

DAFTAR PUSTAKA

- A. Hussien, H., 2016. Development of Gluten Free Snacks Fortified with Purslane <i>(Portulaca oleracea)</i> Powder. J. Food Nutr. Sci. 4, 136. <https://doi.org/10.11648/j.jfns.20160406.11>
- A, D.A., Sinaga, A.F., Syahlan, N., Siregar, S.M., Sofi, S., Zega, R.S., Annisa, A., Dila, T.A., 2022. Faktor - Faktor Yang Menyebabkan Hipertensi Di Kelurahan Medan Tenggara. J. Kesehat. Masy. 10, 136–147. <https://doi.org/10.14710/jkm.v10i2.32252>
- Agustiana, A., Waluyo, W., Widiany, F.L., 2020. Sifat Organoleptik dan Kadar Serat Pangan Mie Basah dengan Penambahan Tepung Okra Hijau (*Abelmoschus esculentum* L.). J. Gizi 9, 131. <https://doi.org/10.26714/jg.9.1.2020.131-141>
- Agustina, R., Fadhil, R., Mustaqimah, 2021. Organoleptic Test Using the Hedonic and Descriptive Methods to Determine The Quality of Pliek U. IOP Conf. Ser. Earth Environ. Sci. 644, 8–13. <https://doi.org/10.1088/1755-1315/644/1/012006>
- Ahmad, A., Zulfiqar, S., Chatha, Z.A., 2020. Development of roasted flax seed cookies and characterization for chemical and organoleptic parameters. Pakistan J. Agric. Sci. 57, 229–235. <https://doi.org/10.21162/PAKJAS/20.6552>
- Ahmed, T., Gazzar, M. El, Hashem, A.A.M., Galal, K., 2023. Evaluation of Some Bakery Products Enriched with Purslane. Food Technol. Res. J. 2, 98–109. <https://doi.org/10.21608/ftmj.2023.319240>
- Ainurrafiq, Risnah, Azhar, M.U., 2019. Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: Systematic Review. Media Publ. Promosi Kesehat. Indones. 2, 192–199. <https://doi.org/https://doi.org/10.31934/mppki.v2i3> MPPKI
- Akbar, Winarti, S., Rosida, 2023. Pengaruh Proporsi Tepung Sagu (*Metroxylon* spp.) dan Tepung Gembili (*Discorea esculentra*) dengan Penambahan Gliserol Monostearat Terhadap Karakteristik Mi Basah. G-Tech J. Teknol. Terap. 7, 778–787. <https://doi.org/10.33379/gtech.v7i3.2516>
- Alhamidi, M.H.H., Utari, S., Wati, D.A., Ayu, R.N.S., Muharramah, A., 2022. Hubungan Tingkat Kecukupan Natrium Dan Kalium Dengan Hipertensi Pada Lanjut Usia Unit Pelaksana Teknis Daerah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Lampung Tahun 2021. J. Holist. Heal. Sci. 6, 35–41. <https://doi.org/10.51873/jhhs.v6i1.92>

- Alristina, A.D., Rthasari, K., Hayudanti, D., 2021. Ilmu Gizi Dasar Buku Pembelajaran. CV. Sarnu Untung, Jawa Tengah.
- Andriani, R.D., Rahayu, P.P., Apriliyani, M.W., Manab, A., Sawitri, M.E., 2021. Characterization of Fermented Milk with the Addition of Gembili (*Dioscorea esculenta*) Flour. *Asian Food Sci. J.* 20, 56–65. <https://doi.org/10.9734/AFSJ/2021/v20i230267>
- Anggraeni, P.D., Darmanto, Y.S., Fahmi, A.S., 2019. Pengaruh Penambahan Nanokalsium Tulang Ikan yang Berbea Terhadap Karakteristik Beras Analog Umbi Gembili (*Dioscorea esculenta*) dan Rumput Laut *Eucheuma spinosum*. *J. Ilmu dan Teknol. Perikan.* 1, 55–64. <https://doi.org/10.14710/jitpi.2019.5250>
- Anggraini, M.P., Suhandri, A., 2022. Metabolisme Dalam Perspektif Al-Qur'an. *Publ. Yayasan Khairul Azzam Bengkulu Journey J. Dev. Researh Educ.* 2–3.
- Anindita, T.H., Kusnandar, F., Budijanto, S., 2020. Sifat Fisikokimia Dan Sensoris Beras Analog Jagung Dengan Penambahan Tepung Kedelai. *J. Teknol. dan Ind. Pangan* 31, 29–37. <https://doi.org/10.6066/jtip.2020.31.1.29>
- Anugrahati, N.A., Aurielle, P., Studi, P., Pangan, T., Harapan, U.P., 2021. Pengaruh jenis dan rasio substitusi tepung beras hitam terhadap karakteristik fisikokimia rempeyek. *Teknol. Pangan Media Inf. Dan Komun. Ilm. Teknol. Pertanian.* 12, 174–184. <https://doi.org/https://doi.org/10.35891/tp.v12i2.2415>
- AOAC, 2012. *Official Method of Analysis of Association of Official Analytical Chemist*, 19 ed. Association of Official Analytical Chemist Inc.
- AOAC, 2005. *Official Method of Analysis of Association of Official Analytical Chemist*, 18 ed. Association of Official Analytical Chemist Inc.
- Arum W. Prita, R. S. Bayu Mangkurat, Anggara Mahardika, 2021. Potensi Rumput Laut Indonesia Sebagai Sumber Serat Pangan Alami. *Sci. Technol. Manag. J.* 1, 41–46. <https://doi.org/10.53416/stmj.v1i2.17>
- Aryani, R., Muna, S., 2023. Pemeriksaan Kesehatan Tekanan Darah, Gula Darah, Kolesterol Dan Asam Urat Gratis Di Kota Banda Aceh. *Communnity Dev. J.* 4, 9623–9628. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/cdj.v4i5.16310>
- Asikin, A.N., Kusumaningrum, I., Kartika, K., Diachanty, S., 2023. Karakteristik Kimia Bakso Ikan Barakuda (*Sphyrna genie*) dengan Penambahan Karaginan. *Juv. Ilm. Kelaut. dan Perikan.* 4, 289–298. <https://doi.org/10.21107/juvenil.v4i4.20718>
- Azhar, S.F., Y, K.M., Kodir, R.A., 2021. Pengaruh Waktu Aging dan Metode Ekstraksi terhadap Aktivitas Antioksidan Black Garlic yang Dibandingkan dengan Bawang Putih (*Allium sativum* L.). *J. Ris. Farm.* 1, 16–23. <https://doi.org/10.29313/jrf.v1i1.43>

