

## **BAB 7**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **7.1 Kesimpulan**

Berdasarkan uraian pada hasil penelitian dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Responden di Posyandu Lansia Sekar Arum RW VII Kelurahan Kertajaya Kecamatan Gubeng Surabaya sebagian besar mendapatkan dukungan dari keluarga yaitu sebesar 84%.
2. Responden di Posyandu Lansia Sekar Arum RW VII Kelurahan Kertajaya Kecamatan Gubeng Surabaya separuh responden memiliki status gizi normal sebesar 56%.
3. Ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan status gizi lansia hipertensi di Posyandu Lansia Sekar Arum RW VII Kelurahan Kertajaya Kecamatan Gubeng Surabaya, menunjukkan arah korelasi positif yang berarti bahwa semakin tinggi dukungan keluarga yang diberikan maka status gizi lansia hipertensi juga akan semakin baik dengan kekuatan korelasi tinggi.

#### **7.2 Saran**

1. Bagi Institusi Pelayanan Keperawatan

Diharapkan perawat terus meningkatkan perannya sebagai fasilitator yang memfasilitasi penderita dengan keluarganya agar lebih meningkatkan dukungan keluarga untuk tetap mendampingi dan memperhatikan anggota keluarga yang sakit khususnya lansia yang menderita hipertensi melalui upaya promosi kesehatan.

## 2. Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan pihak Posyandu Lansia Sekar Arum RW VII Kelurahan Kertajaya Kecamatan Gubeng Surabaya terus mengembangkan promosi kesehatan dalam rangka meningkatkan pengetahuan bagi keluarga dan lansia tentang masalah kesehatan hipertensi yang dihadapi oleh lansia terutama gizi yang dibutuhkan dan dukungan keluarga yang diberikan dalam mengatasi masalah gizi pada lansia serta meningkatkan kesehatan para lansia dalam menjalani kehidupan di hari tuanya.

## 3. Bagi keluarga

Diharapkan keluarga agar selalu memperhatikan kondisi para lansia yang menderita hipertensi melalui dukungan yang diberikan oleh keluarga dengan lebih sering melakukan diskusi dengan lansia tentang masalah gizi yang dialami oleh lansia dan keluarga tidak menggunakan istilah yang sulit dimengerti oleh lansia dalam upaya memperbaiki status gizi. Karena dengan adanya dukungan yang diberikan, memungkinkan keluarga berfungsi dengan optimal sehingga dapat membantu meningkatkan kesehatan anggota keluarga.

## 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya agar lebih memperdalam cakupan penelitian dengan jumlah responden yang lebih banyak, khususnya tentang faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pemberian dukungan keluarga seperti tahap perkembangan keluarga, faktor emosi, faktor spiritual, praktik di keluarga, faktor sosioekonomi, dan latar belakang budaya yang berhubungan dengan status gizi lansia hipertensi serta melakukan pengukuran terhadap tekanan darah sebelumnya pada lansia hipertensi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. (2010). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Azizah, L.M. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Baliwati, Y.F., Khomsan, A., & Dwiriani, C.M. (2004). *Pengantar Pangan Dan Gizi*. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Baradero, M., Dayrit, M.W., & Siswadi, Y. (2008). *Klien Gangguan Kardiovaskuler: Seri Asuhan Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Brown, J.E. (2008). *Nutrition Through Life Cycle*. (3<sup>rd</sup> ed.). USA: Thomson Wadsworth.
- Corwin, E.J. (2009). *Buku Saku Patofisiologi*. Jakarta: EGC.
- Dalimartha, S. (2008). *Care Your self Hipertensi*. Depok: Penebar Plus.
- Darmojo, B. (2011). *Buku Ajar Geriatrik: Ilmu Kesehatan Usia Lanjut*. Edisi 4. Jakarta: FKUI.
- Depkes RI. (2014). *Penderita Hipertensi Di Indonesia Cenderung Meningkat Tahun 2014*. Jakarta.
- Dewi, S.R. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Deepublish.
- Dhianningtyas, Y., & Hendrati, L.Y. (2006). Resiko Obesitas, Kebiasaan Merokok, Dan Konsumsi Garam Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Usia Produktif. *The Indonesian Journal of Public Health*. Diunduh tanggal 6 Januari 2017 dari <http://journal.unair.ac.id/risiko-obesitas,-kebiasaan-merokok,-dan-konsumsi-garamterhadap-kejadian-hipertensi-pada-usia-produktif>
- Dinkes Kota Surabaya. (2015). *Profil Kesehatan Tahun 2015*. Surabaya.
- Ditjen Kefarmasian Dan Alat Kesehatan. (2006). *Pharmaceutical Care Untuk Penyakit Hipertensi*. Jakarta: Depkes.

