

DAFTAR PUSTAKA

- Aali, Y., Mirzababaei, A., Clark, C. C. T., & Mirzaei, K. (2024). The Effect of Raisin (Currant) Intake on Anthropometric Indices and Blood Pressure: Systematic Review and Meta-analysis of Randomised Controlled Trials. *Journal of Herbal Medicine*, 43, 100830. <https://doi.org/10.1016/j.hermed.2023.100830>
- Abbasian, F., Alavi, M. S., & Roohbakhsh, A. (2023). Dietary carotenoids to improve hypertension. *Heliyon*, 9(9), e19399. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e19399>
- Afrianti, R., Novelni, R., & Yulinda, I. (2020). Pengaruh Pemberian Ekstrak Etanol Daun Sembung (*Blumea balsamifera* (L.) Dc) Sebagai Antihipertensi Terhadap Tikus Putih Jantan. *Jurnal Akademi Farmasi Prayoga*, 5–1.
- AKG Kemenkes RI. (2019). *Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019*.
- Alamsyah, S. S. I., Sulandari, L., Sutiadiningsih, A., & Miranti, M. G. (2024). Pembuatan Snack Bar Rasa Biryani dengan Menggunakan Berbagai Jenis Pemanis Sebagai Bahan Perekat. *Lencana: Jurnal Inovasi Ilmu Pendidikan*, 2(4), 201–209. <https://doi.org/10.55606/lencana.v2i4.4057>
- Almaina, P. J., Marzon, M., Sangging, P. R. A., & Himayani, R. (2023). Xerophthalmia: Risk Factors and Prevention. *Medical Profession Journal of Lampung*, 13(1), 114–118.
- Amalia, I. P. R., & Triyono, E. A. (2018). Asupan Vitamin A, C, E, Dan IMT (Indeks Massa Tubuh) Pada Lansia Hipertensi dan Non Hipertensi Di Puskesmas Banyu Urip, Surabaya. *Amerta Nutrition*, 2(4), 382–391. <https://doi.org/10.20473/amnt.v2i4.2018.382-391>
- Ananda, D. R., Setyowati, & Wijanarka, A. (2022). Komposisi Biji Labu Kuning dalam Snack Bar Ditinjau dari Sifat Fisik, Organoleptik dan Aktivitas Antioksidan. *Temu Ilmiah Nasional Persagi*, 4, 439–446.
- Andrianto. (2022). *Buku Ajar Menangani Hipertensi* (M. Ardiana, Ed.). Airlangga University Press.
- Anjani, T. G., Widyasaputra, R., & Hastuti, S. (2023). Snack Bar Berbasis Campuran Tepung Labu Kuning (*Cucurbita Moschata*) Dan Tepung Beras Merah (*Oryza Nivara*). *Agroforetech*, 1(01), 612–628.
- Arafah, S., Patmawati, P., Suardi, S., Sumarmi, S., Ernawati, E., Dewiyanti, D., Oktaviana, D., Kamriana, K., & Alwi, A. (2024). Hypertension Counseling and Blood Pressure Checks in Coastal Community Groups. *Pabbura : Health Service Journal*, 1(1), 14–19. <https://journal3.uin-sby.ac.id/index.php/pabbura/article/view/46154>
- P., & Sulistyawati, T. D. A. (2022). Perbedaan Kandungan Vitamin Suhu Penyimpanan dan Preparasi. *Prosiding Seminar Nasional*, 1(1), 1–10.
- i, S., Marsono, M., Hasni, N. I., & Darmawati, I. (2024). ASI” Terapi Komplementer Relaksasi Nafas Dalam dan Relaksasi



Otot Progresif Untuk Klien Hipertensi. Yayasan DPI.
<https://badanpenerbit.org/index.php/dpipress/article/view/1462>

Aziz, A., Noreen, S., Khalid, W., Ejaz, A., Faiz ul Rasool, I., Maham, Munir, A., Farwa, Javed, M., Ercisli, S., Okcu, Z., Marc, R. A., Nayik, G. A., Ramniwas, S., & Uddin, J. (2023). Pumpkin and Pumpkin Byproducts: Phytochemical Constitutes, Food Application and Health Benefits. *ACS Omega*, 8(26), 23346–23357. <https://doi.org/10.1021/acsomega.3c02176>

Azizah, W., Hasanah, U., & Pakarti, A. T. (2022). Penerapan Slow Deep Breathing Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(4), 607–616.

Badan Standarisasi Nasional Indonesia (BSNI). (1996). *SNI 01-4216-1996 Makanan Formula sebagai Makanan Diet Kontrol Berat Badan*. <https://akses-sni.bsn.go.id/viewsn/baca/1716>

Baharudin, A., Daki, M., Erlangga, R., & Ernah, E. (2023). Kajian Potensi Komoditas Vanilla Indonesia di Pasar Internasional. *Prospek Agribisnis*, 2, 108–110.

Batista, R. A., Japur, C. C., Prestes, I. V., Fortunato, S. J., & Cavanha, M. (2021). Potassium Reduction in Food by Preparation Technique for The Dietetic Management of Patients with Chronic Kidney Disease: a Review. *Journal of Human Nutrition and Dietetics*, 34(4), 736–746. <https://doi.org/10.1111/jhn.12846>

Batool, M., Ranjha, M. M. A. N., Roobab, U., Manzoor, M. F., Farooq, U., Nadeem, H. R., Nadeem, M., Kanwal, R., AbdElgawad, H., Al Jaouni, S. K., Selim, S., & Ibrahim, S. A. (2022). Nutritional Value, Phytochemical Potential, and Therapeutic Benefits of Pumpkin (*Cucurbita* sp.). *Plants*, 11(11), 1394. <https://doi.org/10.3390/plants11111394>