Michelline Niskala Nayawit Prawatya, 2024

PEMBUATAN BERAS ANALOG DARI TEPUNG UMBI GEMBILI DENGAN FORTIFIKAN KROKOT UNTUK PENDERITA HIPERTENSI

UPN “Veteran” Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Gizi Program Sarjana
www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id

- Badan Pengawas Obat dan Makanan, 2019. Pedoman Implementasi Peraturan Di Bidang Pangan Olahan Tertentu.
- Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia, 2016. Acuan Label Gizi. Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indones.
- Badan Standarisasi Nasional, 2020. SNI 6128:2020 Standar Nasional Indonesia.
- Bahlawan, Z.A.S., Damayanti, A., Arif Majid, N., Herstyawan, A., Hapsari, R.A., 2020. Gembili (*Dioscorea esculenta*) tube modification via hydrogen peroxide oxidation. *J. Phys. Conf. Ser.* 1444, 0–6. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1444/1/012007>
- Balitar, L.S., 2022. Sifat Fisik Dan Kimia Beras Analog Berbagai Varietas Tepung Ubi Jalar Disubstitusi Dengan Tepung Jagung. *J. BisTek Pertan.* 9, 26–38. <https://doi.org/https://doi.org/10.37832/bistek.v9i2.59>
- Barus, M., Ginting, A., Turnip, A.J., 2019. Terapi Jus Mentimun Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *J. Mutiara* 2, 230–237.
- Binici, H.İ., Şat, İ.G., Aoudeh, E., 2021. The effect of different drying methods on nutritional composition and antioxidant activity of purslane (*Portulaca oleracea*). *Turkish J. Agric. For.* 45, 680–689. <https://doi.org/10.3906/TAR-2012-60>
- BPOM, 2022. Peraturan Badan Pengawas Obat Dan Makanan Nomor 1 Tahun 2022 Tentang Pengawasan Klaim Pada Label Dan Iklan Pangan Olahan. Badan Pengawas Obat dan Makanan.
- BPOM, 2019. Peraturan Badan Pengawas Obat Dan Makanan Nomor 22 Tahun 2019 Tentang Informasi Nilai Gizi Pada Label Pangan Olahan, Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM).
- Bunyani, N.A., Roman, M., Naisanu, J., 2020. Utilization of Forest Plants as Local Food Sources for the Oben Village Community, Nekamese District, Kupang Regency. *J. Biol. Trop.* 20, 347–354. <https://doi.org/10.29303/jbt.v20i3.2001>
- Cahyani, W., Rosiana, N.M., 2020. Kajian Pembuatan Snack Bar Tepung Gembili (*Dioscorea Esculenta*) Dan Tepung Kedelai (*Glycine Max*) Sebagai Makanan SelinganTinggi Serat. *J. Kesehat.* 8, 1–9. <https://doi.org/https://doi.org/10.25047/j-kes.v8i1> Kajian
- Chen, D., Yao, J., Liu, T., Zhang, H., Li, R., Zhang, Z., Gu, X., 2019. Research and application of *Portulaca oleracea* in pharmaceutical area. *Chinese Herb. Med.* 11, 150–159. <https://doi.org/10.1016/j.chmed.2019.04.002>
- Cholifah, N., Sokhiatun, 2022. Pengaruh Diet Tinggi Serat Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *J. Ilmu Keperawatan dan Kebidanan* 13,

412–420.

- Chugh, V., Mishra, V., Dwivedi, S., Sharma, K., 2019. Purslane (*Portulaca oleracea* L.): An underutilized wonder plant with potential pharmacological value. *Pharma Innov. J.* 8, 236–246.
- Crusma Fradani, A., Ningrum, I.K., Stevani, F., Asror, A.G., 2020. Pengolahan Umbi Gembili dalam Peningkatan Nilai Tambah di Desa Kasiman Kabupaten Bojonegoro. *Dedication J. Pengabd. Masy.* 4, 11–20. <https://doi.org/10.31537/dedication.v4i1.296>
- Damat, D., Susilo, J., Tain, A., Dwi, D., Rastikasari, A., 2020. Karakterisasi Sifat Fisiko-Kimi dan Organoleptik Beras Analog kaya Antioksidan dari pati Garut (*Maranta arundinaceae* L.): MMocaf dan Puree Rumput Laut (*Gracilaria* sp) H. J. Penelit. Pascapanen Pertan. 17, 134–145.
- Damongilala, L.J., 2021. Kandungan Gizi Pangan Ikan, Patma Media Grafindo Bandung. Patra media Grafindo Bandung, Bandung.
- Darmanto, Y., Riyadi, P.H., Siti Susanti, 2017. Beras Analog Super, 1 ed. Undip Press Semarang, Semarang.
- Daud, A., Suriati, S., Nuzulyanti, N., 2020. Kajian Penerapan Faktor yang Mempengaruhi Akurasi Penentuan Kadar Air Metode Thermogravimetri. *Lutjanus* 24, 11–16. <https://doi.org/10.51978/jlpp.v24i2.79>
- Delvarianzadeh, M., Nouri, L., Mohammadi Nafchi, A., Ebrahimi, H., 2020. Physicochemical, Rheological, and Sensory Evaluation of Voluminous Breads Enriched by Purslane (*Portulaca Oleracea* L.). *Ital. J. Food Sci.* 32, 815–830. <https://doi.org/10.14674/IJFS.1923>
- Directorate of Public Helath IRAQ, 2021. Hypertension Prevention , Diagnosis , and Treatment.
- Eliana, A.S., Mustikaningrum, F., 2023. Pengaruh Pemberian Beras Analog Umbi Gembili (*Dioscorea Esculenta*) terhadap Kadar Kolesterol Total pada Tikus Diabetes Melitus Tipe 2. *Heal. Inf. ...* 15, 1–8.
- Elik, E.N., Nge, S.T., Ballo, A., 2022. Inventarisasi Jenis Tanaman Umbi-Umbian Yang Berpotensi Amaraselatan Kabupaten Kupang. *Bioedukasi J. Pendidik. Biol.* 13, 257–262.
- Ernawati, F., Yuriesta Arifin, A., Prihatini, M., Penelitian dan Pengembangan Biomedis dan Teknologi Dasar Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, P., Kesehatan Jl Percetakan, K.R., 2019. Hubungan Asupan Lemak dengan Status Gizi Anak Usia 6 Bulan-12 Tahun di Indonesia (Relationship Between Fat Intake and Nutritional Status In Children Aged 6 Months to 12 Years in Indonesia). *Penelit. Gizi dan Makanan* 42, 41–

