

DAFTAR PUSTAKA

- Adina, Fitri. 2004. *Dunia Bunda: Obesitas Mengintai Anakku*. Jakarta: Gramedia.
- Adrian F, Heini, Weinsier RL. Divergent trends in obesity and fat intake patterns: The american paradox. *The American Journal of Medicine*. 1997; 102(3):259-64.
- Agus, apri. 2011. *Pentingnya Peran Olahraga dalam Menjaga Kesehatan dan Kebugaran Tubuh*. Universitas Negeri Padang.
- Aibak, Kutbuddin. 2006. *Qiyas Sebagai Dalil Hukum Syara*. Tulungagung.
- Ainsworth B., Coleman K. 2009. Physical activity measurement. In:McTiernan A, ed.*Cancer Prevention and Management Through Exercise and Weight Control*. Boca Raton, FL: CRC Press; 2009:13–24.
- Ainsworth BE, askell WL, Herrmann SD, Meckes N, Bassett DR Jr., Tudor Locke C, Greer JL, Vezina J, Whitt-Glover MC, Leon AS. 2011 Compendium of physical activities: a second update of codes and MET values. *Med Sci Sports Exerc*: 43:1575–1581.
- Almatsier, S. (2010). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka.
- Aktivitas fisik.
- Al-Qur' an dan Terjemahnya*. 1978. Yayasan Penyelenggara Penterjemah/ Penafsiran Al-Qur' an, Departemen Agama RI, Jakarta.
- Al-Qurthubi, Muhammad bin Ahmad abi Bakr Abi 'Abdullah. 2013. *Tafsir al-Qurthubi al-Jami' li Ahkam al-Qur' an*, Cet I, Daar Ar-Risalah, Beirut.
- Apriadi. (1986). *Gizi Keluarga*. Jakarta: Penebar Swadaya
<http://digilib.unimus.ac.id/files/disk1/133/jtptunimus-gdl-dhianperma6613-3-babii.pdf>. (Diakses pada: tanggal 26 september, pukul 20.00).
- Andamsari, Miftah Nur, Lipoeto, Nur Indrawati, Kadri, Husnil. 2015. Hubungan Pola Makan dengan Tekanan Darah pada Orang Dewasa di Sumatera Barat. *Jurnal MKA*. Volume 38, Nomor 1.
- Anggraeni,R., Wahiduddin, Rismayanti, 2013. Faktor Risiko Aktivitas Fisik, Merokok, dan Konsumsi Alkohol terhadap Kejadian Hipertensi Pada Lansia

- di Wilayah Kerja Puskesmas Pattingalloang Kota Makassar. Universitas Hasanuddin
- Arif, Mansjoer, dkk., (2000), Kapita Selekta Kedokteran, Edisi 3, Medica Aesculpalus, FKUI, Jakarta.
- American Collage of Cardiology Foundation. 2017. *New ACC/ AHA High Blood Pressure Guidelines Lower Definition of Hypertension*. America: ACC
- Amu, Dina Adlina. (2015). Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Di Wilayah Perkotaan Dan Pedesaan Indonesia Tahun 2013. Skripsi. Jakarta: Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Anam Khairul. (2016). *Gaya Hidup Sehat Mencegah Penyakit Hipertensi*. Jurnal Langsung. Kalimantan Selatan: Fakultas Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjary Banjarmasin Kalimantan Selatan. 3(2):97-101.
- Anggraini, dkk. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien yang Berobat di Poliklinik Dewasa Puskesmas Bangkinang Periode Januari sampai Juni 2008. c2009 [cited 2011 Oct 7]. Available from : <http://yayanakhyar.files.wordpress.com/2009//>.
- Baihaki, Egi Sukma. 2017. Gizi Buruk dalam Persepektif Islam: Respon Teologis Terhadap Persoalan Gizi Buruk. Surakarta : Shahih. Vol 2 nomor 2.
- Berdanier, Carolyn D., J. Dwyer & E.B. Feldman. 2008. *Handbook of Nutritional and Food*. Second Edition. CRC Press, New York.
- Chen, Hsiu-Hua, Chen, Yi-Liang . 2010. Effects of One-Year Swimming Training on Blood Pressure and Insulin Sensitivity in Mild Hypertensive Young Patients. Chinese : Chinese Journal of Physiology 53(3): 185-189
- Cutler JA, Sorlie PD, Wolz M, Thom T, Fields LE, Roccella EJ Hypertension. 2008 Nov; 52(5):818-27.
- Cortas K, et all. Hypertension. Last update May 11 2008. [cited 2015 Jan 10]. Available from: <http://www.emedicine.com>.
- Croezen S, Visscher TLS, TerBogt NCW, Veling ML, Haveman-Nies A. 2009. Skipping breakfast, alcohol consumption and physical inactivity as risk