- Effendi, F. (2009). *Keperawatan Kesehatan Komunitas: Teori Dan Praktik Dalam Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Eminyan, M. (2001). *Teologi Keluarga*. Yogyakarta: Kanisius.
- Fatimah. (2010). *Merawat Manusia Lanjut Usia Suatu Pendekatan Proses Keperawatan Gerontik*. Jakarta: TIM.
- Fatmah. (2010). *Gizi Usia Lanjut*. Jakarta: Erlangga.
- Friedman, M.M. (2010). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga: Riset, Teori Dan Praktek*. Jakarta: EGC.
- Gibney, M.J. (2008). *Gizi Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: EGC.
- Hardman, A.E., & Stensel, D.J. (2009). *Physical Activity And Health: The Evidence Explained*. (2<sup>nd</sup> ed.). New York: Routledge & Francis Group.
- Hasdianah, dkk. (2014). *Gizi, Pemantapan Gizi, Diet Dan Obesitas*. Yogyakarta: Nuamedika.
- Hernilawati. (2013). *Konsep Dan Proses Keperawatan Keluarga*. Sulawesi Selatan: Pustaka As Salam.
- Herry. (2008). *Hubungan Karakteristik, Gaya Hidup Dan Asupan Faktor Gizi Terhadap Status IMT Pada Lansia Di Tiga Posbindu Kelurahan Rangkapan Jaya Lama Kecamatan Pancaran Mas Kota Depok*. Skripsi. Depok: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia. Diunduh tanggal 12 Mei 2017 dari <http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/126625-S-5462-Hubungan%20karakteristik-HA.pdf>
- Hidayat, A. (2010). *Metode Penelitian Kesehatan: Paradigma Kuantitatif*. Surabaya: Kelapa Pariwara.
- \_\_\_\_\_. (2011). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Husaini, A. (2007). *Tobat Merokok, Rahasia Dan Cara Empatik Berhenti Merokok*. Depok: Pustaka Iman.

Irza, S. (2009). *Analisis Faktor-Faktor Risiko Hipertensi Pada Masyarakat Nagari Burgo Tanjung Sumatera Barat*. Skripsi. Medan: Fakultas Farmasi Universitas Sumatera Utara. Diunduh tanggal 15 Desember 2016 dari <http://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/14464/09E02696.pdf>

Istiany, A., & Rusilanti. (2014). *Gizi Terapan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.

James, P.A., Oapril, S., Carter, B.L., Cushman, W.C., Himmelfarb, C.D., Handler, J., et al. (2013). 2014, Evidence-Based Guideline for the Management of High Blood Pressure In Adults Report From the Panel Members Appointed to the Eight Joint National Commite (JNC 8). *JAMA*: 284-427. doi: 10.1001. Diunduh tanggal 29 Januari 2017 dari <http://www.measureuppressuredown.com/HCPProf/Find/BPs/JNC8/specialCommunication.pdf>

Junaedi, E., Yulianti, S., dkk. (2013). *Hipertensi Kandas Berkat Herbal*. Jakarta: Fmedia.

Kaakinen, J.R., Duff, V.G., Coehlo, D.P., & Hanson, S.M.H. (2010). *Family Health Care Nursing: Theory, Practice Aand Research*. (4<sup>th</sup> ed.). Philadelphia: F.A Davis Company.

Kaplan, N.M. (2010). *Primary Hypertension: Patogenesis, Kaplan Clinical Hypertension*. (10<sup>th</sup> ed.). USA: Lippincot Williams & Wilkins.

Kim, B.H., Kim, M.J, Lee, Y. (2012). The Effect Of A Nuritional Education Program On The Nutritional Status of Elderly Patients In A Long – Term Care Hospital In Jeollanamdo Province: Health Behavior, Dietary Behavior, Nutrition Risk Level And Nutrient Intake. *Journal Nutrition Riset and Practice*; 6 (10) 35- 44. Diunduh tanggal 29 Januari 2017 dari <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3296921/>

Komaling, H.Y. (2015). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tinoor. *Jurnal Ilmu-Ilmu Multidisiplin*; Vol 5(2). Diunduh tanggal 11 Mei 2017 dari <http://jurnal.unsrittomohon.ac.id/index.php/jurnalprint/article/view/161>

Kusharisupeni (2007). *Gizi dalam Daur Kehidupan. Gizi Dan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Kusumoputro, S. (2006). *Old Age or Diseased; Proses Otak Menjadi Tua*. Jakarta: UI Press.

