

## DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S 2008, *Penuntun Diet Edisi Terbaru*, PT. Gramedia Pustaka Utama, Jakarta
- Almatsier, S 2001, *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*, PT. Gramedia Pustaka Utama, Jakarta
- Abernethy, B, Hanrahan, SJ, Kippers, V, Mackinnon, LT, Pandy, MG 2005, *The Biophysical Foundations of Human Movement 2nd edition*, Human & Kinetics, Champaign
- Atun, L, Siswati, T, Kurdanti W 2014, *Asupan Sumber Natrium, Rasio Kalium Natrium, Aktivitas Fisik dan Tekanan Darah Pasien Hipertensi*, Vol.6, no 1, diakses 12 April 2019. <http://ejournal.litbang.depkes.go.id/index.php/mgmi/article/view/3780>
- Babatsikou, F dan Zavitsanou, A 2010, 'Epidemiology of Hypertension In The Elderly'. *Health Sciene Journal*, vol. 4, diakses 03 April 2019, [https://www.researchgate.net/publication/258331655\\_Epidemiology\\_of\\_hypertension\\_in\\_the\\_elderly](https://www.researchgate.net/publication/258331655_Epidemiology_of_hypertension_in_the_elderly)
- Booth 2007, *Adolscent Physical Activity Recall Questionare*, diakses 22 Februari 2019. [https://www.researchgate.net/publication/6304139\\_The\\_reliability\\_of\\_the\\_Adolescent\\_Sedentary\\_Activity\\_Questionnaire\\_ASAQ](https://www.researchgate.net/publication/6304139_The_reliability_of_the_Adolescent_Sedentary_Activity_Questionnaire_ASAQ)
- Cacciapouti, F 2011, 'Molecular mechanism of left ventricular hypertrophy (LVH) in systemic hypertension (SH)-possible therapeutic perspective', *Journal of the American Society of Hypertension*, diakses 24 Juni 2019 [https://www.ashjournal.com/article/S1933-1711\(11\)00204-X/fulltext](https://www.ashjournal.com/article/S1933-1711(11)00204-X/fulltext)
- Dahlan, M 2015, *Statistik untuk Kedokteran dan kesehatan deskriptif, bivariat dan multivariat dilengkapi aplikasi dengan menggunakan SPSS (6<sup>th</sup> ed.)*, Salemba Medika, Jakarta
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia 2010, *Hipertensi Faktor Resiko Utama Penyakit Kardiovaskular*, Pusat Data dan Informasi Departemen Kesehatan RI, Jakarta, diakses 10 Maret 2019, <http://www.depkes.go/index.php/berita/press-release/157-hipertensi-faktor-resiko-utama-penyakit-kardiovaskular.html>.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia 2013, *Pembatasan konsumsi garam masyarakat Indonesia*, Pusat Data dan Informasi Departemen Kesehatan RI, Jakarta, diakses 10 Desember 2018,

<http://www.depkes.go.id/development/site/jkn/index.php?cid=263&id=hin-dari-hipertensi-konsumsi-garam-1-sendok-teh-per-hari.html>.

Departemen Kesehatan Republik Indonesia 2013, *Hasil Riset Kesehatan Dasar*, Pusat Data dan Informasi Departemen Kesehatan RI, Jakarta, diakses 10 Agustus,  
<http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskasdas%202013>

Departemen Kesehatan Republik Indonesia 2015, *Info Datin Olahraga*, Pusat Data dan Informasi Departemen Kesehatan RI, Jakarta, diakses 19 Maret 2019,  
[http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/infodatin\\_olahraga.pdf](http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/infodatin_olahraga.pdf).

Dugdill, L, Crone, D, Murphy, R 2009, *Physical Activity and Health Promotion: Evidence-Based Approaches to Practice*, Blackwell publishing, USA

Febriyanti, NK, Adiputra IN, Sutadarma 2015, 'Hubungan indeks massa tubuh dan aktivitas fisik terhadap daya tahan kardiovaskular pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas udayana', *Jurnal Unud*, diakses 24 Juni 2019  
<https://repositori.unud.ac.id/protected/storage/upload/penelitianSimdos/fee5c0f4dfa008f774df686bf348b408.pdf>

Fitra, A 2013, 'Hubungan Durasi Aktifitas Fisik dan Asupan Natrium dengan Tekanan Darah Pada Wanita Menopause'. *Journal of Nutrition College*, vol.2, no.2. diakses 20 Desember 2018  
<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/article/view/2753>

Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta 2019, *Program pendidikan sarjana kedokteran*, diakses 26 Januari 2019,  
<http://fk.upnvj.ac.id/id/akademik/kurikulum.html>

