

DAFTAR PUSTAKA

- Adnan, et al. 2020. *Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif terhadap Tekanan Darah pada Wanita Lanjut Usia dengan Hipertensi*. Jurnal Kesehatan Vol 13 (2). ISSN 136-143.
- Arlia Rimadia., et al. 2023. *Penurunan Tekanan Darah Tinggi pada Pasien Hipertensi yang Menerapkan Terapi Relaksasi Otot Progresif*. Jurnal Ners muda Vol.4 (2). e-ISSN 2723-8067.
- Dinas kesehatan Jawa Barat, 2023. Diakses melalui <https://opendata.jabarprov.go.id/id/dataset/jumlah-penderita-hipertensi-berusia--15-tahun-berdasarkan-kabupatenkota-di-jawa-barat> tanggal 04/04/2024 pukul 20.00 WIB.
- Dika & Eko. 2023. *Hipertensi: Artikel Review*. Jurnal Pengembangan Ilmu dan Praktik Kesehatan Vol.2 (2).
- Dini Nurbaeti, et al. 2024. *Penerapan Pelayanan Lansia Berkualitas Dengan Perhatian Khusus (PELITA HATIKU)*. Tasikmalaya: Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia.
- Dini Nurbaeti, et al. 2024. *Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Pada Lansia Resiko Hipertensi dengan Pendekatan Belife Model*. Tasikmalaya: Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia.
- Fernalia., et al. 2021. *Faktor – Faktor yang Berhubungan Dengan Self Care Management pada Pasien Hipertensi*. Jurnal Keperawatan Silampari Vol.5 (1). e-ISSN 2581-1975.
- Ica, et al. 2023. *Analysis of Nursing Hypertension in The Elderly With Progressive Muscle Therapy Intervention in Banjarmasin*. Journal of Nursing and Health Education Vol.2 (2). ISSN 2808-0084.
- Ika & Irma. 2022. *Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi*. Journal of Midwifery and Health Sciences Vol. 2 (2). e-ISSN 2829-4726.
- Julianty Pradono, et al. 2020. *Hipertensi: Pembunuh Terselubung di Indonesia*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB). Kemenkes RI.

- Kemkes RI. 2023. *Mengenal Penyakit Hipertensi*. Unit Pelayanan Kesehatan Kemenkes (Klinik Kementerian Kesehatan). Diakses dalam <https://upk.kemkes.go.id/new/mengenal-penyakit-hipertensi> .
- Masniari Putri., et al. 2022. *Penerapan Pemberian Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Yosomulyo Kota Metro Tahun 2021*. Jurnal Cendikia Muda Vol.2 (2). ISSN 2807-3469.
- Marni., et al. 2023. *Penatalaksanaan Hipertensi*. Pekalongan – Jawa Tengah : PT Nasya Expanding Management.
- Maya, et al. 2021. *Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia*. Prosiding Seminar Nasional Kesehatan.
- Mujiadi & Siti. 2022. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Mojokerto : STIKES Majapahit Mojokerto.
- Niken, et al. 2019. *Decreased Blood Pressure Among Community Dwelling Older Adults Following Progressive Muscle Relaxation and Music Therapy (RESIK)*. BMC Nursing Journal 18(suppl 1):36.
- Pipit Vesti W. 2018. *Lanjut Usia Perspektif dan Masalah*. Surabaya : UM Surabaya Publishing.
- Rasdiyanah. 2022. *Mengenal Hipertensi Pada Kelompok Dewasa dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*. Pekalongan – Jawa Tengah : PT Nasya Expanding Management.
- Reza, et al. 2024. *Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia di UPTD Puskesmas Tanjung Unggat*. Jurnal Ilmiah Kedokteran dan Kesehatan (KLINIK) Vol.3 (1). e-ISSN 2809-2090.
- Samantha, et al. 2023. *Relaxation Techniques*. USA: Cambell University Scoll of OM & Nova Southeastern University KPCO. Diakses melalui <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK513238/> tanggal 12/05/2024 pukul 13.00 WIB.
- Shalu et al. 2022. *Efektivitas Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Di Perumahan Pondok Mutiara Asri Malang*. JUKEJ: Jurnal Kesehatan Jompa Vol. 2 (2). e-ISSN 2830-5558.

- Septiana & Riyani. 2023. *Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi*. Jurnal Anestesi: Jurnal Ilmu Kesehatan dan Kedokteran Vol.1(4). e-ISSN 2986-7045.
- Smeltzer, S. C. And Bare, B. G. 2012. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Sudart Edisi 8*. Jakarta: EGC.
- Tri Wulandari, et al. 2023. *Efektivitas Terapi Relaksasi Otot Progresif dan Senam Hipertensi dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi*. Jurnal Kesehatan Tambusai Vol.4 (2). e-ISSN 2774-5848.
- Waryantini, et al. 2021. *Pengaruh Relaksasi Otot Progresif terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi*. Helathy Journal Vol.10 (2). e-ISSN 2829-4769.
- WHO. 2023. *Hypertension*. Diakses dalam <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/hypertension> tanggal 10/05/2024 pukul 18.30 WIB.