

DAFTAR PUSTAKA

- Adam. (2019). Determinan Hipertensi Pada Lanjut Usia. *Jambura Health and Sport Journal*, 1(2), 82–89.
- Adawiyah, A., & Nurhayati. (2022). Tingkat Kecemasan pada Lansia yang Dilakukan Terapi Teknik Relaksasi Otot Progresif dan Terapi Reminiscence. *Jurnal Kesehatan*, 13(1), 150.
- Agustina, L., & Hasanah, F. (2018). Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Dengan Anastesi Spinal Di Rawat Inap Bedah RSU Kota Tangerang Selatan Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan STIKes IMC Bintaro*, II(2), 191–194.
- Agustinus, Santoso, & Rahyudi. (2018). Klasifikasi Risiko Hipertensi Menggunakan Metode Learning Vector Quantization (LVQ). *Jurnal Pengembangan Teknologi Informasi Dan Ilmu Komputer*, 2(8), 2947–2955.
- Ahmad, Sulistyowati, & Annisa. (2021). Asuhan Keperawatan Lansia Tn. H Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Pada Diagnosa Medis Hipertensi Di Desa Gebang Sidoarjo. (*Doctoral Dissertation, Politeknik Kesehatan Kerta Cendekia*).
- Ainurrafiq, Risnah, & Maria. (2019). Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian TekananDarah Pada Pasien Hipertensi: Systematic Review. *The Indonesian Journal of Health Promotion*, 2(3), 192–199.
- Akbar, Haryani, N., & Humaerah. (2020). Karakteristik Hipertensi Pada Lanjut Usia di Desa Buku (Characteristic of Hypertension in the Elderly. *Jurnal Wawasan Kesehatan*, 5 (2), 35–42.
- Akbar, M. A., Malini, H., & Afriyanti, E. (2018). Progressive Muscle Relaxation (ROP) Is Effective To Lower Blood Glucose Levels Of Patients With Type II Diabetes Mellitus. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 77, 83.
- Alimul, Aziz, & Tim EduNers. (2021). *Buku Pengayaan Uji Kompetensi Keperawatan Gerontik*. Health Books Publising.
- Amini, E., Goudarzi, I., Masoudi, R., Ahmadi, A., & Momeni, A. (2016). Effect Of Progressive Muscle Relaxation And Aerobic Exercise On Anxiety, Sleep Quality, And Fatigue In Patients With Chronic Renal Failure Undergoing Hemodialysis. *International Journal of Pharmaceutical and Clinical Research*, 8(12), 1634–1639.
- Annas, A., & Wibowo, K. (2019). Efektivitas Teknik Progesive Muscle Relaxtation, Dengan Progesive Muscle Relaxtation Dan Dzikir Anfas Terhadap Kecemasan. *Indonesian Journal of Learning Education and Counseling*, 1(2), 144–150.
- Arisandy, W., Suherwin, S., & ... (2024). Penerapan Tekhnik Relaksasi Otot Progresif Pada Hipertensi Dalam Menurunkan Nyeri Akut. *Babul Ilmi ...*, 16(1), 268–278.
- Banjarnahor. (2020). Asuhan Keperawatan Lanjut Usia Gangguan Sistem Kardiovaskular “Hipertensi” dengan Intervensi Rendam Kaki dengan Air Rebusan Jahe Merah. 7–12.

