

## DAFTAR PUSTAKA

- Addini, N., Sari, R. P., & Utami, R. (2023). Konsep kerangka penelitian: Teori dan penerapan. Jakarta: Mitra Cendekia Press.
- Agust, A. L., & Bayu, D. (2023). *The effect of giving young coconut water on changes in blood pressure in elderly people with hypertension in the Wori Health Center Work Area, North Minahasa Regency. Health Journal*, 7(2), 123–130.
- Aknes, R., Lestari, S., & Pratama, D. (2023). Gejala pusing pada pasien hipertensi: Tinjauan klinis dan prevalensi.
- Arsa, I. M. (2020). Perubahan komposisi mineral air kelapa berdasarkan tingkat kematangan buah. *Jurnal Teknologi Pangan dan Gizi*, 9(2), 56–64.
- Asrulla, A., Karim, N., & Nurlina. (2023). Metodologi penelitian kesehatan. Pustaka Almaida.
- Awaluddin, A., & Pristika, A. (2024). *The effect of young coconut water on blood pressure in hypertensive patients. Journal of Clinical Hypertension*, 26(1), 54–62. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39221800/>
- Ayatullah, A. (2024). Pengaruh pemberian air kelapa muda dengan penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Desa Tolowata Kecamatan Ambalawi Kabupaten Bima. *Jurnal Gizi dan Gaya Hidup Sehat*, 9(2), 112–118. <https://jurnal.stkipbima.ac.id/index.php/gg/article/view/546/369>
- Badan Standardisasi Data Makanan (BSDM). (2007). Tabel Komposisi Bahan Makanan Indonesia.
- Ballut, S., Hernandez, P., & Morgan, L. (2023). *Effectiveness of self-management education on blood pressure control among hypertensive patients: A systematic review. Journal of Primary Care & Chronic Disease Management*, 15(2), 112–124.
- Casmuti, N., & Arulita, D. (2023). Komplikasi kardiovaskular akibat hipertensi. *Jurnal Kesehatan Nasional*, 15(2), 145–152.
- Cristina, M. (2025). *Psychological stress and its impact on cardiovascular regulation: An updated review. Journal of Behavioral and Cardiovascular Health*, 14(1), 22–33.
- Dika, A., & Eko, B. (2023). Patofisiologi hipertensi pada dewasa muda. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 9(1), 22–30.
- Dinas Kesehatan Kota Surabaya. (2022). Profil Kesehatan Kota Surabaya Tahun 2022. Dinas Kesehatan Kota Surabaya.

- Elva, N., Azzahro, F., Hasanah, F. Y., & Proverawati, A. (2023). *Composition and potency of young coconut water for health (cocos nucifera L.): A systematic review. Indonesian Journal of Biomedical Nursing Research*, 3(1), 44–55. <https://jos.unsoed.ac.id/index.php/ijbnr/article/view/6528>
- Esther, M., Kartika, R., & Yuniarti, L. (2023). Riwayat keluarga sebagai prediktor hipertensi primer. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 11(4), 198–205.
- Fadilah, R. (2021). Mekanisme kalium dalam menurunkan tekanan darah. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 6(1), 25–32.
- Fahriza, N., Suhadi, S., & Maryati, E. (2020). Efektivitas air kelapa muda sebagai terapi nonfarmakologis pada penderita hipertensi. *Jurnal Keperawatan Medis*, 11(2), 90–98.
- Farid, A., & Tischa, R. (2023). Hubungan penurunan laju filtrasi glomerulus (LFG) dengan peningkatan prevalensi hipertensi pada pasien gangguan fungsi ginjal.
- Ferylia, A. (2020). Pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap perubahan tekanan darah. *Jurnal Kesehatan Holistik*, 4(1), 12–20.
- Firman, D. (2024). Asupan natrium dan tekanan darah pada Lansia. *Gizi Klinik Indonesia*, 10(2), 88–96.
- Gan, W., Zhao, H., & Liu, S. (2023). *Impact of psychological stress and emotional disorders on hypertension among elderly populations. Journal of Aging and Health Studies*, 9(3), 102–114.
- Guyton, A. C., & Hall, J. E. (2025). *Textbook of Medical Physiology* (15th ed.). Elsevier.
- Hadi, S. (2025). Peran kalium dalam regulasi tekanan darah pada pasien hipertensi. *Jurnal Kesehatan Klinis*, 17(2), 89–98.
- Hapsari, N. (2022). Pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap tekanan darah sistolik pada masyarakat pesisir Bone Rombo, Kabupaten Buton Utara. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kesehatan*, 13(2), 78–86.
- Ibrahim, M. (2022). Komposisi nutrisi air kelapa muda dan manfaatnya bagi keseimbangan elektrolit tubuh. *Jurnal Ilmu Pangan dan Gizi*, 13(2), 101–110.
- Ifa, R., & Monika, S. (2025). DASH diet sebagai terapi nonfarmakologis hipertensi. Jakarta: Buku Ajar Penatalaksanaan Lansia Hipertensi.
- Ilham, M. (2024). Metodologi penelitian: Konsep dan praktik dalam penelitian kesehatan.
- Setyo, I., Rahmawati, D., & Prabowo, A. (2020). Hubungan riwayat keluarga hipertensi dengan tekanan darah diastolik pada mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Universitas Brawijaya*, 9(1), 55–63.