- factors for overweight and obesity in adolescents: Results of the E-MOVO project. *European Journal of Clinical Nutrition*. 63:405-12.
- Depkes RI. Hipertensi membunuh diam-diam ketahui tekanan darah anda. Kemenkes RI: Jakarta
- Diaz, KM: Shimbo, D. (2014). *Physical Activity and the Prevention of Hypertension*. New York: center for Behavioral Cardiovascular Health, Departemen of Medicine. Columbia University.
- Felman, A. (2019). *Everything you need to know about hypertension*. UK:Medical News Today.
- Fryar, Cheryl D. (2016). Mean Body Weight, Height, Waist Circumference, and Body mass Index Among Adult : United States, 1999-2000 Through 2015-2016. CDC. Number 122.
- Guyton, A.C., dan Hall, J.E. 2008. Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. Edisi 11. Jakarta: EGC
- Hafid, Muh Anwar.(2017). Perbandingan Tekanan Darah Pada Mahasiswa Dengan Dan Tanpa Riwayat Hipertensi Di Keluarga Setelah Melalui Pembebanan Cold Pressor Test.
- Hamka., 2015. Tafsir Al-Azhar: Diperkaya dengan Pendekatan Sejarah, Sosiologi, Tasawuf, Ilmu Kalam, Sastra, dan Psikologi. Jakarta: Gema Insani.
- Harahap, Heryudarini, Hardiansyah, Setiawan, budi, Efendi, mam. 2008. Hubungan Indeks Massa Tubuh, jenis kelamin, usia, golongan darah dan riwayat keturunan dengan tekanan darah pada Pegawai Negeri Sipil di Pekanbaru. *Penelitian Gizi dan Makanan*. 31 (2) : 51 : 58.
- Harahap, rina andriani. 2017. Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Laki-Laki Dewasa Awal (18-40 tahun) Di Wilayah Puskesmas Bromo Medan Tahun 2017. *Jurnal Muara Sains*. Vol. 1 No, 2, Halaman 68-73.
- Hardati, T.A., Ahmad, A.R. (2017). Aktivitas fisik dan kejadian hipertensi pada pekerja: analisis data Riskesdas 2013. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada (*BKM Journal of Community Medicine and Public Health*) .Vol 34 No 2 Hal 467-474.