Michelline Niskala Nayawit Prawatya, 2024

PEMBUATAN BERAS ANALOG DARI TEPUNG UMBI GEMBILI DENGAN FORTIFIKAN KROKOT UNTUK PENDEKITA HIPERTENSI

UPN “Veteran” Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Gizi Program Sarjana
www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id

47. <https://doi.org/https://doi.org/10.22435/pgm.v42i1.2420>

- Ervietasari, N., Larasaty, F.A., 2021. Cookies Berbahan Umbi Gembili sebagai Inovasi Pangan yang Bernilai Ekonomi, Kaya Gizi, dan Menyehatkan. *J. Sci. Innov. Technol.* 1, 15–22. <https://doi.org/10.47701/sintech.v1i2.1063>
- Fajar Nugraha, Apridamayanti, P., Kurniawan, H., Fajriaty, I., Nurbaeti, S.N., Pratiwi, L., Anggraeni, S., 2021. Analisis Kadar Kalium Ekstrak Kombinasi Kulit Pisang (*Musa paradisiaca* L.) dan Kulit Nanas (*Ananas comosus* (L.) Merr) Secara Spektrofotometri Serapan Atom. *J. Sains dan Kesehat.* 3, 846–852. <https://doi.org/10.25026/jsk.v3i6.791>
- Fikriyah, Y.U., Nasution, R.S., 2021. Analisis Kadar Air Dan Kadar Abu Pada Teh Hitam yang Dijual di Pasaran dengan Menggunakan Metode Gravimetri. *Amina* 3, 50–54. <https://doi.org/https://doi.org/10.22373/amina.v3i2.2000>
- Finirsa, M.A., Warsidah, W., Sofiana, M.S.J., Risko, 2022. Karakteristik Fisikokimia Beras Analog dari Kombinasi Rumput Laut *Eucheuma cottoni*, Mocaf dan Sagu. *Oseanologia* 1, 69–76.
- Fitri, A.S., Fitriana, Y.A.N., 2020. Analisis Senyawa Kimia pada Karbohidrat. *Sainteks* 17, 45–52. <https://doi.org/10.30595/sainteks.v17i1.8536>
- Fitriana, Y.A.N., Fitri, A.S., 2020. Uji Lipid pada Minyak Kelapa, Margarin, dan Gliserol. *Sainteks* 16, 19–23. <https://doi.org/10.30595/sainteks.v16i1.7013>
- Fretika Utami Dewi, Septiani, 2018. Perbedaan Asupan Zat Gizi Pasien Hemodialisa di RSUD dr. Doris Sylvanus Palangka Raya. *J. Gizi dan Pangan Soedirman* 2, 43–59. <https://doi.org/10.20884/1.jgpps.2018.2.2.1235>
- Fukalova, T.F., García-Martínez, M.D., Raigón, M.D., 2022. Nutritional Composition, Bioactive Compounds, and Volatiles Profile Characterization of Two Edible Undervalued Plants: *Portulaca oleracea* L. and *Porophyllum ruderale* (Jacq.) Cass. *Plants* 11, 2–22. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/plants11030377>
- Gautami, Kumala, M., 2021. Hubungan rasio asupan natrium berbanding kalium dengan penyakit hipertensi pada lansia. *Tarumanagara Med. J.* 3, 83–90.
- Grazia, M., Pagliaro, A., Scandurra, S., Gentile, C., Di, V., 2020. Food Bioscience Omega-3 rich foods : Durum wheat spaghetti fortified with *Portulaca oleracea*. *Food Biosci.* 37, 100730. <https://doi.org/10.1016/j.fbio.2020.100730>
- Harna, H., Irawan, A.M.A., Swamilaksita, P.D., Sa'pang, M., 2021. Perbedaan Durasi Tidur, Asupan Energi dan Zat Gizi Makro pada Anak Obesitas dan Non Obesitas. *Jik J. Ilmu Kesehat.* 5, 155. <https://doi.org/10.33757/jik.v5i1.351>
- Hatta, H., Sandalayuk, M., 2020. Pengaruh Penambahan Tepung Labu Kuning

Michelline Niskala Nayawit Prawatya, 2024

PEMBUATAN BERAS ANALOG DARI TEPUNG UMBI GEMBILI DENGAN FORTIFIKAN KROKOT UNTUK PENDERITA HIPERTENSI

UPN "Veteran" Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Gizi Program Sarjana
www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id