Lestari, T. (2011). *Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Galur 1 Kulon Progo*. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Aisyiyah. Diunduh tanggal 6 Januari 2017 dari <http://opac.unisayogya.ac.id/1261/1/naskah%20Publikasi%20tiwi.pdf>

Lubis (2013). *Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Menjalankan Pengobatan Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Indrapura Kabupaten Batu Bara*. Skripsi. Medan: Fakultas Keperawatan Universitas Sumatra Utara. Diunduh tanggal 1 Juli 2017 dari <http://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/45142/Cover.pdf>

Lumbantobing. (2006). *Kecerdasan Pada Usia Lanjut Dan Demensia*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.

Manampiring, A.E. (2008). *Hubungan Status Gizi Dan Tekanan Darah pada Usia 45 Tahun Keatas di Kelurahan Pakowa Kecamatan Wanea Kota Manado*. Departemen Pendidikan Nasional RI. Manado: Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado. Diunduh tanggal 13 Desember 2016 dari [http://repo.unsrat.ac.id/257/1/Hubungan\\_Status\\_Gizi\\_dan\\_Tekanan\\_Darah\\_\(45%2B\)\\_2.pdf](http://repo.unsrat.ac.id/257/1/Hubungan_Status_Gizi_dan_Tekanan_Darah_(45%2B)_2.pdf)

Mansjoer, A. (2010). *Kapita Selektta Kedokteran*. Edisi 4. Jakarta: Medica Aesculpalus.

Martono, H., & Kris, P. (2009). *Buku Ajar Boedhi-Darmojo: Geriatri (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut)*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.

Maryam, dkk. (2011). *Mengenal Usia Lanjut Dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.

Meiner, S.E. (2014). *Gerontologic Nursing*. St. Louis Missouri: Mosby Elsevier.

Meirina. (2011). *Hubungan Dukungan Keluarga, Karakteristik Keluarga Dan Lansia Dengan Pemenuhan Nutrisi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Bogor Selatan*. Tesis. Depok: Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia. Diunduh tanggal 26 Januari 2017 dari <http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20281717-T%20Meirina.pdf>

Merryana & Bambang. (2012). *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

Mickey, S. (2009). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Jakarta: EGC.

Misnadiarly. (2007). *Obesitas Sebagai Faktor Risiko Beberapa Penyakit*. Jakarta: Pustaka Obor Populer.

Moha, I.H. (2014). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Pemenuhan Kebutuhan Nutrisi Pada Lansia Di Kelurahan Biyonga Kecamatan Limboto Kabupaten Gorontalo*. Skripsi. Gorontalo: Fakultas Kesehatan Universitas Negeri Gorontalo. Diunduh tanggal 11 Mei 2017 dari <http://kim.ung.ac.id/index.php/KIMFIKK/article/download/10507/10386>

Mubarak, W.I., Chayatin, N., & Santoso, B.A. (2010). *Keperawatan Komunitas*. Jakarta: Salemba Medika.

Muttaqin, A. (2014). *Pengantar Asuhan Keperawatan Klien Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler*. Jakarta: Salemba Medika.

National Research Council. (1994). *Nutrient Requirements of Poultry Eighth Revised Edition*. Washington: National Academy Of Sciences.

Nisfiani, A.D. (2014). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diit Hipertensi Pada Lanjut Usia di Desa Begajah Kecamatan Sukoharjo Kabupaten Sukoharjo*. Skripsi. Surakarta: Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah. Diunduh tanggal 11 Mei 2017 dari [http://eprints.ums.ac.id/30732/12/NASKAH\\_PUBLIKASI.pdf](http://eprints.ums.ac.id/30732/12/NASKAH_PUBLIKASI.pdf)

Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.

\_\_\_\_\_. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan. Ed. Rev.* Jakarta: Rineka Cipta.

Nugroho, W. (2008). *Keperawatan Gerontik & Geriatrik*. Jakarta: EGC.

Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Edisi 4. Jakarta: Salemba Medika.

Olowookere, A.J., Olowookere, S.A., Talabi, A. O., Etonyeaku, A.C., Adeleke, O.E., & Akinboboye, O.O. (2015). Perceived Family Support And Factors Influencing Medication Adherence Among Hypertensive Patients Attending A Nigerian Tertiary Hospital. *Annals of Tropical Medicine and Public Health*; Vol 8 (6), 241. Diunduh tanggal 1 Juli 2017 dari <http://www.atmph.org/article.asp?issn=1755-6783;year=2015;volume=8;issue=6;spage=241;epage=245;aualast=Olowookere>

Osamor, P. A. (2015). Social Support and Management Of Hypertension In Sout-West Nigeria. *Cardiovascular Journal Of Africa*; Vol 26(1), 29-33. Diunduh tanggal 1 Juli 2017 dari <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4392208/>

Padila. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Palmer, A., & Williams, B. (2007). *Tekanan Darah Tinggi* (Yasmine, Penerjemah). Jakarta: Erlangga.