- Hendrayana, Yudy. 2007. Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Adaptif. CRICED.
- Henuhili dkk.(2011). Pola Pewarisan Penyakit Hipertensi Dalam Keluarga Sebagai Sumber Belajar Genetika, Prosiding Seminar Nasional Penelitian, pendidikan dan Penerapan MIPA, Fakultas MIPA, Universitas Negeri Yogyakarta, 14 mei 2011.
- Hernandez, E, Vila. (2015). *A Review of the JNC 8 Blood Pressure Guideline*. Texas: Texas Heart Institute.
- Husin, ahmad fuadi. 2014. Bimbingan Islam untuk Hidup Muslim. Maghfirah : Jakarta.
- Ibrahim, HS. 2012. Hubungan faktor-faktor yang mempengaruhi kebutuhan gizi dengan status gizi lanjut usia di UPTD Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang Buda Aceh. *Idea Nursing Journal*. Vol. III No. 2.
- Ichsan, nurul. 2015. Kerja, Bisnis dan Sukses Menurut Islam. *The Journal of Tauhidinomics*. Volume 1, No. 2 : 167-182.
- INFODATIN. 2014 *Hipertensi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- IOM (Institute of Medicine). *A Population-Based Policy and Systems Change Approach to Prevent and Control Hypertension*. Washington, DC: The National Academies Press;2010.
- Iswayuhni S. 2017. Hubungan antara aktivitass fisik dan hipertensi pada lansia. *Profesi*. 14(2):5-8
- Karim. 2002. Panduan Kesehatan Olahraga Bagi Petugas Kesehatan. Tim Departemen Kesehatan. Jakarta.
- Kemenkes RI. (2018). Jumlah kebutuhan kalori. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI. (2018). *Ketahui Tekanan Darahmu, Cegah Hipertensi (The Silent Killer)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI. (2018). *Klasifikasi Hipertensi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI. (2017). *Fakta dan Angka Hipertensi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

- Khairudin. 2018. Olahraga Dalam Pandangan Islam. Jurnal Abuyatama.
- Kumar, V., et al. (2015). *Penyakit Vaskular Hipertensi*. Dalam: Buku Ajar Patologi Robbins. Edisi 9. Singapura: Elsevier Saunders
- Kurniawan, Feri. (2012). Buku Pintar Pengetahuan Olahraga. Jakarta: LaskarAksara.
- Lewis, C., McTigue, K., Burke, L., Poirier, P., Eckel, R., Howard, B., et al. (2009). Mortality, health outcomes, and body mass index in the overweight range: a science advisory from the American Heart Association. *Circulation*, 119, 0-0. <https://www.medkes.com/2013/11/kalkulator-imt-ukur-berat-badan-ideal.html> (Diakses pada tanggal 8 februari 2020)
- Mantik, EK, Umboh, adrian, Wilar rocky. 2016. Hubungan Status Gizi dengan Tekanan Darah pada siswa SD Katolik RK IV Santo Yohanes Manado. Jurnal e-Clinic, vol 4 no :2.
- Mansyur. 2017. Al-qalbu dalam Persepektif Al-quran. Institut Parahikma Indonesia. Gowa.
- Marlina, Yessi. 2016. Indeks massa tubuh dan akticitas fisik dengan tekanan darah pada pelajar SMA. Yogyakarta : Jurnal Gizi Klinik Indonesia. Vol 12 no. 4.
- Marjuni, Kamaluddin Nurdin. Kamus Syawarifiyyah: Kamus Modern Sinonim ArabIndonesia (Jakarta: Ciputat Press Group, 2007), h. 401
- Maryati, heni. 2017. Hubungan Kadar Kolesterol dengan Tekanan Darah Penderita hipertensi di Dusun Sidomulyo Desa Rejoagung kecamatan Ploso Kabupaten Jombang. E-Journal UMM. Volume 8, Nomor 2.
- McKean SC, et al., eds. Secondary hypertension. In: Principles and Practice of Hospital Medicine. 2nd ed. New York, N.Y.: McGraw-Hill Education; 2017. <https://accessmedicine.mhmedical.com>. Accessed Jan. 31, 2019
- Mohani, I.C Irwanadi. Hipertensi Primer. Ilmu Penyakit Dalam Edisi VI Jilid II . Jakarta: Balai Penerbit FK-UI; 2017
- National Heart, Lung, and Blood Institute. Aim for a Healthy Weight. Bethesda (MD) : U.S. Department of Health and Human Services. National Institute