Binalopa, T., Amir, B., & Julyaningsih, A. H. (2023). Pengaruh Penambahan Tepung Kacang Merah (*Phaseolus vulgaris* L.) dan Tepung Labu Kuning (*Cucurbita moschata*) pada Pembuatan Kue Kering. *Perbal: Jurnal Pertanian Berkelanjutan*, 11(1), 94–102. <https://www.e-journal.my.id/perbal/article/download/2275/1720>

Bouchard, J., Valookaran, A. F., Aloud, B. M., Raj, P., Malunga, L. N., Thandapilly, S. J., & Netticadan, T. (2022). Impact of Oats in The Prevention/Management of Hypertension. *Food Chemistry*, 381, 132198. <https://doi.org/10.1016/j.foodchem.2022.132198>

BPOM. (2019). *Peraturan Badan Pengawas Obat Dan Makanan Nomor 22 Tahun 2019 Tentang Informasi Nilai Gizi Pada Label Pangan Olahan*. https://standarpangan.pom.go.id/dokumen/peraturan/2019/PBPOM_Nomor_22_Tahun_2019_tentang_ING.pdf

BPS. (2018). *Statistik Tanaman Sayuran dan Buah-Buahan Semusim Indonesia*.



iitti, C., Cesaro, A., Fimiani, F., Vano, M., Gargiulo, B., Caiazza, M., to, I., D'Alicandro, G., Mazzaccara, C., Lombardo, B., Pero, R., Limongelli, G., Calabrò, P., D'Argenio, V., Frisso, G., & Scudiero, Biological Role of Vitamins in Athletes' Muscle, Heart and Microbiota. *Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1249. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031249>

- Cholifah, N., & Sokhiatun, S. (2022). Pengaruh Diet Tinggi Serat Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 13(2), 412–420. <https://doi.org/10.26751/jikk.v13i2.1541>
- Dali, D., Nurjannah, N., & Taamu, T. (2017). Pengaruh Pemberian Jus Campuran Buah Labu Kuning dan Tomat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Hipertensi. *Media Informasi*, 13(1), 27–35. <https://doi.org/10.37160/bmi.v13i1.77>
- Dewi, R., Ibrahim, I., Rafika, R., Umar, S., & Zulaiha, Z. (2023). Perbandingan Kadar Antioksidan Kismis Kuning dan Kismis Hitam Sebagai Peningkat Imun dengan Metode DDPH. *Jurnal Media Analis Kesehatan*, 14(1), 73. <https://doi.org/10.32382/mak.v14i1.3240>
- Dhiman, A. K., Bavita, K., Surekha, A., & Ramachandran, P. (2018). Preparation of Pumpkin Powder and Pumpkin seed Kernel Powder for Supplementation in Weaning Mix and Cookies. *International Journal of Chemical Studies*, 6, 167–175.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan. (2020). *Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan*.
- Eliza, E., Aprilianti, D., Nazarena, Y., Terati, T., & Sumarman, S. (2022). Lakuto on Blood Glucose Level in Type 2 Diabetes Mellitus. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 4(1), 116–127. <https://doi.org/10.36590/jika.v4i1.232>
- Ernawati, E., Oktaviana, E., Syamdarniati, S., & Nurmayani, W. (2023). Pemberian Susu Kedelai Pada Penderita Hipertensi Untuk Menurunkan Tekanan Darah. *Jurnal LENTERA*, 3(1), 31–37. <https://doi.org/10.57267/lentera.v3i1.217>
- Erwiyani, A. R., Rizky Wulandini, R. P., Zakinah, T. D., & Sunnah, I. (2022). Formulasi dan Evaluasi Bedak Tabur Daging Labu Kuning (*Cucurbita maxima* D.). *Majalah Farmasetika*, 7(4), 314. <https://doi.org/10.24198/mfarmasetika.v7i4.39149>
- Fajrani, A., Syam, A., Indriasari, R., Hadju, V., Zulkifli, A., & Zainal, Z. (2023). The Effect of Pumpkin Seed Flour (*Cucurbita Moschata*) on Blood Pressure of Hypertensive Rats (*Rattus novergicus* L). *Biomedical and Pharmacology Journal*, 16(1), 519–524. <https://doi.org/10.13005/bpj/2633>
- Farinendya, A., Muniroh, L., & Buanasita, A. (2019). Hubungan Tingkat Kecukupan Zat Gizi dan Siklus Menstruasi dengan Anemia pada Remaja Putri. *Amerta Nutrition*, 3(4), 298. <https://doi.org/10.20473/amnt.v3i4.2019.298-304>
- Febriani, D., Lisnawaty, & Salsabila, S. (2024). Uji Efektivitas Ekstrak Daging Labu Kuning (*Cucurbita Moschata* D.) Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah Mencit. *JGMI: The Journal of Indonesian Community Nutrition*, 13(1), 29–39. <https://journal.unhas.ac.id/index.php/mgmi/article/view/33100>
- Fiana, F. K., & Indarjo, S. (2024). Analisis Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kejadian Hipertensi. *Journal of Public Health Research and Development*, 8(1), 1–11. <https://doi.org/10.15294/higeia.v8i1.67857>
- J. F., Sari, I. P., Ningsih, W. I. F., & Ramadhani, I. D. (2023). Kimia dna Organoleptik Puanchi Bar : Snack Bar Berbasis engan Variasi Formulasi Tepung Ikan Gabus. *ARGIPA (Arsip Gizi)*, 2(2), 133–142. <https://doi.org/10.22236/argipa.v8i2.12243>