Ganong, W 2008, *Buku Ajar fisiologi kedokteran Edisi 22*, EGC, Jakarta

Guyton, AC & Hall, JE 2016, *Guyton and Hall Textbook Of Medical Physiology*, Elsevier, Philadelphia

Hamrik, Z, Sigmundova, D, Kalman, M, Pavelka, J, Sigmund, E 2014, 'Physical activity and sedentary behavior in Czech adults: results from the GPAQ study', *European Journal of Sport Science*, vol. 14, p. 193-198, diakses 26 Januari 2018  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3935222/pdf/tejs14193.pdf>

Ilkafah 2016, 'Perbedaan Penurunan Tekanan Darah Lansia Dengan Obat Anti Hipertensi dan Terapi Rendam Air Hangat Di Wilayah Puskesmas Tamalamrea Makasar', *Jurnal Keperawatan*, vol.5, No 2, diakses 17

November 2018

<https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/pharmacon/article/view/12194>

Istianah 2018, 'Hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan tekanan darah remaja putri di pesantren al-munawwir Yogyakarta', *Naskah publikasi*, vol.5, no 2, diakses 17 Juli 2019

<http://digilib.unisayogya.ac.id/3964/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>

Kadir, A 2009, 'Adaptasi kardiovaskuler terhadap latihan fisik', *Journal ilmiah Kedokteran*, vol. Edisi Khusus, diakses 18 Januari 2019

<https://docplayer.info/32001451-Adaptasi-kardiovaskular-terhadap-latihan-fisik.html>

Karim 2012, *Panduan Kesehatan Olahraga Bagi Petugas Kesehatan*, Tim Departemen Kesehatan, Jakarta

JNC VII 2003, 'The seventh report of the Joint National Committee on prevention,detection,evaluation, and treatment of high blood pressure', *Hypertension*, diakses 15 Desember 2018

<http://hyper.ahajournals.org/cgi/content/full/42/6/1206>

Kementerian Kesehatan RI 2013, *Riset kesehatan dasar*, Pusat Data dan Informasi Kementrian Kesehatan RI, Jakarta, diakses 22 Januari 2019

<http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Risesdas%202013>

Kementerian Kesehatan RI 2016, *hipertensi the silent killer*, Pusat Data dan Informasi Kementrian Kesehatan RI, Jakarta, diakses 10 Januari 2019

<http://www.pusdatin.kemkes.go.id/article/view/15080300001/hipertensi-the-silent-killer.html>

Levine, JA & Miller, JM 2007, 'The energy expenditure of using a "walk and work" desk for office workers with obesity', *British Journal of Sports Medicine*, diakses 24 Juni 2019

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2465387/>

Lewis Sharon L, Dirksen, SR, Maltas, J 2011, *Medical surgical nursing volume 1*, Elsevier Mosby, United States America

Martini, F 2012, *Fundamental of Anatomy and Physiologi 9<sup>th</sup> edition*, Benjamin Cummings, San Francisco, Washington DC

Majid, A 2005, *Fisiologi Tekanan Darah : Fisiologi Kardiovaskular 2<sup>nd</sup> edition*, FK USU Press, Medan

McGregor, GA 2012, *Reducing salt intake to prevent hypertension and cardiovascular disease*, Rev panam salud publica