- terhadap Kandungan Karbohidrat dan Protein Cookies. *Gorontalo J. Public Heal.* 3, 41. <https://doi.org/10.32662/gjph.v3i1.892>
- He, Y., Wang, B., Wen, L., Wang, F., Yu, H., Chen, D., Su, X., Zhang, C., 2022. Effects of dietary fiber on human health. *Food Sci. Hum. Wellness* 11, 1–10. <https://doi.org/10.1016/j.fshw.2021.07.001>
- Helbawanti, O., Benatar, G.V., Hakim, A., Sutrisno, J., Nuryaman, H., Marwanti, S., Saputro, W.A., 2023. Mengenal Tanaman *Dioscorea esculenta* L., 1 ed. Tata Mutiara Hidup Indonesia, Tulungagung.
- Herawati, N. tri, Alamsyah, D., Hernawan, A.D., 2020. Hubungan antara Asupan Gula, Lemak, Garam, dan Aktifitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi pada Usia 20 – 44 Tahun Studi Kasus Posbindu PTM di Desa Secapah Sengkubang Wilayah Kerja Puskesmas Mempawah Hilir. *J. Mhs. dan Penelit. Kesehat.* 7, 34–43. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.29406/jjumv7i1>
- Herlina, Kuswardhani, N., Widjyanthi, L., 2020. Quality Development of Bagiak (Osing Ethnic's Snack) Using Gembili (*Dioscorea esculenta* L.) Flour. *E3S Web Conf.* 142, 14–17. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202014203008>
- Hidayati, S.H., Suryani, N., Rahmah, S., Yudistira, S., 2022. Analisis Kandungan Protein, Zat Besi dan Daya Terima Pempek Ikan Nila (*Oreochromis niloticus*) dan Bayam (*Amaranthus* spp). *J. Gizi Dan Kesehat.* 14, 18–33. <https://doi.org/10.35473/jgk.v14i1.241>
- Hirdan, Pato, U., Rossi, E., 2021. Pemanfaatan buah nipah dan buah pepaya dalam pembuatan fruit leather. *SAGU J. Agric. Sci. Technol.* 20, 8–15.
- Hoky, I.T., Astarini, I.A., Pharmawati, M., 2022. Keanekaragaman Tanaman Umbi-Umbian yang Berpotensi Sebagai Pangan Alternatif di Kecamatan Rendang dan Bebandem, Kabupaten Karangasem, Bali. *Simbiosis X* 2, 122–139. <https://doi.org/https://doi.org/10.24843/JSIMBIOSIS.2022.v10.i02.p01>
- Huang, L., Wang, H., Wang, Z., Wang, Y., Zhang, B., Ding, G., 2020. Sodium to Potassium Ratio with Blood Pressure — Regional Disparities in China. *Nutrients* 12, 366. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/nu12020366>
- Husain, N., Azis, R., Engelen, A., 2020. Karakteristik Bubur Bayi Instan Berbahan Dasar Tepung Beras Merah dengan Penambahan Ekstrak Daun Kelor (*Moringa Oleifera* Lam). *J. Agritech Sci.* 4, 30–42.
- Husnawati, Purwanto, U.M.S., Rispriandari, A.A., 2020. Perbedaan Bagian Tanaman Krokot (*Portulaca Grandiflora* Hook) terhadap Kandungan Total Fenolik dan Flavonoid serta Aktivitas Antioksidan. *Curr. Biochem.* 7, 10–20.
- Ibrahim, S., 2020. Potensi Air Kelapa Muda Dalam Meningkatkan Kadar Kalium. *Indones. J. Nurs. Heal. Sci.* 1, 9–14. <https://doi.org/10.37287/ijnhs.v1i1.221>

Michelline Niskala Nayawit Prawatya, 2024

PEMBUATAN BERAS ANALOG DARI TEPUNG UMBI GEMBILI DENGAN FORTIFIKAN KROKOT UNTUK PENDERITA HIPERTENSI

UPN “Veteran” Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Gizi Program Sarjana
www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id

- Iklasanawan, J., Widyasaputra, R., Adisetya, E., 2023. Formulasi Beras Analog Tinggi Protein Berbahan Tepung Gembili , Tepung Mocaf dan Tepung Kacang-Kacangan. *AGROFORETECH 1*, 2273–2282.
- Irmawati, Aisyah, H.N., Wahidah, A.N.R.Y., Lestari, A., Nurhayati, R., 2017. KRONIKUS (Krokot Brownies Kukus): Pemanfaatan Tumbuhan Krokot (*Portulaca oleracea L.*) sebagai Camilan Sumber Omega-3. *J. Din. Pendidik.* 22, 150–156.
- Jeemon, P., Séverin, T., Amodeo, C., Balabanova, D., Campbell, N.R.C., Gaita, D., Kario, K., Khan, T., Melifonwu, R., Moran, A., Ogola, E., Ordunez, P., Perel, P., Piñeiro, D., Pinto, F.J., Schutte, A.E., Wyss, F.S., Yan, L.L., Poulter, N.R., Prabhakaran, D., 2021. World heart federation roadmap for hypertension – A 2021 update. *Glob. Heart* 16. <https://doi.org/10.5334/GH.1066>
- Kadir, S., 2019. Pola Makan Dan Kejadian Hipertensi. *Jambura Heal. Sport J.* 1, 56–60. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v1i2.2469>
- Kemendes RI, 2021. Mengenal Penyakit Hipertensi [WWW Document]. Kementerian. Kesehatan Republik Indones. URL <https://upk.kemkes.go.id/new/mengenal-penyakit-hipertensi> (diakses 11.29.23).
- Kemendes RI, 2018. Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementerian Kesehatan RI.
- Kemendes RI, 2018. Tabel Komposisi Pangan Indonesia 2017, Kemendes RI.
- Khalisa, Lubis, Y.M., Agustina, R., 2021. Uji Organoleptik Minuman Sari Buah Belimbing Wuluh (*Averrhoa bilimbi.L*) (Organoleptic Test Fruit Juice Drink (*Averrhoa Bilimbi.L*)). *J. Ilm. Mhs. Pertan.* 6, 594–601.
- Khofifa, Hasim, Mulis, 2023. Pengaruh Pemberian Tepung Kulit Buah Naga Merah (*Hylocereus polyrhizus*) Pada Pakan untuk Meningkatkan kecerahan Warna Pada Ikan Mas Koi (*Cyprinus carpio*). *Biocelebes* 17, 109–123. <https://doi.org/10.22487/bioceb.v17>
- Khotimah, D.F., Faizah, U.N., Sayekti, T., 2021. Protein sebagai Zat Penyusun dalam Tubuh Manusia: Tinjauan Sumber Protein Menuju Sel | PISCES : Proceeding of Integrative Science Education Seminar. 1st AVES LASER 1, 127–133.
- Kurniawan, Y.R., Pakpahan, N., Purwanto, Y.A., Purwanti, N., 2021. Stabilitas Beras Analog Berdasarkan Pola Kadar Air Kesetimbangan 87–98.
- Kusuma, H.S., Widanti, M.N., Bening, S., Bintanah, S., 2021. Keterkaitan Persentase Lemak Tubuh, Asupan Serat, dan Rasio Lingkar Pinggang Pinggul