- Garba, Z. N., & Oviosa, S. (2019). The effect of different drying methods on the elemental and nutritional composition of *Vernonia amygdalina* (bitter leaf). *Journal of Taibah University for Science*, 13(1), 396–401. <https://doi.org/10.1080/16583655.2019.1582148>
- Gurung, B., Ojha, P., & Subba, D. (2016). Effect of Mixing Pumpkin Puree With Wheat Flour on Physical, Nutritional and Sensory Characteristics of Biscuit. *Journal of Food Science and Technology Nepal*, 9, 85–89. <https://doi.org/10.3126/jfstn.v9i0.13142>
- Haekal, M., Daffa Alifio, M., Syahrul Zain, M., Ahmad, N., & Perdana Susanto, R. (2021). Upaya pengendalian dan pencegahan penyakit hipertensi pada keluarga. *Kolaborasi Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 60–66. <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v1i1.14>
- Hakim, S. S., Siswadi, Wahyuningtyas, R. S., & Rahmanto, R. (2021). Sifat Fisikokimia dan Kandungan Mikronutrien Pada Madu Kelulut (*Heterotrigona itama*) dengan Warna Berbeda. *Jurnal Penelitian Hasil Hutan*, 39(1), 1–12. <https://doi.org/10.20886/jpg.2021.39.3.1-12>
- Hasan, A. E. Z., Herawati, H., Purnomo, P., & Amalia, L. (2020). Fisikokimia Madu Multiflora Asal Riau dan Potensinya Sebagai Antibakteri *Escherichia Coli* dan *Staphylococcus Aureus*. *CHEMISTRY PROGRESS*, 13(2). <https://doi.org/10.35799/cp.13.2.2020.31594>
- Hasanah, N., Mayun Permana, I. D. G., & Wisaniyasa, N. W. (2020). Pengaruh Perbandingan Almond Dan Edamame Terhadap Karakteristik Susu Almond Edamame. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Pangan (ITEPA)*, 9(4), 448. <https://doi.org/10.24843/itepa.2020.v09.i04.p09>
- Hatta, H., & Sandalayuk, M. (2020). Pengaruh Penambahan Tepung Labu Kuning terhadap Kandungan Karbohidrat dan Protein Cookies. *Gorontalo Journal of Public Health*, 3(1), 41. <https://doi.org/10.32662/gjph.v3i1.892>
- Hernita, H. D., Hermanto, H., & Rosela, K. (2024). Analisis Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tumbang Talaken Kabupaten Gunung Mas. *The Journal General Health and Pharmaceutical Sciences Research*, 2(2), 57–79. <https://doi.org/10.57213/tjghpsr.v2i2.423>
- Hidayah, H., Mudrika, S., Amelia, T., & Helsen. (2024). Perbandingan Metode Analisis Instrumen HPLC dan Spektrofotometer UV-VIS. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(13), 377–386.
- Hidayah, H., Valentina, D. P., Kurniawati, I., & Hamzah, R. (2024). Pengujian Logam Tembaga pada Produk Air Minum dalam Kemasan Secara Spektrofotometri Serapan Atom. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(12), 326–334.



, Z. H., Baker, R. P., Hope, K. A., Paton, J. F. R., Hart, E. C., & K. (2020). Investigation and Treatment of High Blood Pressure in People. *Hypertension*, 75(1), 16–22. <https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.119.13820>

Pane, H. W. (2021). Penetapan Kadar Kalsium dan Kalium dalam a Oleracea.L) Segar dan Direbus Secara Spektrofotometri Serapan

- Atom. *Journal Of Pharmaceutical And Sciences (JPS)*, 4(2), 122–128. <https://doi.org/10.36490/journal-jps.com.v4i2.170>
- Inosenshia, I. C., Syam, A., Salam, A., Jafar, N., & Amir, S. (2024). Analisis Kandungan Vitamin A, Vitamin C, dan Fe Cookies Berbasis Labu Kuning. *Jurnal Gizi Masyarakat Indonesia (The Journal of Indonesian Community Nutrition)*, 13(1). <https://doi.org/10.30597/jgmi.v13i1.28071>
- Iswari, R. S., Arini, F. A., Sandra, L., Purwaningsih, D., Yuniastuti, A., & Sugiartmi. (2022). *Biokimia Gizi*. Jakarta: PT Galiono Digdaya Kawthar.
- Ivana, T., Martini, M., & Christine, M. (2021). Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di PSTW Sinta Rangkang Tahun 2020. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI)*, 6(1), 53–58. <https://doi.org/10.51143/jksi.v6i1.263>
- Jamaluddin, & Ranchiano, M. G. (2021). Pertumbuhan Tanaman Vanili (*Vanilla planifolia*) dalam Polybag pada Beberapa Kombinasi Media Tanam dan Frekuensi Penyiraman Menggunakan Teknologi Irigasi Tetes. *Jurnal Agro Industri Perkebunan*, 9(2), 65–72.
- Jauhari, D., & Ayustaningwarno, F. (2013). Snack Bar Rendah Fosfor dan Protein Berbasis Produk Olahan Beras. *Journal of Nutrition College*, 2(2), 250–261. <https://doi.org/10.14710/jnc.v2i2.2750>
- Jelmila, S. N., Hasni, D., & Nindra, Y. (2023). Asupan Zinc dan Magnesium terhadap Tekanan Darah Lansia. *Jurnal Kesehatan Perintis (Perintis's Health Journal)*, 10(1), 14–20. <https://doi.org/10.33653/jkp.v10i1.959>
- Kaya, A. O. W., Wenno, M. R., Wattimena, M. L., & Tuharea, J. (2022). Karakteristik Fisik Dan Kimia Oatmeal Cookies dengan Penambahan Kolagen Tulang Ikan Tuna (*Thunnus sp.*). *INASUA: Jurnal Teknologi Hasil Perikanan*, 2(2), 142–152. <https://doi.org/10.30598/jinasua.2022.2.2.142>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Laporan Nasional RISKESDAS 2018*. <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/>
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI)*.
- Kementerian Pertanian. (2018). Snack Bar. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Pertanian*. IAARD Press. <https://repository.pertanian.go.id/handle/123456789/5562>
- Khairina, K. (2023). Pengaruh Hipertensi Terhadap Kejadian Stroke Iskemik di Puskesmas Kuta Makmur Aceh Utara Tahun 2023. *Antigen: Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Ilmu Gizi*, 1(4), 63–68. <https://doi.org/10.57213/antigen.v1i4.61>
- Kifle, Z. D., Adugna, M., Chanie, G. S., & Mohammed, A. (2022). Prevalence and associated factors of hypertension complications among hypertensive patients at Gondar Comprehensive Specialized Referral Hospital. *Clinical and Global Health*, 13, 100951. <https://doi.org/10.1016/j.cegh.2021.100951>
- M., Tongko, M., Ramli, Gunawan, N., & Syahrir, M. (2021). Pola Hipertensi di Desa Duata Karya Kecamatan Masama Tahun 2021. *Untika Luwuk: Public Health Journal*, 12(2).