- Destria. (2023). Penerapan Foot Hydroterapi Dengan Jahe Merah Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Pasien Lansia Dengan Hipertensi di RSUD Dr. Soedirman Mangun Sumarso Kabupaten Wonogiri Jawa Tengah. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 2(15).
- Dewi, Sagita, Nera, Ria, Riska, & Nur. (2021). Pelayanan Kesehatan Berupa Konseling Secara Farmakologi Dan Non Farmakologi Penyakit Hipertensi Secara Home Care Di Rt. 08 Dan 11 Kelurahan Pakuan Baru. *Civitas Academica: Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 1(2).
- Essa, R. M., Ismail, N. I. A. A., & Hassan, N. I. (2017). Effect Of Progressive Muscle Relaxation Technique On Stress, Anxiety, And Depression After Hysterectomy. *Journal of Nursing Education and Practice*, 7(7), 77.
- Fauziyah. (2022). Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Klien Hipertensi Di Sukamajukaler Kota Tasikmalaya. *Healthcare Nursing Journal*, 4(2), 38–42.
- Ferdisa, R. J., & Ernawati, E. (2021). Penurunan Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi Menggunakan Terapi Relaksasi Otot Progresif. *Ners Muda*, 2(2), 47.
- Friska, B., Usralelly, Idayanti, Magdalena, & Sakhnan. (2020). *The Relationship Of Family Support With The Quality Of Elderly Living In Sidomulyo Health Center Work Area In Pekanbaru Road*. 9(1), 1–8.
- Gea, R. P., Luthfi, A., & Apriza. (2023). Efektivitas Terapi Rendam Kaki Air Jahe Merah Hangat dengan Air Jahe Gajah Hangat terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *SEHAT: Jurnal Kesehatan Terpadu*, 2(1), 45–59.
- Gunawan, Prahasanti, Utama, & Airlangga. (2020). Pengaruh Komborbid Hipertensi Terhadap Serveritas Pasien Corona Virus Disiase. *Jurnal Implementa Husada* 1(2), 136–151.
- Handayani, R. S., & Rahmayati, E. (2018). Pengaruh Aromaterapi Lavender, Relaksasi Otot Progresif dan Guided Imagery terhadap Kecemasan Pasien Pre Operatif. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 319.
- Haryanti, D. Tr., Noorratri, E. D., & Haryani, N. (2024). Peberapan Teknik Rendam Kaki Air Hangat dengan Jahe Merah Terhadap Perubahan Tekanan Darah di Kelurahan Joyotakan Kota Surakarta. *IJOH : Indonesian Journal of Public Health*, 2(2), 356–368.
- Hasanah, R., Utomo, W., & Rustam, M. (2023). *Gambaran Aktivitas Fisik Lansia Penderita Hipertensi Di Puskesmas Simpang Tiga* (Vol. 1, Issue 1).
- Henderson. (2017). *Basic Nursing Care*. Jakarta : Trans Info Media.
- Indrajaya, D. P. (2018). *Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Pada Lansia Di Desa Kertobanyon Kecamatan Geger Kabupaten Madiun*. Stikes Bhakti Husada Mulia.
- Iqbal, M. F., & Handayani, S. (2022). *Terapi Non Farmakologi pada Hipertensi*. 6(1).
- Istiqomah, & Soesanto. (2018). Relaksasi Terapi Musik Terhadap Tekanan Darah Pada