- ofHealth.2005.[Http://www.nhlbi.nih.gov/health/public/heart/obesity/aim_hwt.pdf](http://www.nhlbi.nih.gov/health/public/heart/obesity/aim_hwt.pdf)
- Nix, S. 2005. William' s Basic Nutrition & Diet Therapy, Twelfth Edition. Elsevier Mosby Inc, USA.
- Notoatmodjo S. (2012). *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurachmah.(2001). Asuhan keperawatan bermutu di rumah sakit. perhimpunan rumah sakit seluruh indonesia (PERSI). (internet).
- Nuraini, B.(2015). *Risk Factors of Hypertention. Journal of Artikel Review*. Vol. 4(5). Lampung: Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung.
- Nurmalina. (2011.) Pencegahan & Manajemen Obesitas. Elex Media Komputindo. Bandung.
- Olack, Beatrice, Wabwire-Mangen, fread. 2015. Riska Factors Of Hypertension among adults aged 35-64 years living an urban Slum Nairobi, Kenya. BMC Number 15.
- Oviyantini PN. 2010. Hubungan antara lingkar pinggang dan rasio lingkar pinggang panggul dengan tekanan darah pada subjek usia dewasa (Skripsi). Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- P2PTM Kementerian Kesehatan RI. 2019. Aktivitas Fisik. Jakarta : Germas.
- Papalia D.E., Old S.W dan Feldman R.D. 2008. Human Development (terjemahan). Jakarta : Kencana.
- Paruntu, O. L., Rumagit F. A., Kures, G. S..Hubungan Aktivitas Fisik, Status Gizi Dan Hipertensi pada Pegawai di Wilayah Kecamatan Tomohon Utara. Gizido 2015;7(1).
- Paul F. Diehl. 2016. Thinking about Peace: Negative Terms versus Positive Outcomes. Strategic Studies Quarterly: 3-9
- Physical activity. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs385/en/> Diakses pada 30 November 2016.
- Prasetianingrum, Y.I. (2014). *Hipertensi Bukan untuk Ditakuti*. Jakarta : FMedia.
- Prasetyo, Yudik. 2007. Olahraga Bagi Penderita Hipertensi. FIK UNY. Yogyakarta.

Rajin Aktivitas Fisik

<http://promkes.kemkes.go.id/wp->

[content/uploads/pdf/publikasi_materi_promosi/Informasi%20CERDIK/4.%20Rajin%20Aktivitas%20Fisik_145x285mm.pdf](http://promkes.kemkes.go.id/wp-content/uploads/pdf/publikasi_materi_promosi/Informasi%20CERDIK/4.%20Rajin%20Aktivitas%20Fisik_145x285mm.pdf) (Diakses pada: tanggal 27

september, pukul 16.00)

Riyadi A dkk. (2007). *Asupan Gizi dan Status Gizi Sebagai Faktor Risiko Hipertensi Esensial pada Lansia di Puskesmas Curup dan Puskesmas kabupaten Rejang Lebong Provinsi Bengkulu*. Jurnal Gizi Klinik Vol. 4 (No. 1) Hal 43-51.

Saputri, Deasy Eka. (2010). *Hubungan Stres Dengan Hipertensi Pada Penduduk Di Indonesia Tahun 2007*. Tesis. Depok: Fakultas Kesehatan Masyarakat Program Pasca Sarjana.

Sarifudin. 2017. Kajian teori Munasabah dalam Penafsiran Al-quran. Salatiga

Sarkar T, Singh NP. Epidemiology and Genetics of Hypertension. Journal of the Association of physicians of India. 2015;63(9):61-98.

Sayogo, S. (2009). *Hipertensi*. Jakarta: Respository UI.

Tersedia dari: <http://repository.ui.ac.id>.

Setyobudi, Riski F. (2016). *Analisis Model Regresi Logistik Ordinal Pengaruh Pelayanan di Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam Terhadap Kepuasan Mahasiswa FMIPA UNNES*. Skripsi. Universitas Negeri Semarang.

Schrier, R.W. (2000). *Manual of Nephrology*. (5th Edition). USA: Lippincott Williams & Wilkins, 155-166.