- dengan Tekanan Darah Lansia. *Nutr. J. Gizi, Pangan dan Apl.* 5, 53–62. <https://doi.org/10.21580/ns.2021.5.1.7429>
- Lapčíkova, B., Lapčík, L., Valenta, T., Majar, P., Ondrouskova, K., 2021. Effect of The Rice Flour Particle Size and Variety Type On Water Holding Capacity and Water Diffusivity in Aqueous Dispersions. *LWT - Food Sci. Technol.* 142. <https://doi.org/10.1016/j.lwt.2021.111082>
- Leniseptaria, A.A., Saraswati, I., Annisaa, E., Fatma, A.A., 2023. HIBISC RICE : Beras Analog Berbahan Umbi Garut (*Maranta Arundinacea L.*) dan Bunga Sepatu (*Hibiscus Rosa Sinensis L.*) Sebagai Inovasi Makanan Pokok Fungsional peluang keberhasilan baik adalah pengembangan teknologi pengolahan beras analog sebagai. *TheJournalish Soc. Gov.* 4, 54–72. <https://doi.org/https://doi.org/10.55314/tsg.v4i5.600>
- Makatita, S.H., 2020. Pengaruh Kandungan Rebung Dalam Menurunkan Kadar Kolesterol Dan Tekanan Darah. *Edu Dharma J. J. Penelit. dan Pengabd. Masy.* 4, 46. <https://doi.org/10.52031/edj.v4i1.42>
- Maulidah, K., Neni, N., Maywati, S., 2022. Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Dengan Upaya Pengendalian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Cikampek Kabupaten Karawang. *J. Kesehat. Komunitas Indones.* 18, 484–494.
- Muhammad, R., D, Y.E.R.U., Wadli, 2024. Analisis Kualitas Krokot (*Portulaca Oleracea*) dan Daun Sirsak (*Annona Muricata*) Sebagai Minuman Teh Herbal. *Estud. J. Penelit. Multidisiplin Mhs.* 1, 186–194.
- Nafi, A., Windrati, W.S., Diniyah, N., Khotimah, H., 2015. Karakteristik Fisik Tepung Koro Pedang (Teknologi Hasil Pertanian *Canavalia ensiformis L.*)Termodifikasi Oleh pH Dan Lama Perendaman. *Tekno. Has. Pertan.* x, 3–6.
- Nan, X., Lu, H., Wu, J., Xue, M., Qian, Y., Wang, W., Wang, X., 2021. The interactive association between sodium intake, alcohol consumption and hypertension among elderly in northern China: a cross-sectional study. *BMC Geriatr.* 21, 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12877-021-02090-4>
- Nanda, S.O.D., Hasni, D., PAF, T.P., 2021. Penilaian Asupan Makronutrient, Natrium, dan Kalium pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Pajar Bulan. *J. Kesehat.* 14, 110–117. <https://doi.org/10.32763/juke.v14i2.352>
- Nateghi, L., Gohari, A.S., Tabar, M.N., Alipour, M., 2021. Analog rice: processing and nutrition value. *J. Human, Heal. Halal Metrics* 2, 18–24. <https://doi.org/https://doi.org/10.30502/jhhhm.2021.300053.1038>
- Nemzer, B., Al-Taher, F., Abshiru, N., 2021. Extraction and natural bioactive molecules characterization in spinach, kale and purslane: A comparative study.

Michelline Niskala Nayawit Prawatya, 2024

PEMBUATAN BERAS ANALOG DARI TEPUNG UMBI GEMBILI DENGAN FORTIFIKAN KROKOT UNTUK PENDERITA HIPERTENSI

UPN “Veteran” Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Gizi Program Sarjana
www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id

Molecules 26, 1–13. <https://doi.org/10.3390/molecules26092515>

- Nisa, N.C., Rakhma, L.R., 2019. Hubungan Persepsi Body Image dengan Asupan Lemak dan Komposisi Lemak Tubuh Pada Siswi di MAN 2 Surakarta. *J. Gizi Masy. Indones.* 8, 1–54. <https://doi.org/https://doi.org/10.30597/jgmi.v8i1.3962>
- Nisah, K., Afkar, M., Sa'diah, H., 2021. Analisis Kadar Protein Pada Tepung Jagung, Tepung Ubi Kayu Dan Tepung Labu Kuning Dengan Metode Kjeldhal. *Amina* 1, 108–113. <https://doi.org/10.22373/amina.v1i3.46>
- Nurman, Z., Zafira, R.H., Kasmiyetti, 2023. Gambaran Asupan Natrium , Kalium dan Lemak Pada Penderita Hipertensi Rawat Jalan di Puskesmas Biaro Kabupaten Agam Tahun 2022. *J. Gizi Mandiri* 1, 33–41.
- Nurmayanti, H., Rum, S., Kaswari, T., Studi, P., Sains, S., Gizi, T., Kesehatan, D.P., Malang, K., 2022. Efektivitas Pemberian Konseling Tentang Diet Dash terhadap Asupan Natrium, Kalium, Kalsium, Magnesium, Aktivitas Fisik, dan Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Nutr. J.* 1, 49–61.
- Octarini, D.L., Meikawati, W., Purwanti, I.A., 2023. Hubungan Kebiasaan Konsumsi Makanan Tinggi Natrium dan Kalium Dengan Tekanan Darah Pada Usia Lanjut. *Univ. Muhammadiyah Semarang* 1, 10–17.
- Okafor, I.A., 2014. Phytochemical studies on portulaca oleracea (purslane) plant 3, 132–136.
- Ondikeleuw, M., Malik, A., 2020. Kajian Ernobotani Budidaya Gembili (*Dioscorea* sp.) di Papua. *Pros. Semin. Nas. Kesiapan Sumber Daya Pertan. dan Inov. Spesifik Lokasi Memasuki Era Ind. 4.0* 2, 637–646.
- P2PTM Kemenkes RI, 2018. Hipertensi secara global [WWW Document]. Kementeri. Kesehat. Republik Indones. URL <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/page/43/hipertensi-secara-global> (diakses 11.29.23).
- Pabela, I.A., Krisnasary, A., Haya, M., 2019. Pola Konsumsi Lemak Dan Rlpp Berhubungan Dengan Kejadian Penyakit Jantung Koroner. *J. Media Kesehat.* 12, 21–29. <https://doi.org/10.33088/jmk.v12i1.379>
- Pandiangan, M., Kaban, J., Wirjosentono, B., Silalahi, J., 2019. Analisis Kandungan Asam Lemak Omega 3 dan Omega 6 pada Minyak Ikan Mas (*Cyprinus Carpio*). *Talent. Conf. Ser. Sci. Technol.* 2, 37–44. <https://doi.org/10.32734/st.v2i1.309>
- Perhi, 2019. Konsensus Penatalaksanaan Hipertensi 2019. *Indones. Soc. Hipertens. Indones.* 1–90.