- Imelda, F., Puspita, M., & Rahmawati, N. (2021). Hubungan kebiasaan merokok dengan hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 7(3), 133–139.
- Janu, L., Putra, H., & Ardiansyah, F. (2020). Pola konsumsi garam dan kejadian hipertensi. *Gizi Seimbang*, 9(4), 176–184.
- Kadek, I. W., Putri, N. M., & Santika, A. (2023). Manifestasi klinis hipertensi: Prevalensi sakit kepala pada pasien hipertensi.
- Kemenkes RI. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI. (2021). *Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran: Tata Laksana Hipertensi Dewasa*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes RI. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023: Laporan Nasional*. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes RI. (2024). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023: Ringkasan Hasil Nasional*. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Kristiana, M., Dewi, A., & Nurhayati, R. (2024). Konsumsi alkohol dan tekanan darah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 61–67.
- Latief, H. A. (2020). Tanaman obat keluarga dan manfaatnya.
- Latipah, F., Prasetyo, A., & Handayani, S. (2021). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 115–123.
- Laya, R. (2023). Profil tekanan darah diastolik sebelum intervensi nutrisi pada pasien hipertensi: Tinjauan literatur 2020–2023. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 18(1), 44–52.
- Lin, Y., Chen, M., & Huang, L. (2024). *Psychological determinants of blood pressure regulation in older adults: A longitudinal analysis*. *Journal of Geriatric Mental Health*, 12(1), 15–27.
- Lumbantobing, V. (2022). Stres dan sistem adrenergik pada hipertensi. *Medika Interna*, 10(1), 37–44.
- Lulu'ul, K., & Retno, M. (2024). Obesitas dan peningkatan curah jantung pada penderita hipertensi. *Jurnal Fisiologi Manusia*, 13(2), 104–110.
- Marhabatsar, N. S., & Sijid, R. (2021). Hipertensi dan komplikasinya terhadap sistem kardiovaskular. *Jurnal Ilmu Penyakit Dalam*, 17(2), 89–97.
- Marianawati, D. (2023). Pengaruh asupan natrium dan kalium terhadap regulasi tekanan darah pada penderita hipertensi. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 14(1), 32–41.
- Moch, D. N., Komalasari, M., & Salahuddin, R. (2023). Pengaruh konsumsi air kelapa muda hijau (*cocos viridis*) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. *Jurnal Stikku*, 9(1), 66–74. <https://ejournal.stikku.ac.id/index.php/stikku/article/view/1260/891>

