dan Tekanan Darah. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 8, 14–22.
- Utami, H. (2007). *Hubungan antara Kesegaran Jasmani dengan Tekanan Darah pada Karang Taruna Tunas Harapan Usia 20-39 Tahun di Bulakrejo Sragen*. Universitas Negeri Semarang.
- Wang. (2012). Fruit and vegetable intake and the risk of hypertension in middle-aged and older women. *American Journal Hypertension*, 25(2):180-9, doi: 10.1038/ajh.2011.186
- Whelton, P. (2004). Epidemiology and the prevention of hypertension. *Journal Clinic Hypertension*, 6, 636–42.
- WHO. (2010). Guide Community Preventive Service. In *Physical Activity*. Retrieved from <http://repository.usu.ac.id/>
- WHO/ISH. (1999). Expert Report on Diet Nutrition and The Prevention of Chronic Disease. *United Nations*, 916.
- William, G. (1991). Medicine, Harrison's Principles of Internal. In D. Jean, Wilson (Ed.), *Hypertensive vascular disease* (12th ed., pp. 1001–1015). Spanish: McGraw-Hill.
- Wirjowidago, S & Sitanggang, M. (2002). *Tanaman Obat untuk Jantung, Darah Tinggi, & Kolesterol*. Jakarta: PT. Agro Media Pustaka.
- Yogiantaro, M. (2006). Hipertensi Esensial. In *Buku Ajar Ilmu Penyakit dalam* (4th ed.). Jakarta: FK-UI.