Michelline Niskala Nayawit Prawatya, 2024

PEMBUATAN BERAS ANALOG DARI TEPUNG UMBI GEMBILI DENGAN FORTIFIKAN KROKOT UNTUK PENDERITA HIPERTENSI

UPN "Veteran" Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Gizi Program Sarjana
www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id

- Permenkes, 2014. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 41 tahun 2014.
- Petropoulos, S.A., Fernandes, Â., Arampatzis, D.A., Tsiropoulos, N.G., Petrovi, J., Sokovi, M., Barros, L., Ferreira, I.C.F.R., 2020. Seed oil and seed oil byproducts of common purslane (*Portulaca oleracea* L.): A new insight to plant-based sources rich in omega-3 fatty acids. *LWT- Food Sci. Technol.* 123 123. <https://doi.org/10.1016/j.lwt.2020.109099>
- Poojary, M.M., Lund, M.N., 2022. Chemical Stability of Proteins in Foods: Oxidation and the Maillard Reaction. *Annu. Rev. Food Sci. Technol.* 13, 35–58. <https://doi.org/10.1146/annurev-food-052720-104513>
- Prasetyo, G., Lubis, N., Junaedi, E.C., 2021. Review: Kandungan Kalium dan Natrium dalam Air Kelapa dari Tiga Varietas Sebagai Minuman Isotonik Alami. *J. Sains dan Kesehat.* 3, 593–600. <https://doi.org/10.25026/jsk.v3i4.302>
- Prio, Y.A., 2022. Analisis Tingkat Pengetahuan Fungsi Kalium Untuk Tubuh. *J. Edukasimu* 2, 1–8.
- Pudjihastuti, I., Sumardiono, S., Supriyo, E., Kusumayanti, H., 2019. Analog Rice Made from Cassava Flour, Corn and Taro for Food Diversification. *E3S Web Conf.* 125, 3–6. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/201912503010>
- Purba, R.H.B., 2021. Gambaran Pola Makan Pada Penderita Hipertensi. *Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.* 3, 102–110.
- Purnama, R.C., Winahyu, D.A., Sari, D.S., 2019. Analisis Kadar Protein Pada Tepung Kulit Pisang Kepok (*Musa acuminata* balbisiana colla) dengan Metode Kjeldahl. *J. Anal. Farm.* 4, 77–83. <https://doi.org/https://doi.org/10.33024/jaf.v4i2.2234>
- Putri, R.A., Suzan, R., Mulyadi, D., 2022. Korelasi Asupan Serat terhadap Rasio Lingkar Pinggang-Panggul dan Tekanan Darah pada Overweight dan Obesitas di Civitas Akademika Prodi Kedokteran FKIK Universitas Jambi. *J. Med. Stud.* 2, 24–37.
- Rachma Oktavianasari, R., Damat, D., Manshur, H.A., 2023. Kajian Karakteristik Fisikokimia dan Organoleptik Beras Analog Berbahan Dasar Tepung Gembili (*Dioscorea aculleata*. L), Tepung Jagung (*Zea mays*, L) dan Pati Sagu (*Metroxylon* sp). *Food Technol. Halal Sci. J.* 5, 125–136. <https://doi.org/10.22219/fths.v5i2.21911>
- Rachmawati, D., Sintowati, R., Lestari, N., Agustina, T., 2021. Pengaruh Diet Dash (Dietary Approach To Stop Hypertension) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi: Studi Literatur. *Proceeding of The URECOL* 150–157.

- Rarastiti, C.N., 2023. Hubungan Tingkat Kecukupan Karbohidrat dengan Status Gizi pada Remaja. *Indones. J. Nutr. Sci. Food* 2, 30–34.
- Ratri, A.W.S., Puspita, D., Nugroho, P., 2022. Formulasi Beras Analog Kombinasi Umbi Garut (*Maranta arundinacea* L.) dan Rumput Laut (*Caulerpa* sp.) untuk Memperkuat Ketahanan Pangan. *Pros. Konser Karya Ilm. Nas. Tahun 2022*.
- Rohatin, A., Prayuda, C.W., 2020. Hubungan Asupan Natrium, Kalium Dengan Hipertensi Pada Lansia Di Poliklinik Penyakit Dalam. *J. Fak. Ilmu Kesehat.* 1, 10–14.
- Rokom, 2023. Hipertensi Disebut sebagai Silent Killer, Menkes Budi Imbau Rutin Cek Tekanan Darah [WWW Document]. Kementerian. Kesehat. Republik Indones. URL <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20230607/0843182/hipertensi-disebut-sebagai-silent-killer-menkes-budi-imbau-rutin-cek-tekanan-darah/> (diakses 11.26.23).
- Rozi, F., Budi, A., Ayu, I.G., Mahendri, P., Timbul, R., Hutapea, P., Wamaer, D., Siagian, V., Adi, D., Elisabeth, A., Sugiono, S., Handoko, H., Subagio, H., Syam, A., 2023. Indonesian Market Demand Patterns for Food Commodity Sources of Carbohydrates in Facing The Global Food Crisis. *Heliyon* 9, 1–12. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e16809>
- Sabda, M., Wulanningtyas, H.S., Ondikeleuw, M., Baliadi, Y., 2019. Karakterisasi Potensi Gembili (*Dioscorea esculenta* L.) Lokal Asal Papua Sebagai Alternatif Bahan Pangan Pokok. *Bul. Plasma Nutfah* 25, 25. <https://doi.org/10.21082/blpn.v25n1.2019.p25-32>
- Sadeghzadeh Benam, N., Goli, M., Seyedain Ardebili, S.M., Vaezshoushtari, N., 2022. The Quality Characteristics of Dough and Toast Bread Prepared with Wheat Flour Containing Different Levels of *Portulaca Oleracea* Leaf Powder. *Food Sci. Technol.* 42. <https://doi.org/10.1590/fst.60820>
- Sajidah, V., Triwindiyanti, Q.A.F., Afifah, D.N., Mahati, E., 2022. Pengaruh Substitusi Tepung Mocaf (Modified Cassava Flour) dan Rumput Laut (*Eucheuma cottonii*) pada Beras Analog Terhadap Uji Organoleptik dan Kandungan Serat. *J. Apl. Teknol. Pangan* 11, 40–45. <https://doi.org/10.17728/jatp.12301>
- Saragih, B., Nisyawati, H., Sitohang, B., Sari, C.N., Marwati, S., 2020. Formulasi Mocaf, Tepung Ubi Jalar Ungu dan Jelai Terhadap Sifat Sensoris, Antioksidan, Nilai Gizi, Profil FTIR, dan Indeks Glikemik Beras Analog. *J. Ris. Teknol. Ind.* 14, 297–308.
- Saras, T., 2023. *Karbohidrat: Sumber Energi Utama Tubuh*. Unwahas Press, Semarang.
- Sardi, M., Tobing, M.N.B., Putri, A. widani, Nasution, A.M., Pratiwi, A., Butar,