- Kunsah, B., Kartikorini, N., & Ariana, D. (2021). Analisa Cemaran Logam Berat (Pb, Cd, Zn) Pada Makanan dan Minuman Kemasan Kaleng dengan Menggunakan Metode Spektrofotometri Serapan Atom (SSA). *The Journal of Muhammadiyah Medical Laboratory Technologist*, 4(1), 100. <https://doi.org/10.30651/jmlt.v4i1.7604>
- Kurnianingsih, A., & Supriadi, S. (2022). Analisis Kadar Kalium (K) Pada Daun Sirih Merah (*Piper crocatum* Ruiz & Pav) Menggunakan Metode Spektrofotometri. *Media Eksakta*, 18(1), 58–63. <https://doi.org/10.22487/me.v18i1.1501>
- Kusmiyati, Rasmi, D. A. C., Sedijani, P., & Khairrudin. (2022). Penyuluhan Tentang Pentingnya Konsumsi Buah untuk Menjaga Imunitas Tubuh. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 5(4), 6–11. <https://doi.org/10.29303/jpmipi.v5i4.2222>
- Lail, Y., & Yulistira, S. (2021). Hubungan Pola Makan, Status Gizi, dan Tingkat Stres dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pantai Hambawang. *Jurnal Kesehatan Indonesia (The Indonesian Journal of Health)*, XII(1), 34–39.
- Lauren, G., Febriyanty, D., Wahidin, M., & Heryana, A. (2023). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pasien 45-59 Tahun Di Puskesmas Bintaro Jakarta Selatan Pada Tahun 2022. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(3), 308–317. <https://doi.org/10.14710/jkm.v11i3.35795>
- Letelay, P. O., Hiarij, A., & Pesik, A. (2020). Analisis Beta Karoten dan Vitamin pada Kulit dan Daging Buah Pisang Tongka Langit (*Musa Troglodytarum* L.) di Kota Ambon. *AROTEN DAN VITAMIN PADA KULIT DAN DAGING BUAH PISANG TONGKA LANGIT (Musa troglodytarum L.) DI KOTA AMBON. Jurnal Agritech*, 24–33. <https://doi.org/10.20956/at.v13i1.243>
- Li, Z., Chen, J., & Zhang, D. (2019). Association Between Dietary Carotenoid Intakes and Hypertension In Adults. *Journal of Hypertension*, 37(12), 2371–2379. <https://doi.org/10.1097/HJH.0000000000002200>
- Lioncu, N., & Mamlukah. (2023). *e-Leaflet untuk Meningkatkan Kepatuhan Pengobatan Penderita Hipertensi*. CV. Mitra Edukasi Negeri.
- Lismawati, Tutik, & Nofita. (2021). Kandungan Beta Karoten Dan Aktivitas Antioksidan Terhadap Ekstrak Buah Labu Kuning (*Cucurbita moschata*). *Jurnal Mandala Pharmacon Indonesia*, 7(2). <https://doi.org/10.35311/jmpi.v7i2.111>
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023). Hipertensi; Artikel Review. *Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 2(2), 100–117. <https://doi.org/10.56586/pipk.v2i2.272>
- Maherawati, Satria, N. I., Mutma'innah, M. N., Aprilia, A., & Arsy, R. A. Q. (2024). *Pangan Dalam Al-Qur'an*. Deepublish Digital.
- Mahmudi, Mau, D. P., & Subagyo, A. S. (2022). Inovasi Jajanan Tradisional Indonesia–Perancis: Klepon Choux au Craquelin. *The Sages Journal*, 1(01), 6–15. <https://doi.org/10.306195/sages.v1i1.2>
- N. (2023). Potential Pharmacological Activities of Pumpkin Seeds Food: A Comprehensive Review. *Journal of Ayurvedic and Herbal* 101–107. <https://doi.org/10.31254/jahm.2023.9209>
- ayanti, P., & Kurniawan, H. (2023). Analisis Kadar Kalsium pada Ambon dan Pisang Raja dengan Metode Spektrofotometri Serapan



Atom. *Indonesian Journal of Pharmaceutical Education*, 3(2).
<https://doi.org/10.37311/ijpe.v3i2.19905>

Marlina, Y., Safitri, Y., & Syahda, S. (2025). Pengaruh Konsumsi Madu Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Yang Mengalami Hipertensi Di Desa Tarai Bangun. *Jurnal Pahlawan Kesehatan*, 2(1), 394–399.
<https://publikasi.abidan.org/index.php/jpk/article/view/910>

Marni, Soares, D., Ulkhasanah, M. E., Rahmasari, I., & Firdaus, I. (2023). *Penatalaksanaan Hipertensi*. PT Nasya Expanding Management.

Maryanto, S., & Wening, D. K. (2023). Nilai Gizi Bolu Kukus dan Cookies Labu Kuning (Cucurbita moschata Durh) Berbahan Formula Modisco. *Media Gizi Kesmas*, 12(1), 379–383. <https://doi.org/10.20473/mgk.v12i1.2023.379-383>

Maulidina, P. A., Sulendri, N. K. S., Sofiyatin, R., & Wahyuningsih, R. (2022). Pengaruh Pemberian Juice Campuran Buah Naga (Hylocereus Polyrhizus) dan Sari Kedelai (Glycine Max) terhadap Kadar Kolesterol pada Pasien Hiperkolesterolemia Rawat Jalan. *Student Journal of Nutrition (SJ Nutrition)*, 1(1), 18–25.
<https://doi.org/10.32807/sjn.v1i1.5>

McEldrew, E., Lopez, M., & Milstein, H. (2025). *Vitamin A*. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing.

