

Daftar Pustaka

- Alfika Safitri, Mardiana pratiwi, Veronnicka Shintya Dewi, Nurul Fadhillah, Astuti Astuti, Devi Sri Rahayu, Siti Sopiiah, Dede Nurjanah, Febiola Dwi Puspitasari, Sulyanti Suhartini, Lutfiah Galuh Ayu, Hilda Nuramaliyah, & Luxiana Rahayu. (2023). Pendidikan Kesehatan Senam Hipertensi Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Warga Bina Sosial Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2 Jakarta Barat 2023. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 3(2), 189–193. <https://doi.org/10.55606/jrik.v3i2.1959>
- Arisdiani, T., Asyrofi, A., & Fariza, I. (2023). Senam Hipertensi Dan Relaksasi Genggam Jari Berpengaruh Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 16(1), 383–396.
<http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan%0ASENAM>
- Bagus Tri Saputra, P., Dyah Lamara, A., Eko Saputra, M., Achmad Maulana, R., Eko Hermawati, I., Anugrawan Achmad, H., Ageng Prastowo, R., & Her Oktaviono, Y. (2023). Diagnosis dan Terapi Non-farmakologis pada Hipertensi. *Cermin Dunia Kedokteran*, 50(6), 322–330. <https://doi.org/10.55175/cdk.v50i6.624>
- Dina Wulansari, Dewi Nur Puspita Sari Penulis, & Zahrah Maulidia Septimar. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Kepatuhan Minum Obat Hipertensi Terhadap Pencegahan Hipertensi Di Puskesmas Pasar Kemis. *Jurnal Dunia Ilmu Kesehatan (JURDIKES)*, 2(1), 24–33. <https://doi.org/10.59435/jurdikes.v2i1.159>
- Efliani, D., Ramadia, A., & Hikmah, N. (2022). Efektifitas Senam Hipertensi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Di Upt Pstw Khusnul Khotimah Pekanbaru. *Menara Medika*, 4(2), 183–191. <https://doi.org/10.31869/mm.v4i2.3172>
- Ferdi, R., Akbar, M. A., Charista, R., & Siahaan, J. (2023). Edukasi Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Manajemen Stress Pada Pasien Lansia Dengan Hipertensi. *Lentera Perawat*, 4(1), 8–14. <https://doi.org/10.52235/lp.v4i1.183>

- Fulka, R., Atika Sari, S. H., & Keperawatan Dharma Wacana, A. (2024). Application of Hypertension Exercise on Blood Pressure in Hypertension Patients in the Work Area of Purwosari Metro Puskesmas. *Jurnal Cendikia Muda*, 4(3), 440–446.
- Ledoh, K., S. Tira, D., Landi, S., & Purnawan, S. (2024). Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia (60-74 tahun). *Jurnal Kesehatan*, 13(1), 27–36. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v13i1.301>
- Masyarakat, P. K., Srisatiyorini, T., Sinta, A. A., Puspitasari, E., Oktaviani, N., Rahmawati, W., Bashir, M. Al, Wulandari, S., Alawiyah, A., Program, M., Kesehatan, S., Masyarakat, F. K., Jakarta, M., Timur, K. C., & Selatan, K. T. (2023). *DUKUH KELURAHAN PONDOK RANJI KOTA TANGERANG SELATAN TAHUN 2023 EFFORTS TO INCREASE PUBLIC KNOWLEDGE REGARDING HYPERTENSION THROUGH COUNSELING ACTIVITIES AT POSBINDU DUKUH PONDOK RANJI DISTRICT, SOUTH TANGERANG CITY, 2023*. 2, 31–40.
- Novalina, A., Subekti, I., & Sepdianto, T. C. (2023). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson terhadap Kualitas Tidur Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kendalsari. *Jurnal Keperawatan Terapan (e-Journal)*, 09(01), 32–37.
- Oktaria, M., Hardono, H., Wijayanto, W. P., & Amiruddin, I. (2023). Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Diet Hipertensi pada Lansia. *Jurnal Ilmu Medis Indonesia*, 2(2), 69–75. <https://doi.org/10.35912/jimi.v2i2.1512>
- Rahmadhani, D. Y., Efni, N., Yuliana, Y., & Yesni, M. (2023). Efektifitas Senam Hipertensi terhadap Tekanan Darah Lansia di Puskesmas Rawat Inap Muaro Kumpeh. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 12(2), 381. <https://doi.org/10.36565/jab.v12i2.684>
- Rona Febriyona, Fadli Syamsuddin, & Oktaviani Dela K. Tantu. (2023). Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto Barat. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 2(1), 113–125.

<https://doi.org/10.55606/jurrikes.v2i1.968>

Sobarina, D., Rohimah, S., & Ginanjar, Y. (2022). Literature Review Pengaruh Senam

Hipertensi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pada Lansia. *Juwara Galuh : Jurnal Mahasiswa Keperawatan Galuh*, 1(1), 39–46.

<https://doi.org/10.25157/juwara.v1i1.2850>

Tina, Y., Handayani, S., & Monika, R. (2021). The Effect of Exercise for Hypertension on Blood Pressure in Elderly. *STIKes Yogyakarta*, 1(69), 5–24.

Wulandari, Tri Adriani, R. B., & Sunaryo, T. (2023). Efektivitas Terapi Relaksasi Otot Progresif Dan Senam Hipertensi Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(2), 2336–2345.

www.who.int/hypertension

Yani, R. D., Wahyudi, J. T., & Suratun, S. (2019). Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Kualitas Tidur Pasien Dengan Hipertensi Di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang.

Indonesian Journal for Health Sciences, 3(2), 88. <https://doi.org/10.24269/ijhs.v3i2.1844>