- Hipertensi Lansia di Unit Rehabilitasi Sosial Pucang Gading Semarang. *Prosiding Seminar Nasional Mahasiswa Unimus*, 1, 212–217.
- Kadir, A. (2018). Hubungan Patofisiologi Hipertensi Dan Hipertensi Renal. *Jurnal Ilmiah Kedokteran*, 5(1), 15–25.
- Kartika, M., Subakir, S., & Mirsiyanto, E. (2021). Faktor-Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Rawang Kota Sungai Penuh Tahun 2020'. *Jurnal Kesmas Jambi*, 5(1), 1–9.
- Kemenkes, R. I. (2021). Profil Kesehatan Indonesia 2020. *Kemenkes RI*. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil>
- Kemenkes RI. (2019). Pusat Data Statistik Penyakit. In *Laporan Statistik Pustadin*. Kemenkes RI.
- Kholifah. (2016). *Keperawatan Gerontik*. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia: Pusat Pengendalian Sumber Daya Mnesia Kesehatan Badan Pengembangan dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan.
- Kushariyadi. (2021). *Terapi Modalitas Keperawatan pada Klien Psikogeriatrik*. Salemba Medika.
- Listiana, E., & Faradisi, F. (2021). Hipertensi. In *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan 2021 Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Prosiding Seminar Nasional Kesehatan 2021 Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Muhammadiyah Pekajangan P* (pp. 799– 805).
- Lusiana, N. (2020). Skining Pengetahuan dan Deteksi Hipertensi Pada Lansia di Posbindu Kedungpoh, Gunung Kidul. *Jurnal Abdimas Madani Dan Lestari*, 2(1), 38–44.
- Manafe, L. A., & Berhimpon, I. (2022). Hubungan Tingkat Depresi Lansia dengan Interaksi Sosial Lansia di BPSLUT Senja Cera Manado. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 11(1), 749–757.
- Manuntung. (2018). Terapi Perilaku Kognitif Pada Pasien Hipertensi. *Malang Wineka Media*.
- Mubarak, W. I., & Chayatin, N. (2019). *Ilmu keperawatan komunitas: Konsep dan aplikasi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Musakkar, & Djafar, T. (2021). *Promosi Kesehatan: Penyebab Terjadinya Hipertensi* (H. A. C. V. P. Persada (ed.)).
- Nixon, M. (2016). *Terapi Reminiscence: Solusi Pendekatan Sebagai Upaya Tindakan Keperawatan Dalam Menurunkan Kecemasan, Stress, Depresi*. Jakarta: Trans Info Medika.
- Nurpratiwi, Hidayat, U. R., & Putri, S. B. (2021). Rendam Kaki Air Hangat Jahe Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Katulistiwa Nursing Jurnal*, 43, 8–19.

- Ohorella, U. B., & Achmad, I. (2022). Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Desa Mosso Maluku. *Jurnal Keperawatan Indonesia Timur (East Indonesian Nursing Journal)*, 28–36.
- Oktavainus, & Febriana. (2014). Asuhan Keperawatan Pada Sistem Kardiovaskular Dewasa. *Yogyakarta: Graha Ilmu*.
- Pome, G., Endriyani, S., & Rizal, F. (2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Progresif Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Makrayu Palembang. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 6(2), 1–6.
- Pragholapati, A., Megawati, W., S., & Suryana, Y. (2021). Psikoterapi Re-Edukasi (Konseling) Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operatif Sectio Caesaria. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 13(1), 15–20.
- Pratiwi, L. M. D., & Soesanto, E. (2023). Efektivitas Relaksasi Otot Progresif dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di RW 04 Kelurahan Gemah Kota Semarang'. *Ners Muda*, 4(2), 219.
- Putri, F. A. (2023). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Usia > 45 Tahun di Provinsi Sumatera Barat (Analisis Data Riskesdas 2018)*.
- Raziansyah, R., & Sayuti, M. (2022). Penerapan Relaksasi Otot Progresif Pada Pasien Hipertensi Yang Mengalami Kecemasan Di Puskesmas Martapura 2. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 10(2), 93–99.
- Rina, D., Fitria, N., & Hendrawati, H. (2021). Literatur Review Hubungan Antara Tipe Kepribadian Dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Komprehensif Comprehensive Nursing Journal* 7(1), 15–19.
- Rizky. (2018). Analisi Pengaruh Kepuasan Kerja Dan Keterlibatan kerja Terhadap Komitmen Profesi Dengan Budaya Kolektifisme sebagai Variabel Moderating (Studi Pada Perawat RSUD Kota Semarang). *Diponegoro Journal Of Management*, 5(3), 1–12.
- Saleh, L. M. (2019). *Teknik Relaksasi Otot Progresif pada Air Traffic Controller (ATC)*. Deepublish.
- SDKI. (2018). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia. *Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia*.
- Sentana, D. A. (2016). *Analisis Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Keluarga Pasien yang dirawat di Ruang Intensive Care RSUD Provinsi NTB Tahun*.
- Setyoadi, K. (2020). *Terapi Modalitas Keperawatan Jiwa pada Klien Psikogeriatrik*. Salemba Medika.
- Setyoadi, & Kushariyadi. (2021). *Terapi Modalitas Keperawatan Jiwa pada Klien Psikogeriatrik*. Salemba Medika.