Meldawati. (2020). Pengaruh Pemberian Kalsium Terhadap Penurunan Tekanan Darah Ibu Hamil Dengan Riwayat Preeklamsi. *Dinamika Kesehatan: Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 11(1), 195–202. <https://doi.org/10.33859/dksm.v11i1.581>

Melinda, A., & Farida, E. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Unnes Dalam Membaca Label Informasi Nilai Gizi. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 1(3), 491–498.
<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/IJPHN>

Millati, T., Udiantoro, U., & Wahdah, R. (2020). Pengolahan Labu Kuning Menjadi Berbagai Produk Olahan Pangan. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(1), 300. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v4i1.2935>

Młynarska, E., Biskup, L., Możdżan, M., Grygorcewicz, O., Możdżan, Z., Semeradt, J., Uramowski, M., Rysz, J., & Franczyk, B. (2024). The Role of Oxidative Stress in Hypertension: The Insight into Antihypertensive Properties of Vitamins A, C and E. *Antioxidants*, 13(7), 848. <https://doi.org/10.3390/antiox13070848>

Mousavi, S. M., Mofrad, M. D., do Nascimento, I. J. B., Milajerdi, A., Mokhtari, T., & Esmailzadeh, A. (2020). The effect of zinc supplementation on blood pressure: a systematic review and dose–response meta-analysis of randomized-controlled trials. *European Journal of Nutrition*, 59(5), 1815–1827.
<https://doi.org/10.1007/s00394-020-02204-5>



iti, F., & Ardiansyah, A. (2021). Edukasi Program Prolanis Terhadap i, Kalium dan Serat Serta Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi a Puskesmas Kuta Alam Banda Aceh. *NUTRIRE DIAITA*, 13(02).
 0.47007/nut.v13i2.4095

haidha, R. T., & Supriyatna, A. (2023). Identification and Benefits of eae Family at Negeri Labu Lembang Tourist Location. *IJESPG*

(*International Journal of Engineering, Economic, Social Politic and Government*), 1(1), 44–51.

- Muna, S. N., Noviasari, S., & Muzaifa, M. (2023). Pangan Lokal Sebagai Bahan Baku Produk Bakeri Non-Gluten: Ulasan Jenis dan Karakteristik Produk yang Dihasilkan. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pertanian*, 8(3), 345–351.
- Napitulu, N. F. (2020). Pengaruh Pemberian Madu Lebah Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi. *CHMK Nursing Scientific Journal*, 4(3), 303–309. <https://media.neliti.com/media/publications/366702-none-8a5bb090.pdf>
- Nasiroh, F. F., Quddus, A. A., & Tubagus, R. (2024). Karakteristik Kimia dan Organoleptik Energy Snack Bar Dengan Substitusi Emping Singkong (Cassava Flakes). *Jurnal Pangan Dan Gizi*, 14(12), 1–8.
- Nofita, Tutik, & Ariska, R. W. (2019). Penetapan Kadar Logam Timbal (Pb) dan Seng (Zn) Pada Margarin dengan Metode Spektrofotometri Serapan Atom. *Jurnal Farmasi Malahayati*, 2(1), 24–32.
- Novianti, A., Mustika, A. B., & Mulyani, E. Y. (2021). Pengetahuan Gizi, Asupan Natrium, Kalium, Vitamin D Berhubungan dengan Tekanan Darah Ibu Hamil. *Darussalam Nutrition Journal*, 5(2), 90. <https://doi.org/10.21111/dnj.v5i2.5041>
- Nugraha, F., 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. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 3(6), 846–852. <https://jsk.ff.unmul.ac.id/index.php/JSK/article/view/427>
- Nurali, E. J. N., Ruindungan, E. T. P., Taroreh, M. I. R., Rawung, D., & Ossoe, J. J. E. (2023). Development Snack Bar Composite Flour of Goroho Banana (*Musa Acuminata*), Purple Yams (*Ipomoea Batatas* L.) And Green Bean (*Vigna Radiata*). *Jurnal Agroekoteknologi Terapan*, 4(1), 54–66. <https://doi.org/10.35791/jat.v4i1.46478>
- Nurhayati, N., Sina, M. I., Marbun, M. N., Sartika, Y., Azmy, P. A., Sitepu, D. M. C., Aritonang, A. O., Harahap, A. A., Harahap, S. A., & Salsabillah, T. (2024). Hubungan Kebiasaan Merokok Terhadap Kejadian Hipertensi di Desa Pasar Rawa. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 227–233. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v8i1.22902>
- Pamela, A. Z., Khairatunnisa, & Nasution, M. A. (2023). Uji Organoleptik Tahu Almond (*Prunus dulcis*) Sebagai Inovasi Produk Pangan. *Prosiding Seminar Nasional Biologi*, 2(2), 443–452. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/proseminasbio/vol2/468>
- Panjaitan, T. W. S., & Rosida, D. A. (2021). Tekstur, Kadar β -Karoten dan Kalsium Flakes Iasi Tepung Labu Kuning dan Daun Kelor. *STIGMA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Alam Unipa*, 14(01), 28–33.
- unan, L. N., & Baringbing, E. P. (2022). Hubungan Karakteristik n Hipertensi pada Pasien Rawat Jalan di RSUD Dr. Doris Sylvanus antan Tengah. *Jurnal Surya Medika*, 8(3), 176–186. [J.33084/jsm.v8i3.4511](https://doi.org/10.33084/jsm.v8i3.4511)