Sumarni, R. dkk. (2015). *Konsumsi Junk Food Berhubungan Dengan Hipertensi pada Lansia di Kecamatan Kasihan Bantul, Yogyakarta*: Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia. Universitas Alma Ata. Vol.03. (No.02)

Sharon, Cindy. 2009. *Prevalensi hipertensi esensial pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas kristen maranatha berdasarkan uji saring cold pressure test*.

<http://repository.maranatha.edu/1924/1/0510092/Abstract/TOC.pdf>.

(Diakses pada tanggal 13 Februari 2020.)

- Sherwood, lauralee. Fisiologi Manusia dari sel ke sistem. Edisi 9. Jakarta: EGC.
- Shihab, M. Q. 2004. Membumikan Al-Qur' an: Fungsi dan Peran Wahyu dalam Kehidupan Masyarakat. Bandung: Mizan.
- Sihotang, michael. 2020. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah pada Orang Dewasa. CMK Nursing Scientific Journal. Volume 4 nomor 2.
- Simons-Morton, B.G., Crump, A.D., Haynie, D.L., & Saylor, K.E. (1999). Student-school bonding and adolescent problem behaviour. Health Education Research. 14 (1). 99-107.
- Siroj, said aqil. 2012. Kesehatan Menurut Islam. Bandung : mizan.
- Sugianty, D. 2008. Hubungan Asupan Karbohidrat, Protein, Lemak, Natrium dan Serat Dengan Tekanan Darah. Semarang: Universitas Diponegoro Semarang.
- Sugondo S. Obesitas. Dalam: Sudoyo AW, Setiyohadi B, Alwi I, K Simanibrata M, Setiana S. Syam AF, dkk, editor. Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam. Edisi ke-5. Jakarta: Interna Publishing; 2010. h. 1973-83.
- Supariasa. 2002. Penilaian Status Gizi. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Supariasa,I. Dkk. (2012). *Penilaian Status Gizi*. EGC, Jakarta.
- Sopiyudin Dahlan, 2006, Statistika Untuk Kedokteran dan Kesehatan, Jakarta: World Health Organization. (2014). *Physical Activity*. Geneva: WHO.
- Sternfeld B., Jiang SF., Picchi T., Chasan-Taber L., Ainsworth B., Quesenberry CPJr. 2012. Evaluation of a cell phone-based physical activity diary. Med Sci Sports Exerc: 44:487–495.
- Syukri, Maimun., dkk. (2014). *Perbandingan Cold Pressor Test Mahasiswa Dengan Dan Tanpa Riwayat Genetik Hipertensi*. Idea Nursing Journal. 5 (2): 18-24.
- Tasmara, Toto. 1991. Etos Kerja Pribadi Muslim. Yayasan Lebmend : Jakarta. Halaman 31.
- Welis, wilda, Rifki, muhamad sazeli. 2013. Gizi Aktivitas untuk Fisik dan Kebugaran. Padang: Universitas Negeri Padang.

- Wirakusumah, E. S. (2001). Menu Sehat Untuk Lanjut Usia. Cet. 1. Jakarta: Puspa Swarsa.
- Yogiantoro M. (2015). Pendekatan Klinis Hipertensi. Dalam: Sudoyo, Aru W. dkk. (2015). *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam. Jilid II Edisi VI*. Jakarta: Interna Publishing.
- Yuniastuti, A. 2007. Gizi dan Kesehatan. Semarang: Graha Ilmu.
- Yulinar, kurniawan, erizal. 2017. Olahraga Dalam Pandangan Islam. Universitas Abuyatama.
- Zainuddin A, Yunawati I, Studi P, Masyarakat K. Asupan Natrium Dan Lemak Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Poasia Kota Kendari. 2017;i:581-8.
- Zhou Z, Hu D, Chen J. Association between obesity indices and blood pressure or hypertension: which index is the best?. *Public Health Nutrition*. . 2008; 12(8): 1061 - 71.