Peter, S., Saris., Wim, H., Mathers, C., et al. (2015). Nutrient Status Assessment in Individuals and Populations for Healthy Aging. *Expert Workshop*; 10(10491 – 10500). Diunduh tanggal 11 Mei 2017 dari <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4690099/>

Potter, P.A. & Perry A.G. (2012). *Fundamental Of Nursing*. Jakarta: EGC.

Prawiroharjo, S. (2012). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Sarwono Prawirohardjo.

Price, S.A., & Wilson, L.M. (2006). *Patofisiologi Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit*. Jakarta: EGC.

Radmarssy. (2007). Meredam Hipertensi dengan Aerobik. Diakses pada hari Sabtu, 28 Januari 2017 dari



<http://radmarssy.wordpress.com/2007/02/25/meredam-hipertensi-dengan-aerobik/>

Rahajeng, E., & Tuminah, S. (2009). Prevalensi Hipertensi Dan Determinannya di Indonesia. *Majalah Kedokteran Indonesia 2009*, Vol 59(12): 580–587. Diunduh tanggal 6 Januari 2017 dari <http://egiwidiyaoktora201432049.weblog.esaunggul.ac.id/wp-content/uploads/sites/4896/2015/09/700-760-1-PB.pdf>

Ridwan, M. (2009). *Mengenal, Mencegah, Mengatasi Hipertensi*. Semarang: Widyamara.

Riset Kesehatan Dasar. (2013). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Diperoleh tanggal 23 Desember 2016 dari [http://www.litbang.depkes.go.id/sites/downloadrkd2013/Laporan\\_Riske\\_sdas2013.pdf](http://www.litbang.depkes.go.id/sites/downloadrkd2013/Laporan_Riske_sdas2013.pdf).

Riyadi A., Wiyono P., & Budiningsari DR. (2007). Asupan Gizi dan Status Gizi Sebagai Faktor Risiko Hipertensi Esensial Pada Lansia di Puskesmas Curup Dan Puskesmas Perumnas Kabupaten Rejang Lebong Propinsi Bengkulu. *Jurnal Gizi Klinik*, Vol. 4. Diperoleh tanggal 31 Oktober 2016 dari <https://jurnal.ugm.ac.id/jgki/article/view/17464/11352>

Rizkiyanti, W.D. (2014). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kejadian Stres Pada Lansia Di Desa Pasrepan Kecamatan Pasrepan Kabupaten Pasuruan*. Skripsi. Mojokerto: Fakultas Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit. Diunduh tanggal 31 Oktober 2016 dari <http://repository.poltekkesmajapahit.ac.id/index.php/S1-KEP/article/view/144/114>

Rospond, R.M. 2008. Penilaian Status Nutrisi. Diunduh tanggal 24 Juni 2017 dari <http://www.lyrawati.files.wordpress.com/2008/07/penilaian-status-nutrisi.pdf>

Sediaoetama, A.D. (2010). *Ilmu Gizi*. Jakarta: Dian Rakyat.

Setiadi. (2008). *Konsep Dan Proses Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

\_\_\_\_\_. (2013). *Konsep Dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan*. Edisi 2. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Setyowati, W. (2012). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Keluarga Tentang Gizi Lanjut Usia Di Rumah Di Desa Siwal Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Surakarta*; 5(7) 80 – 87. Diunduh tanggal 26 Mei 2017 dari [http://eprints.ums.ac.id/27114/1/HALAMAN\\_DEPAN.pdf](http://eprints.ums.ac.id/27114/1/HALAMAN_DEPAN.pdf)

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(9): 406 – 412. Diunduh tanggal 6 Januari 2017 dari <http://lib.fkm.ui.ac.id/file?file=pdf/metadata-74198.pdf>

Simanjuntak, E. (2010). *Status Gizi Lanjut Usia Di Daerah Pedesaan, Kecamatan Porsea, Kabupaten Toba Samosir, Provinsi Sumatera Utara Tahun 2010*. Tesis. Depok: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia. Diunduh tanggal 30 Januari 2017 dari <http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20303888-T%2030833-Status%20gizi-full%20text.pdf>

Siti, dkk. (2009). *Asuhan Keperawatan Lansia*. Jakarta: Trans Info Medika.

Stanhope, M. & Lancaster, J. (2014). *Public Health Nursing*. (9<sup>th</sup> ed.). St. Louis Missouri: Mosby Elsevier.