Michelline Niskala Nayawit Prawatya, 2024

PEMBUATAN BERAS ANALOG DARI TEPUNG UMBI GEMBILI DENGAN FORTIFIKAN KROKOT UNTUK PENDERITA HIPERTENSI

UPN “Veteran” Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Gizi Program Sarjana
www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id

- K.A.B., Putri, R.N., Tumangger, S.H., Sahira, S., 2021. Klaim kandungan zat gizi pada berbagai kudapan (snack) tinggi serat : literature review. *Andaliman J. Gizi Pangan, Klink dan Masy.* 1, 39–45.
- Sasmitaloka, K.S., Widowati, S., Sukasih, E., 2020. Karakterisasi Sifat Fisiokimia, Sensori, dan Fungsional nasi Instan dari beras Amilosa Rendah. *J. Penelit. Pascapanen Pertan.* 17, 1–14.
- Shanker, N., Maneesh Kumar, M., Juvvi, P., Debnath, S., 2019. Moisture sorption characteristics of ready-to-eat snack food enriched with purslane leaves. *J. Food Sci. Technol.* 56, 1918–1926. <https://doi.org/10.1007/s13197-019-03657-1>
- Sholikhah, A., Dewi, R.K., 2022. Peranan Protein Hewani dalam Mencegah Stunting pada Anak Balita. *JRST (Jurnal Ris. Sains dan Teknol.* 6, 95. <https://doi.org/10.30595/jrst.v6i1.12012>
- Siahaan, R.F., 2017. Mengawal Kesehatan keluarga Melalui Pemilihan dan Pengolahan Pangan yang Tepat. *J. Kel. Sehat Sejah.* 15, 57–64.
- Simanjuntak, E.Y., Hasibuan, S., 2022. Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Pada Masa Pandemi Covid-19. *J. Ilmu Kesehat. Mandira Cendikia* 1, 40–48.
- Sinulingga, B.O., 2020. Pengaruh konsumsi serat dalam menurunkan kadar kolesterol. *J. Penelit. Sains* 22, 9–15.
- Siregar, F.A., Makmur, T., 2020. Metabolisme Lipid Dalam Tubuh. *J. Inov. Kesehat. Masy.* 1, 60–66. <https://doi.org/https://doi.org/10.36656/jikm.v1i2.293>
- Srihari, E., Lingganingrum, F.S., Si, M., Alvina, I., Anastasia, S., 2016. REKAYASA BERAS ANALOG BERBAHAN DASAR CAMPURAN TEPUNG TALAS, TEPUNG MAIZENA. *J. Tek. Kim.* 11, 14–19.
- Subaktilah, Y., Ardianto Tri, E., Elisanti Dwi, A., 2022. Formulasi Biskuit Buah Naga dan Daun Kelor untuk Mencegah Anemia. *J. Kesehat.* 8, 10–15.
- Sumardiono, S., Budiyo, B., Kusumayanti, H., Silvia, N., Luthfiani, V.F., Cahyono, H., 2021. Production and Physicochemical Characterization of Analog Rice Obtained From Sago Flour, Mung Bean Flour, and Corn Flour Using Hot Extrusion Technology. *Foods* 10. <https://doi.org/10.3390/foods10123023>
- Sunarti, 2018. Serat Pangan Dalam Penanganan Sindrom Metabolik. Gajah Mada University Press, Yogyakarta.
- Sutjiatmo, A.B., Yuliartati, N.L.A., Yulianti, M., Suryani, S., Vikasari, S.N., 2023. Diuretic Effect of Combination of Watercress (*Nasturtium officinale*) and

- Purslane (*Portulaca oleraceae*). *Indones. J. Pharm. Sci. Technol.* 10, 171–177.
<https://doi.org/https://doi.org/10.24198/ijpst.v10i3.36330>
- Syamsuri, S., Hafisah, H., Alang, H., 2023. Nilai Ekonomi Tumbuhan (Kajian Etnomedisin) Oleh Masyarakat Adat Mandar Di Kecamatan Luyo, Kabupaten Polewali Mandar. *Bio-Lectura J. Pendidik. Biol.* 10, 1–10.
<https://doi.org/10.31849/bl.v10i1.12662>
- Syaranamual, S., Muyan, Y., Romainum, I., Vora, M., 2022. Uji Beberapa Media Air terhadap Pertumbuhan Tunas dan Akar Umbi Gembili (*Dioscorea esculenta* L.) Asal Serui Papua 7, 77–80.
- Tapia, M.S., Alzamora, S.M., Chirife, J., 2020. Effects of Water Activity (aw) on Microbial Stability as a Hurdle in Food Preservation, Water Activity in Foods: Fundamentals and Applications.
<https://doi.org/10.1002/9781118765982.ch14>
- Taslim, T., Suryani, Shinta, F., Reny, S., 2020. Analisis Kalium Pada Buah Semangka (*Citrullus Lanatus* (Thunb.) Matsum & Nakai) Dengan Spektrofotometer Serapan Atom. *J. Katalisator* 5, 137–145.
- Tatay, P., Widiastuti, M.M.D., Untari, 2018. Analisis Pendapatan Budidaya dan Pengolahan Hasil Gembili (*Dioscorea esculenta*) Sebagai Sumber Pangan Alternatif Bagi Keluarga di Kampung Yanggandur. *Musamus J. Agribus.* 1, 32–40.
- Tika, T.T., 2021. Pengaruh Pemberian Daun Salam (*Syzygium polyanthum*) Pada Penyakit Hipertensi. *J. Med.* 03, 1260–1265.
- Tirtasari, Silviana, Kodim, Nasrin, 2019. Prevalensi dan Karakteristik Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda di Indonesia. *Tarumanagara Med. J.* 1, 395–402.
- Tiven, N.C., Simanjorang, T.M., 2024. Study of Substitution of Beef and Tapioca Flour with Tuna Meat and Purslane Flour on Meatball Quality. *Czech J. Food Sci.* 42, 64–70. <https://doi.org/10.17221/196/2023-CJFS>
- Tolangara, A., 2020. *Discorea Maluku Utara Keanekaragaman Jenis dan Bentuk Pemanfaatan*, Badan Penerbit UNM. Badan Penerbit UNM.
- Tri Juli Fendri, S., Ifmaily, I., Rakmah Syarti, S., 2019. Analisis Protein Pada Rinuak, Pensi dan Langkitang dengan Spektrofotometri UV-Vis. *J. Katalisator* 4, 119. <https://doi.org/10.22216/jk.v4i2.4425>
- Umbu Henggu, K., Nurdiansyah, Y., 2022. Review dari Metabolisme Karbohidrat, Lipid, Protein, dan Asam Nukleat. *Quim. J. Kim. Sains dan Terap.* 3, 9–17.
<https://doi.org/10.33059/jq.v3i2.5688>
- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., Khan, N.A., Poulter, N.R., Prabhakaran, D.,