- Siahaan, Utomo, W., & Herlina. (2022). *Hubungan Dukungan Keluarga dan Efikasi Diri dengan Motivasi Lansia Hipertensi Dalam Mengontrol Tekanan Darah*. 5(1), 43–53.
- SIKI. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI). Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia.
- Sitanggang, Frisca, Sihombing, Koernawan, Tahulending, Febriana, Purba, Saputra, Rahayu, Paula, & Pranata. (2021). Keperawatan Gerontik. Yayasan Kita Menulis.
- Sjarif, D. R., Lestari, E. D., Mexitalia, M., & Nasar, S. S. (2018). *Buku Ajar Nutrisi Pediatrik dan Penyakit Metabolik*. Badan Penerbit IDAI.
- Smeltzer, S. C., & Bare, B. G. (2010). *Buku ajar keperawatan medikal bedah Brunner & Suddarth*. Jakarta: EGC.
- Solehati, T., & Kosasih. (2015). *Konsep dan Aplikasi Relaksasi dalam Keperawatan Maternitas*. PT Refika Aditama.
- Sriyatna, D., & Rahayu, D. A. (2022). *Pengaruh Rendam Kaki Air Jahe Merah Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi*.
- Stuart, G. W. (2021). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart Buku 1'* (B. Keliat & J. Pasaribu (eds.); 2nd edn). Elsevier Health Sciences.
- Sulandari, D., & Nuraeni, A. (2021). Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Pada Lansia Rentan Terpapar Virus Covid-19. *Prosiding Seminar Nasional*, 4(2), 1292–1306.
- Supriatna, A., & Norma. (2018). Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah. *Jurnal Kesehatan Kementrian Kesehatan*, 6(1), 1–36.
- Syarkawi, A. (2019). Teknik Relaksasi Untuk Membantu Siswa Mengatasi Kecemasan Menghadapi Ujian. *Jurnal Al-Taujih*, 5(1), 69–79.
- Thomas Aquino, D. (2017). *Buku Ketrampilan Klinis Lansia Dan Keperawatan Keluarga (Gerontology And Family Nursing*. Nuha Medika.
- Tika. (2021). (Syzgium Polyanthum) pada Penyakit Hipertensi: Sebuah Studi Literatur. *Jurnal Medika Utama* 03(01), 1260–1265.
- Utomo, S., & Winarti, R. (2021). Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ners Widya Husada*, 8(3).
- W.H.O. (2022). *Hypertension (online)* <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Widyastuti, M., Yulastuti, C., Farida, I., & Rinarto, N. D. (2020). Relaksasi Progresif Sebagai Penurun Tingkat Stres Pasien Kanker Dengan Kemoterapi. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 16(1), 2085–3742.

Windahandayani, V., Y., Ningsi, W., & M. (2022). Hubungan Pengetahuan Penatalaksanaan Farmakologi Dengan Nilai Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Junal Riset Rumpun Kesehatan*, 1(2).

Windarwati, H. D. (2020). Takut Kehilangan” Penyebab Kecemasan Keluarga Yang Merawat Anak Dengan Hospitalisasi Di Rumah Sakit. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2), 197–202.

Wulandari, N., Wihastuti, T. A., & Supriati, L. (2020). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif terhadap Penurunan Ansietas dan Peningkatan Kualitas Tidur Pasien Neurosa di Wilayah Kerja Puskesmas Kepanjen Kidul Kota Blitar. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 2(2), 154–163.