Stanley & Beare. (2007). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik* (Juniarti & Kurnianingsih, Penerjemah). Edisi 2. Jakarta: EGC.

Steves, Anderson, Smith, J., Hopkins, L., Gittelson, J. (2016). Perceived Social Support From Friends and Parents for Eating Behavior and Diet Quality Among Low-Income, Urban, Minority Youth. *Journal Nutr Educ Behav*; 48(5) 304 – 310. Diunduh tanggal 11 Mei 2017 dari <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26865358>

Suardana, I.W. (2011). *Hubungan Faktor Sosiodemografi, Dukungan Sosial Dan Status Kesehatan Dengan Tingkat Depresi Pada Agregat Lanjut Usia Di Kecamatan Karangasem Kabupaten Karangasem Bali*. Skripsi. Jakarta: UI. Diunduh tanggal 26 Mei 2017 dari

<http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20282773-T-I%20Wayan%20Suardana.pdf>

Sugiyono. (2012). *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.

Sulistiyarini, T. (2013). Dukungan Keluarga Meningkatkan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus Di Ruang Rawat Inap RS. Baptis Kediri. *Jurnal STIKES*; Vol.6(1). Diunduh tanggal 11 Mei 2017 dari [puslit2.petra.ac.id/ejournal/index.php/stikes/article/view/18840/18537](http://puslit2.petra.ac.id/ejournal/index.php/stikes/article/view/18840/18537)

Supariasa, I Dewa Nyoman. (2016). *Penilaian Status Gizi*. Edisi 2. Jakarta: EGC.

Supartondo, S.S., & Soejono, C.H. (2003). *Penatalaksanaan Pasien Geriatri Dengan Pendekatan Interdisiplin*. Jakarta: Pusat Informasi dan Penerbitan FKUI.

Susilo & Aima. (2013). *Penelitian Dalam Ilmu Keperawatan*. Jakarta: In Media.

Susilo, Y., & Wulandari. (2011). *Cara Jitu Mengatasi Hipertensi*. Yogyakarta: C.V Andi Offset.

Sutanto. (2010). *Cegah Dan Tangkal Penyakit Modern*. Yogyakarta: C.V Andi Offset.

Sutono, B. (2008). *Menu Sehat Penakluk Hipertensi*. Jakarta: De Media.

Tamher, S. & Noorkasiani. (2011). *Kesehatan Usia Lanjut Dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.

Tremblay, A. & Therrien, F. (2006). Physical Activity and Body Functionality Implications for Obesity Prevention and Treatment. *Can J of Physiol Pharmacol*, 84;288: 149 – 156. Diunduh tanggal 30 Januari 2017 dari <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16900940>

Triyanto, E. (2014). *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Truswell, S. (2014). *Buku Ajar Ilmu Gizi*. Jakarta: EGC.

Tuan, N.T., Adair, L.S., Suchindram, M., & Popkin, B.M. (2009). The Association Between Body Mass Index And Hypertension Is Different Between East And Southeast Asians. *American Journal of Clinical Nutrition*, 89, 1905-1912. Diunduh tanggal 11 Mei 2017 dari <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2714374/>

Udjianti, W.J. (2011). *Keperawatan Kardiovaskular*. Jakarta: Salemba Medika.

Vriastuti. (2014). Dukungan Keluarga Dalam Pemenuhan Nutrisi Dengan Tekanan Darah Lansia Di Mancingan XI Parangtritis Kretek, Bantul, Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Aisyiyah*; 6(10) 91 – 101. Diunduh tanggal 11 Mei 2017 dari <http://opac.unisayogya.ac.id/501/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>

Wahjudi, N. (2008). *Keperawatan Gerontik & Geriatrik*. Edisi 3. Jakarta: EGC.

Wang. (2012). Fruit And Vegetable Intake And The Risk Of Hypertension In Middle-Aged And Older Women. *American Journal Hypertension*; 25(2):180-9. Diunduh tanggal 11 Mei 2017 dari <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3258456/>

Wardlaw, G.M., & Jeffrey, S.H. (2007). *Perspectives In Nutrition*. (7<sup>th</sup> Ed). New York: Mc Graw Hill Companies Inc.

Widiyanto. (2006). *Strategi Peningkatan Kualitas Hidup Manusia Di Indonesia*. Jakarta: Erlanga.

Wijaya, A.S., & Putri, Y. M. (2013). *Keperawatan Medikal Medah (Keperawatan Dewasa)*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Yogiantoro, M. (2006). *Hipertensi Esensial dalam Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam Jilid I*. Edisi 4. Jakarta: FKUI.