Michelline Niskala Nayawit Prawatya, 2024

PEMBUATAN BERAS ANALOG DARI TEPUNG UMBI GEMBILI DENGAN FORTIFIKAN KROKOT UNTUK PENDERITA HIPERTENSI

UPN “Veteran” Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Gizi Program Sarjana
www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id

- 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, 1334–1357. <https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.120.15026>
- USDA, 2019. USDA National Nutrient Database for Standard Reference [WWW Document]. United State Dep. Agric. URL <https://fdc.nal.usda.gov/fdc-app.html#/food-details/169274/nutrients> (diakses 1.15.24).
- USDA, 2012. National resources conservation service, plants database- plant profile [WWW Document]. United State Dep. Agric. URL <https://plants.usda.gov/home> (diakses 1.22.24).
- USDA, HHS, 2015. Dietary Guidelines For Americans 2015-2020, DietaryGuidelines.gov. DietaryGuidelines.gov. <https://doi.org/10.1097/NT.0b013e31826c50af>
- Usman, R.M., Vadrare, G.P., Patil, S.K., 2022. Development of Pharmacognostical Profile, Analytical and Pharmacological Evaluation of Nephroprotective Medicinal Plant *Portulaca Oleracea*. *Indo Am. J. Pharm. Sci.* 9, 52–66.
- Wang, M., Li, C., Li, Jiaye, Hu, W., Yu, A., Tang, H., Li, Jiayan, Kuang, H., Zhang, H., 2023. Extraction, Purification, Structural Characteristics, Biological Activity and Application of Polysaccharides from *Portulaca oleracea* L. (*Purslane*): A Review. *Molecules* 28. <https://doi.org/10.3390/molecules28124813>
- Wardani, R., Utami, A., Ulfa, R., 2023. Pengaruh Substitusi Tepung Gembili (*Dioscorea esculenta*) Terhadap Karakteristik Cookies. *J. Teknol. Pangan* 5, 8–14.
- WHO, 2023. Hypertension [WWW Document]. World Heal. Organ. URL <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension> (diakses 11.26.23).
- WHO, 2021. More Than 700 Million People With Untreated Hypertension [WWW Document]. World Heal. Organ. URL <https://www.who.int/news/item/25-08-2021-more-than-700-million-people-with-untreated-hypertension> (diakses 11.26.23).
- Wijaya, J., Purwanto, M.G.M., 2023. Pengaruh suhu perendaman dalam larutan NaCl dan ketebalan chips umbi gembili (*Dioscorea esculenta*. L) sebagai sumber karbohidrat. *Teknol. Pangan Media Inf. dan Komun. Ilm. Teknol. Pertan.* 14, 3624. <https://doi.org/10.35891/tp.v14i1.3624>
- Wongsa, J., Rungsardthong, V., Uttapap, D., Lamsal, B.P., Puttanlek, C., 2017. Effect of Extrusion Conditions, Monoglyceride and Gum Arabic Addition on Physical and Cooking Properties of Extruded Instant Rice. *J. King Mongkut's*

Univ. Technol. North Bangkok 10, 23–30.
<https://doi.org/10.14416/j.ijast.2017.02.006>

World Heart Federation, 2021. Hypertension & Nutrition. www.worldheart.org
1–3.

Younis, M., Afzal, K., Sultan, M.T., Rabail, R., Akhtar, S., Ismail, T., Khalid, M.U., Shabbir, M.A., Aadil, R.M., 2023. Quality Characteristics of Purslane (*Portulaca oleracea* L.) Leaf and Stem Powder-Supplemented Cupcakes. *J. Food Qual.* 2023, 1–9. <https://doi.org/10.1155/2023/1329249>

Yudanti, R.Y., Waluyo, S., 2015. Pembuatan Beras Analog Berbahan Dasar Tepung Pisang (*Musa paradisiaca*). Pembuatan Beras Analog Berbahan Dasar Tepung Pisang (*Musa Parad.* 4, 117–126.

Yulviatun, A., Purnamasari, S., Ariyantoro, A.R., Atmaka, W., 2022. Karakteristik Fisik, Kimia, dan Organoleptik Beras Analog Berbasis Mocaf, Tepung Jagung (*Zea mays* L.), dan Tepung Kecambah Kacang Hijau (*Vigna radiata* L.). *J. Teknol. Has. Pertan.* 15, 46. <https://doi.org/10.20961/jthp.v15i1.55394>

Yuriah, A., Astuti, A.T., Inayah, I., 2019. Hubungan asupan lemak, serat dan rasio lingkaran pinggang pinggul dengan tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Gondokusuman I Yogyakarta. *Ilmu Gizi Indones.* 2, 115. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v2i2.103>

Zahra, A., 2024. Karakteristik Fisik dan kimia Beras Analog Berbagai Macam Varietas Tepung Ubi Jalar Disubstitusi dengan Tepung Jagung. *Flora J. Kaji. Ilmu Pertan. dan Perkeb.* 1, 29–41.

Zhou, B., Perel, P., Mensah, G.A., Ezzati, M., 2021. Global epidemiology, health burden and effective interventions for elevated blood pressure and hypertension. *Nat. Rev. Cardiol.* 18, 785–802. <https://doi.org/10.1038/s41569-021-00559-8>