- Permata, T. W. I., & Wijaya, Y. A. (2023). Pengaruh Penggunaan Jenis Gula yang Berbeda terhadap Hasil Jadi Shortbread. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 24532–24539.
- Pikir, B. S., Aminuddin, M., Subagjo, A., Dharmadjati, B. B., Suryawan, I. G. R., & P. Johannes Nugroho E. (2015). *Hipertensi Manajemen Komperhensif*. Airlangga University Press. https://www.google.com/books?hl=id&lr=&id=bm_IDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT12&dq=manajemen+komperhensif+budi+s+pikir&ots=ADd880du_g&sig=94pJUTxbmF-7pCOWbniWqFupdfA
- Potabuga, A. P. U., Agust A. Laya, & Irma M. Yahya. (2024). Pengaruh Pemberian Jus Tomat Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Kelurahan Mahawu Lingkungan II Kota Manado. *Protein : Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 2(1), 105–116. <https://doi.org/10.61132/protein.v2i1.68>
- Pratiwi, K. A., Ayubbana, S., & Fitri, N. L. (2021). Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Kota Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 1(1), 90–97.
- Prihatini, K., & Rahmanti, Ns. A. (2021). Penerapan Terapi Relaksasi Autogenic Terhadap Penurunan Insomnia Pada Pasien Hipertensi di Kota Semarang. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 1(3), 45–54. <https://doi.org/10.55606/jikki.v1i3.80>
- Purnama, D., Anggunan, Nusri, T. M., & Kriswiastiny, R. (2023). Hubungan Antara Kadar Kolesterol Total Dengan Derajat Hipertensi Pada Pasien Pra Lansia Di Rsud Dr. H. Abdul Moelok Provinsi Lampung. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 10(5), 1971–1977.
- Purnama, R. C., Retnaningsih, A., & Putri, H. R. (2021). Penetapan Kadar Timah (Sn) Pada Susu Kemasan Kaleng dengan Metode Spektrofotometri Serapan Atom (SSA). *Jurnal Analis Farmasi*, 5(1), 51–58. <https://doi.org/10.33024/jaf.v5i1.3979>
- Rahman, S., Pramanik, A., Fatema, K., Rahman, A., Sultana, S., Yesmin, M., Bhuiyan, M., Islam, M., Islam, M., & Sultana, T. (2021). Correlation of Serum Zinc with Blood Pressure in Hypertensive Individuals. *Archives of Clinical and Biomedical Research*, 05(06). <https://doi.org/10.26502/acbr.50170212>
- Rahmawati, A., Putranto, K., & Tristianne, A. (2023). Pengaruh Substitusi Tepung Sagu (Metroxylon sagu R) pada Terigu terhadap Karakteristik Kue Kering. *AGRITEKH (Jurnal Agribisnis Dan Teknologi Pangan)*, 4(1), 1–10. <https://doi.org/10.32627/agritekh.v4i1.777>
- Rahmawati, & Kasih, R. P. (2023). Hipertensi Usia Muda. *Galenical: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Mahasiswa Malikussaleh*, 2(5), 11–26.



akkiyah, F. A. (2024). Manfaat Substitusi Tepung Terigu dalam . *IKRA-ITH Teknologi Jurnal Sains Dan Teknologi*, 8(1), 54–60.

, Martineau-Côté, D., Malunga, L., L'Hocine, L., Yu, L., Sobhi, B., ə, M., Thandapilly, S. J., & Neticadan, T. (2024). Oat-Protein-Based od Pressure and Prevents Cardiac Remodeling and Dysfunction in Hypertensive Rats. *Nutrients*, 16(22), 3870. [0.3390/nu16223870](https://doi.org/10.3390/nu16223870)

- Ramadhani, C. J., Fadilah, L. T., Zahira, M. R., Riyanto, N. S. A., & Lutfiatun, N. (2024). Analisis Faktor yang Mempengaruhi Keputusan dalam Memilih Menu Makanan pada Mahasiswa program Studi Gizi Universitas Negeri Semarang 2023. *Jurnal Analis*, 3(2), 177–194. <http://jurnalilmiah.org/journal/index.php/Analis>
- Ramadhini, D. (2023). *Ruang Lingkup Ilmu Gizi Kesehatan Masyarakat*. PT Mafy Media Literasi Indonesia.
- Ramdani, R., Suherman, L. P., Sundari, A., & Utami, A. K. W. (2024). Kajian Pola Peresepan dan Potensi Interaksi Obat Antihipertensi di Salah Satu Apotek Kota Cimahi. *Kartika : Jurnal Ilmiah Farmasi*, 9(1), 18–27. <https://doi.org/10.26874/kjif.v9i1.408>
- Raya, B. A., Kurniawan, H., & Nugraha, F. (2023). Karakterisasi Bobot Jenis dan Identifikasi Kalsium Pada Susu Kedelai. *Journal Syifa Sciences and Clinical Research*, 5(1). <https://doi.org/10.37311/jsscr.v5i1.15830>
- Rhandy Rhomadhony, R., & Taufiq, R. (2024). Inovasi Minuman Berprotein Tinggi Berbasis Whey dan Oat. *Jurnal Media Bina*, 19(2), 3677–3685. <https://binapatria.id/index.php/MBI/article/view/930>
- Rifaldi, M., Hidayati, N., & Fitria. (2023). Analisis Zat Gizi Kalsium dan Kalium Pada Puding Mentimun Semangka Sebagai Makanan Penurun Tekanan Darah. *Jurnal Info Kesehatan*, 13(2), 15–23.
- Riyada, D. (2022). Mempelajari Jangka Waktu Blansing Dengan Uap Air Terhadap Beberapa Karakteristik Tepung Telur. *AGRITEKH (Jurnal Agribisnis Dan Teknologi Pangan)*, 2(2), 136–145. <https://doi.org/10.32627/agritekh.v2i2.557>
- Riyada, F., Amanah Fauziah, S., Liana, N., & Hasni, D. (2024). Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Resiko Hipertensi pada Lansia. *Scientific Journal*, 3(1), 27–47. <https://doi.org/10.56260/sciena.v3i1.137>
- Rohmatin, L., Damayanti, T. Y. F., & Ristanti, I. K. (2024). Perbedaan Pemberian Jus Apel Hijau dan Air Rebusan Daun Seledri terhadap Tekanan Darah Wanita Menopause Hipertensi di Kabupaten Bojonegoro. *Sehat Rakyat: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(1), 1–13. <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v3i1.2172>
- Rosida, D. F., Priyanto, A. D., & Ristanti, D. W. (2022). Kajian Penambahan Madu dan Pati Kimpul (*Xanthosoma sagittifolium*) pada Snack Bar Buah Kering dan Sereal. *Jurnal Keteknikan Pertanian Tropis Dan Biosistem*, 10(3), 200–212. <https://doi.org/10.21776/ub.jkptb.2022.010.03.04>
- Rukmana, I., Berek, T. D. K., & Sirajuddin, S. (2023). Kualitas Zat Gizi Mikro Dan Sensori Snack Bar Tempo Bagi Penderita Hipertensi. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 18(2), 192–200. <https://doi.org/10.32382/medkes.v18i2.235>
- Safitri, R. D., Murniati, M. G., Bahar, A., & Purwidiani, N. (2023). Inovasi Pembuatan Biskuit dari Sari Kedelai dan Aplikasinya Pada Cookies. *Jurnal Review Dan Pengajaran (JRPP)*, 6(4), 1456–1467. <https://doi.org/10.31004/jrpp.v6i4.21045>
- Satrio, J. (2023). Validasi Metode Analisis Beta Karoten Menggunakan Spektrofotometri UV-Vis pada Penetapan Kadar Beta Karoten Dalam Buah Labu. *The Journal of Chemistry*, 7(1), 8–12.



