

Bahan Pangan Alternatif Untuk Menurunkan Hipertensi

H.ABDUL GANI, S.Pd, SKM, S.Kep.,M.Kes

SRI HARTATI, SKM.,MM

DETIANA, S.Kep.Ns.,M.Kes



Bahan Pangan Alternatif Untuk Menurunkan Hipertensi

H.ABDUL GANI, S.Pd, SKM, S.Kep.,M.Kes

SRI HARTATI, SKM.,MM

DETIANA, S.Kep.Ns.,M.Kes



Penerbit
Lembaga Chakra Brahmanda Lentera

Bahan Pangan Alternatif Untuk Menurunkan Hipertensi

Penulis: H.Abdul Gani, Sri Hartati, Detiana

Editor : Penerbit Lembaga Chakra Brahmanda Lentera
Tata Letak : Penerbit Lembaga Chakra Brahmanda Lentera
Desain Sampul : Penerbit Lembaga Chakra Brahmanda Lentera



Hak Cipta © 2022 Penerbit Lembaga Chakra Brahmanda Lentera
Anggota IKAPI (No. 278/Anggota Luar Biasa/JTI/2021)
Jl. Perdana, Kwadungan Permai A 45-46 Kediri
Kecamatan Ngasem, Kabupaten Kediri
Phone : +62 857-3387-8003
Website : <https://sites.google.com/view/penerbitcandle>
E-mail : candle.publishing@gmail.com

Hak cipta dilindungi undang-undang. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apa pun, baik secara elektronik maupun mekanis, termasuk tidak terbatas pada memfotokopi, merekam, atau dengan menggunakan sistem penyimpanan lainnya, tanpa izin tertulis dari Penerbit.

Ilmu pengetahuan dan tindakan berdasarkan bukti terus berkembang dari berjalannya penelitian terbaru, Oleh karena itu, standar pengetahuan dan tindakan wajib diikuti seiring dengan penelitian dan pengalaman klinis berdasarkan bukti. Pembaca disarankan untuk memeriksa informasi dan hasil penelitian terbaru untuk memverifikasi ilmu pengetahuan, dan tindakan yang direkomendasikan serta kontraindikasinya. Penerbit maupun penulis tidak bertanggung jawab atas kecelakaan dan/atau kerugian yang dialami seseorang atau sesuatu yang diakibatkan oleh penerbitan buku ini.

H.Abdul Gani, Sri Hartati, Detiana
Bahan Pangan Alternatif Untuk Menurunkan Hipertensi

– Kediri: Lembaga Chakra Brahmanda Lentera, 2022
Cetakan pertama, Mei 2022
1 Jil, 22 Hal, 21 x 29 cm

ISBN: 978-623-6541-77-7

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karuniaNya, sehingga bisa menyelesaikan modul hasil kegiatan pengabdian masyarakat “Bahan Pangan Alternatif untuk Menurunkan Hipertensi”. Penyusunan modul ini bertujuan untuk memberikan gambaran dan panduan kepada masyarakat dalam memberikan terapi non farmakologis dalam penurunan hipertensi.

Penulis menyadari dalam proses penyusunan modul masih banyak terdapat kekurangan. Maka dari itu, dengan ikhlas penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat mendidik serta membangun dari semua pihak demi kesempurnaan penyusunan modul ini di masa yang akan datang. Penyusunan modul ini tidak akan terlaksana dengan baik tanpa bantuan, bimbingan serta saran dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu. Semoga modul ini dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu pendidikan dan keperawatan serta bagi semua pembacanya .

Lahat, April 2022

Penulis

DAFTAR ISI

Kata Pengantar	i
Daftar Isi	ii

BAB I PENDAHULUAN

A. Definisi.....	1
B. Penangan Hipertensi	2

BAB II BAHAN PANGAN ALTERNATIF UNTUK MENURUNKAN HIPERTENSI

A. Daun Cincau Hijau.....	4
B. Jenis-Jenis Daun Cincau Hijau	4
C. Kandungan Daun Cincau Hijau	6
D. Manfaat Daun Cincau Hijau	7
E. Cara Mengolah Daun Cincau Hijau menjadi Cincau	8
F. Cara Mengolah Daun Cincau Hijau	8

BAB III KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	10
B. Saran.....	12

DAFTAR PUSTAKA



ISBN 978-623-6541-77-7 (PDF)



9 786236 541777