- McArdle, W 2011, *Essentials Of Exercise Physiology 4<sup>th</sup> Edition*, Lippincott Williams & Wilkins, Baltimore
- Miller, C 2010, *Factors Affecting Blood Pressure and Heart Rate*, Diakses 5 Januari 2019, <https://www.livestrong.com/article/108483-factors-affect-heart-rate/>
- Mufidah, NL 2016, 'Pola Konsumsi Masyarakat Perkotaan: Studi Deskriptif Pemanfaatan Foogcourt Oleh Keluarga'. *Jurnal Biokultur*, vol.1, Diakses 12 November 2018 <https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:eWHKMa4hhPQJ:https://jurnal.ugm.ac.id/jkn/article/download/28184/18837+&cd=18&hl=id&ct=clnk&gl=id&client=firefox-b-d>
- Mulyati, H 2012, 'Hubungan Pola Konsumsi Natrium dan Aktivitas fisik dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien Rawt Jalan di RSUP Wahidin Sudirohusodo', *Naskah Publikasi*, vol.6, Diakses 12 Juli 2019 <http://eprints.ums.ac.id/41550/3/02.%20NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>
- Muttaqin, A 2012, *Pengantar Asuhan Keperawatan Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular*, Salemba Medika, Jakarta
- Notoatmodjo, S 2010, *Metodologi Penelitian Kesehatan*, PT. Rineka, Jakarta
- Nurmalina 2011, *Pencegahan dan Manajemen Obesitas*, PT. Elex Media Komputindo, Bandung
- Opie, LH 2008, *Mechanism of cardiac contraction and relaxation. in braunwald's heart disease 8 edition*, Libby, P, Bonow, RO, Mann, DL, Zipes, DP (Eds.), Saunders Company, Philadelphia
- Plowman, S & Smith, D 2008, *Exercise physiology for health, fitness, and performance 2nd edition*, Lippincott williams & wilkins, Baltimore
- Polii, R, Engka, J, Sapulete, I 2016, 'Hubungan kadar Natrium dengan Tekanan Darah Pada Remaja di Kecamatan Bolangitang Barat Kabupaten Bolaang Mongondow Utara', *Jurnal e-Biomedik*, vol.4, No.2, diakses 22 Maret 2019 <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/ebiomedik/article/view/14862/14428>
- Putro 2008, 'Hubungan Pola Konsumsi Makanan Bernatrium Terhadap Kadar Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Kecamatan Mampang Prapatan', *Jurnal Skripsi*, Fakultas Kedokteran Universitas Indoensia, diakses 22 Juni 2019 <http://lib.ui.ac.id/daftikol2?id=102>
- Ranggadwipa, D 2014, 'Hubungan Aktivitas Fisik Dan Asupan Energi Terhadap Massa Lemak Tubuh Dan Lingkar Pinggang Pada Mahasiswa Fakultas

- Kedokteran Universitas Diponegoro', *Jurnal Media Medika Muda*, diakses 22 Juli 2019  
<https://media.neliti.com/media/publications/111597-ID-hubungan-aktivitas-fisik-dan-asupan-ener.pdf>
- Riskawati, YK, Prabowo, ED, Rasyid HA 2018, 'Hubungan Aktivitas Fisik Mahasiswa Program Studi Pendidikan Kedokteran Tahun Kedua, Ketiga, Keempat', *Majalah Kesehatan*, diakses 24 Juni 2019  
<https://docs.google.com/viewerng/viewer?url=https://majalahfk.ub.ac.id/index.php/mkfkub/article/viewFile/173/131>
- Sherwood, L 2014, *Fisiologi Manusia: dari Sel ke Sistem edisi 8*, EGC, Jakarta
- Singh, A & Purohit, B 2011, 'Evaluation of Global Physical Activity Question (GPAQ) among Healthy and Obese Health Professionals In Central India', *Baltic journal of health and physical activity*, Hlm.34-43.  
<http://www.rafapana.org/attachments/article/38/GPAQ-2011-obesity.pdf>
- Siagian, A 2007, *Epidemiologi Gizi*, Erlangga, Jakarta
- Supriasa 2012, *Penilaian Status Gizi*, EGC, Jakarta
- Susanti, MR 2017, 'Hubungan Asupan Natrium dan Kalium Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Kelurahan Pajang. *Jurnal publikasi*, diakses 02 Maret 2019,  
<http://eprints.ums.ac.id/53191/1/1.%20NASKAH%20PUBLIKASI%20ILMIAH.pdf>
- Triyantto 2014, *Pelayanan Kesehatan Bagi Penderita Hipertensi*, Graha Ilmu, Yogyakarta
- U.S Departement of Agriculture and U.S Departement of Health And Human Service 2010, *Dietary Guidelines For Americans 7<sup>th</sup> Edition* ,U.S Government Printing office, Washington DC
- Wilmore, J 2003, 'Aerobic Exercise and Endurance Improving Fitness For Health Benefits'. *The Physician and Sports Medicine*, 31(5), 45-51, diakses 20 Desember 2018  
<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.3810/psm.2003.05.367>
- World Health Organization 2010, *Distribusi Konsumsi Garam Dinegara Maju Dan Berkembang*, diakses 18 Desember 2018  
<https://www.who.int/whr/2010/en/index.html>
- World Health Organization 2015, 'Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) analysis guide', diakses 22 Januari 2019  
<http://www.who.int/chp/steps/GPAQ/en/>

World Health Organization 2018, *Physical Activity*, diakses 27 Januari 2019  
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

Zubir, D 2012, 'Hubungan Antara Psychological Well-Being dan College Adjustment pada Mahasiswa Tahun Pertama Universitas Indonesia', *Naskah Publikasi*, Vol.6, diakses 22 Januari 2019  
<http://lib.ui.ac.id/file?file=pdf/abstrak-20357887.pdf>