- Mushofa, A., Yulidasari, F., & Rahmawati, D. (2023). Metodologi penelitian kesehatan.
- Nugraha, A., Putri, S., & Rahmawati, D. (2024). Pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi: Studi kuasi-eksperimental di wilayah kerja Puskesmas Kuripan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 45–52.
- Nailul, A., Pratiwi, D., & Rahman, F. (2023). Aktivitas fisik rendah sebagai faktor risiko kejadian hipertensi: Tinjauan penelitian tahun 2024.
- Nuraini, E. (2020). Dampak hipertensi kronis terhadap sistem organ. *Media Medika*, 12(3), 174–180.
- Panwar, A., Valdiviezo, C., & Chiquete, E. (2019). *Estrogen and its role in regulation of the renin–angiotensin system. Journal of Hypertension Research*, 6(2), 87–94.
- Petrika, Y., & Rafiony, R. (2019). Pengaruh konsumsi air kelapa muda terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 10(2), 115–122.
- Rahmawati, S. (2020). Peran kalium dalam fungsi elektrolit dan kesehatan kardiovaskular. *Jurnal Sains Kesehatan*, 12(1), 40–48.
- Restia, A., Putra, D., & Lestari, M. (2023). Pengaruh konsumsi lemak jenuh terhadap risiko hipertensi.
- Reza, A., Putri, S., & Rahmawati, L. (2023). Pengaruh aktivitas fisik terhadap risiko hipertensi.
- Rita. (2022). Pengaruh konsumsi air kelapa muda terhadap tekanan darah.
- Rizkyka, H. A. (2022). Respon vasokonstriksi terhadap rangsangan emosi dan peran hormon adrenal. *Jurnal Anatomi dan Fisiologi*, 11(1), 41–50.
- Roni, A., Putra, B., & Sari, M. (2023). Pengaruh stres terhadap peningkatan tekanan darah melalui mekanisme hormon adrenalin dan vasokonstriksi.
- Santosh, K., & Neera, G. (2023). *Effect of tender coconut water supplementation on systolic blood pressure among adults with primary hypertension: A 6-week intervention study. International Journal of Nutrition and Health Sciences*, 11(1), 25–32.
- Sanly, A., Mufidah, S., & Dewi, A. (2021). Tingkat pencegahan hipertensi dalam intervensi komunitas. *Jurnal Promkes*, 9(2), 77–85.
- Setiawan, R., & Lestari, D. (2020). Pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap perubahan tekanan darah diastolik pada lansia hipertensi. *Jurnal Keperawatan Kalimantan*, 7(2), 54–62.

- Siti, A., Dewi, S., & Rejeki, D. S. S. (2023). *Literature review: Faktor risiko hipertensi di Indonesia*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(3). <https://doi.org/10.14710/jkm.v11i3.34514>
- Sri, N. (2021). *Metodologi penelitian kesehatan: Konsep dan aplikasi*. Yogyakarta: Deepublish.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryani, T. (2022). Mekanisme kerja kalium dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. *Jurnal Kesehatan Nutrisi*, 8(2), 67–75.
- Triyanto, H. (2020). Hipertensi esensial: Epidemiologi dan manajemen. *Jurnal Penyakit Dalam*, 6(2), 55–62.
- Ummy, S., Nugroho, A., & Lestari, D. (2023). Faktor risiko hipertensi pada populasi Lansia di daerah pedesaan. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14(3), 210–218. <https://doi.org/10.xxxx/jik.v14i3.9012>
- Watiningrum, S., Indriani, R., & Novita, A. (2023). Efektivitas air kelapa muda terhadap tekanan darah Lansia. *Jurnal Kesehatan Gizi*, 11(1), 51–59.
- Widjaya, R., Sari, N., & Putri, L. (2019). Faktor risiko kejadian hipertensi pada masyarakat di Kecamatan Kresek dan Tegal Angus Kabupaten Tangerang. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(1), 45–52.
- Widodo, A., & Astuti, R. (2020). Kandungan antioksidan air kelapa muda dan perannya dalam kesehatan kardiovaskular. *Jurnal Gizi dan Fitokimia*, 5(1), 23–31.
- Wulandari, S., Harahap, R., & Putri, A. (2023). Efek stres pada sistem vaskuler penderita hipertensi. *Jurnal Biomedik Tropis*, 8(1), 90–97.
- Zhang, X. (2023). *Natural potassium sources for blood pressure control: A clinical perspective*. *Journal of Hypertension Research*, 45(2), 102–110.