- Sangadah, K. (2022). Hubungan Asupan Zat Gizi Mikro (Natrium, Kalium, Kalsium, Magnesium) dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi. *Nutrizione: Nutrition Research and Development Journal*, 2(3), 12–20. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/nutrizione/>
- Sari, P. A., Santi, T. D., & Septiani, R. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda (20-44 Tahun) Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Krueng Kabupaten Pidie Jaya Tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), 5356–5366. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jkt.v4i4.19882>
- Sava, A. (2023). Berbagai Kandungan Oatmeal (Avena Sativa) yang Berpengaruh Bagi Tubuh. *BOHR: Jurnal Cendekia Kimia*, 1(2), 58–64. <https://e-journal.upr.ac.id/index.php/bohr/article/view/7449>
- Sayekti, S., Ekowati, L., & Yasmin, F. T. N. (2023). PKM Pemeriksaan Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi di Dusun Nanggungun Desa Jatirejo Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang. *Jurnal Pengabdian Cendikia*, 2(3), 52–56.
- Setiani, R., & Wulandari, S. A. (2023). Hubungan Faktor Genetik dengan Kejadian Hipertensi: Scoping Review. *Jurnal Integrasi Kesehatan & Sains*, 5(1), 60–66. <https://doi.org/10.29313/jiks.v5i1.11126>
- Setyowati, N. (2025). *Analisis Zat Gizi Mikro (Kalium, Kalsium, Zinc, Vitamin A) pada Formula Snack Bar Berbasis Labu Kuning (cucurbita moschata duchesne) sebagai Camilan Sehat untuk Hipertensi*.
- Shabrina, S. Q., & Koesyanto, H. (2023). Kejadian Hipertensi pada Pekerja Bagian Machining. *Higea: Journal of Public Health Research and Development*, 7(1), 12–18. <https://doi.org/10.15294/higeia.v7i1.59204>
- Silalahi, M. (2022). Penggunaan Spektrofotometri Untuk Pengujian Kadar Beta Karoten Cpo (Crude Palm Oil) Di Laboratorium Kimia Analisa. *JURITI PRIMA (Jurnal Ilmiah Teknik Industri Prima)*, 5(2).
- Simanjanrang, T. H., Johan, V. S., & Rahmayuni, R. (2020). Pemanfaatan Tepung Biji Nangka dan Sale Pisang Ambon dalam Pembuatan Snack Bar. *Jurnal Agroindustri Halal*, 6(1), 001–010. <https://doi.org/10.30997/jah.v6i1.2164>
- Siwi, C. L. R., Sulistiyah, S., & Maulina, R. (2024). Pengaruh Pemberian Jus Wortel Terhadap Perubahan Tekanan Darah Tinggi Pada Ibu Menopause Di Posyandu Desa Tangkilsari Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang. *Jurnal Sehat Indonesia (JUSINDO)*, 6(02), 593–602. <https://doi.org/10.59141/jsi.v6i02.116>
- SKI. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) dalam Angka*. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/ski-2023-dalam-angka/>
- Suciana, F., Hidayati, I. N., & Daryani, D. (2024). Peningkatan Pengetahuan Tentang Kejadian Hipertensi Beserta Pencegahannya. *Washaton: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 12(2). <https://doi.org/10.61902/wasathon.v2i02.984>
- Penuntun Diet dan Terapi Gizi, edisi 4. Jakarta: Persatuan Ahli Gizi iasi Dietisien Indonesia.
- E., Sadarang, R. A. I., & Ihwana, D. (2022). Hubungan Self Efficacy dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Diri Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kassi-Kassi Kota



- Makassar Tahun 2022. *Jurnal Kesmas Jambi*, 6(2), 48–58. <https://doi.org/10.22437/jkmj.v6i2.20540>
- Susyani, Pradini, V. A., & Terati. (2024). Pemberian Sereal Instan Calissa (Pisang, Sorgum, Kacang Almond) dalam Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Puskesmas Sukarami Palembang. *JGK: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 4(1), 51–60. <https://jurnal.poltekkespalembang.ac.id/index.php/jgk/article/view/2171>
- Syam, A., Zainal, & Kurniati, Y. (2019). *Biji Labu Kuning yang Menyehatkan* (A. M. Akhmar, Ed.). Masagena Press.
- The, F., Permana, D., & Dika, S. (2023). Peningkatan Kesehatan Pesisir pada Pra Lansia dan Lansia melalui Penyuluhan Hipertensi dan Pemeriksaan di PSRS Himo-Himo Ternate. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(9), 3564–3575. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i9.10937>
- Tiara, U. I. (2020). Hubungan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi. *Journal of Heart Science and Physiotherapy*, 2(2), 167–171.
- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., Khan, N. A., Poulter, N. R., Prabhakaran, D., 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(6), 1334–1357. <https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.120.15026>
- USDA (U.S. Department of Agriculture). (2022). *Food Data Central Food Search*. <https://fdc.nal.usda.gov/food-search?type=Foundation>
- Verma, N., Rastogi, S., Chia, Y., Siddique, S., Turana, Y., Cheng, H., Sogunuru, G. P., Tay, J. C., Teo, B. W., Wang, T., TSOL, K. K. F., & Kario, K. (2021). Non-pharmacological management of hypertension. *The Journal of Clinical Hypertension*, 23(7), 1275–1283. <https://doi.org/10.1111/jch.14236>
- Wahyuni, S., & Firmansyah, R. (2022). Penatalaksanaan Senam Lansia Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di RT/01 RW/02 Desa Jatimulya Kabupaten Majalengka. *Jurnal Kesehatan*, 8(1), 8–17.
- Wang, J., Lee Bravatti, M. A., Johnson, E. J., & Raman, G. (2020). Daily almond consumption in cardiovascular disease prevention via LDL-C change in the U.S. population: a cost-effectiveness analysis. *BMC Public Health*, 20(1), 558. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-08642-4>
- WHO. (2019). *World Health Statistics 2019: Monitoring Health for The SDGs, Sustainable Development Goals*. <https://iris.who.int/handle/10665/324835>
- WHO. (2023). *Hypertension*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>



ni, H., Ningsih, N. S., & Prasetya, A. (2022). Formulasi dan itu Snack Bar Berbasis Tepung Pisang Jantan (Musa paradisiaca) dan Tepung Ampas Tahu. *Jurnal Agroqua: Media Informasi Dan Budidaya Perairan*, 20(2), 543–554. <https://doi.org/10.32663/ja.v20i2.3179>

minuddin, M. (2015). *Patofisiologi Hipertensi*. Airlangga University

https://www.google.com/books?hl=id&lr=&id=bm_IDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT12&dq=manajemen+komperhensif+budi+s+pikir&ots=ADd880du_g&sig=94pJUTxbmF-7pCOWbniWqFupdfA

- Wildan, A. A., Hayyan, M. A., Naufal, R., Akifurahman, S., & Nuratiah, N. (2024). Ekstrak Biji Labu Kuning sebagai Biodisinfektan dalam Sabun Cuci Piring Pencegah Infeksi Sistem Kekebalan pada Balita. *Prosiding Seminar Nasional Pembangunan Dan Pendidikan Vokasi Pertanian*, 5(1), 681–690. <https://doi.org/10.47687/snppvp.v5i1.1018>
- Wiryani, L. P. L., & Yustiantara, P. S. (2023). Review: Pengolahan dan Pengembangan Oat (*Avena sativa* L.) menjadi Susu Nabati Rendah Lemak bagi Penderita Hiperkolesterolemia. *Prosiding Workshop Dan Seminar Nasional Farmasi*, 2, 449–463. <https://doi.org/10.24843/WSNF.2022.v02.p36>
- Wulandari, Z., & Arief, I. I. (2022). Review: Tepung Telur Ayam: Nilai Gizi, Sifat Fungsional dan Manfaat. *Jurnal Ilmu Produksi Dan Teknologi Hasil Peternakan*, 10(2), 62–68. <https://doi.org/10.29244/jipthp.10.2.62-68>
- Yanita, N. I. S. (2022). *Berdamai dengan Hipertensi*. Bumi Medika.
- Yao, Y., Tan, P., & Kim, J. E. (2022). Effects of dietary fats on the bioaccessibility and bioavailability of carotenoids: a systematic review and meta-analysis of in vitro studies and randomized controlled trials. *Nutrition Reviews*, 80(4), 741–761. <https://doi.org/10.1093/nutrit/nuab098>
- Yohandrey, F., Kasmiyetti, K., Handayani, M., Dwiyantri, D., & Edmon, E. (2023). Pengaruh Pemberian Puding Labu Kuning (*Cucurbita Moschata* Durh) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Journal of Nutrition College*, 12(4), 311–317. <https://doi.org/10.14710/jnc.v12i4.40494>
- Zahra, U., Rotua, M., Susyani, S., & Sihite, N. W. (2022). Pengaruh Pemberian Snack Fig Bar Tepung Kacang Kedelai Dan Ubi Jalar Kuning Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kertapati Palembang. *JGK: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 2(2), 163–175. <https://doi.org/10.36086/jgk.v2i2.1335>
- Zhang, Y., Liu, M., Zhou, C., Zhang, Z., He, P., Li, Q., Liu, C., & Qin, X. (2021). Inverse Association Between Dietary Vitamin A Intake and New-onset Hypertension. *Clinical Nutrition*, 40(5), 2868–2875. <https://doi.org/10.1016/j.clnu.2021.04.004>
- Zulaikha, Y., Yao, S.-H., & Chang, Y.-W. (2021). Physicochemical and Functional Properties of Snack Bars Enriched with Tilapia (*Oreochromis niloticus*) By-product Powders. *Foods*, 10(8), 1908. <https://doi.org/10.3390/foods10081908>
- Zurli, M. P., Jumiyati, J., & Rizal, A. (2023). Konsumsi Zat Gizi Mikro dan Pengetahuan Penderita Hipertensi di Kota Bengkulu. *JGK: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 3(1), 73–81. <https://doi.org/10.36086/jgk.v3i1.1722>

