

DAFTAR PUSTAKA

- Adila, A., & Mustika, S. E. (2023). Hubungan Usia Dan Jenis Kelamin Terhadap Kejadian Kanker Kolorektal. *Jurnal Kedokteran STM (Sains Dan Teknologi Medik)*, 6(1), 53–59. <https://doi.org/10.30743/stm.v6i1.349>
- Aditya, N. R., & Mustofa, S. (2023). Hipertensi: Gambaran Umum. *Majority*, 11(2), 128–138. <https://doi.org/10.59042/mj.v11i2.165>
- Afrioza, S., & Agustin, G. C. (2023). pengaruh tekrim relaksasi otot progresif terhadap tekanan darah sistolik dewasa di kelurahan sukayani tangerang. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 181–188. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v12i2.291>
- Alisia, M., Sari, P. I., & Yusnilawati. (2024). *Pengaruh Progressive Muscle Relaxation (PMR) terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi*. 24(3), 2129–2135. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v24i3.5513>
- Anwar, M. S., & Cusmarih, C. (2022). The Effectiveness Off Counseling On Drug Compliance in Hypertension Patients at Babelan I Public Health Center in 2022. *Malahayati Nursing Journal*, 4(9), 2440–2458. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i9.7096>
- Anwar, V., Aisyah, S., Iswandani, D., Halim, M., & Putrini, F. (2024). *Hubungan tingkat kepatuhan minum obat pasien hipertensi terhadap tekanan darah pasien hipertensi di rumah sakit pelabuhan jakarta*. 6(3), 497–519.
- Ardi, A., Hidayat, R., & Nurman, M. (2023). *WILAYAH KERJA UPT PUSKESMAS AIR TIRIS TAHUN 2023*. 2, 166–171.
- Azzahra Siregar, F., Naili, F., Hasibuan, U., Arsanias, R. F., & Purba, H. (2024). Literature Review Pengaruh Gaya Hidup Masyarakat Pesisir Terhadap Kejadian Hipertensi Literature Review the Influence of Coastal Community Lifestyle on Hypertension Incidence Artikel Review. *J Jurnal Kolaboratif Sains*, 7(7), 2610–2615. <https://doi.org/10.56338/jks.v7i7.5567>
- Febriyanti, H., Nuraeni, S., & Sabarguna, B. (2024). Analisis hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia. *Jurnal Keperawatan*, 16(2), 599–608. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>
- Firdaus, I., Sulityoningsih, H., Marni, & Ain Nur Rohmah, R. (2023). Hubungan Tingkat Stres Terhadap Pola Makan Dan Pola Aktivitas Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Prosiding Seminar Informasi Kesehatan Nasional (SIKESNAS)*, 2015, 513–517.
- Harni, siti yuli. (2024). gangguan sistem kardiovaskuler pada lansia. *Journal GEEJ*, 7(2).
- Haryanti, dewi tri, Noorratri, erika dewi, & Haryani, N. (2024). *IJOH : Indonesian Journal of Public Health PENERAPAN TEKNIK RENDAM KAKI AIR*

HANGAT DENGAN JAHE MERAH TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH DI KELURAHAN JOYOTAKAN KOTA SURAKARTA PENDAHULUAN Hipertensi merupakan keadaan dimana seseorang memiliki tekanan darah si. 2(2), 356–368.

- Hintari, S., & Fibriana, A. I. (2023). Hipertensi pada Penduduk Usia Produktif (15-59 Tahun) di Wilayah Kerja Puskesmas Pageruyung Kabupaten Kendal. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 7(2), 208–218. <https://doi.org/10.15294/higeia.v7i1.63472>
- Istichomah. (2021). modul praktikum: keperawatan dasar II. In *media sains indonesia* (Vol. 11, Issue 1). http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbe.co.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI
- Kartika, L. A., Afifah, E., & Suryani, I. (2016). Asupan lemak dan aktivitas fisik serta hubungannya dengan kejadian hipertensi pada pasien rawat jalan. *Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics*, 4(3), 139–146.
- Kemkes. (2024). *Cegah Meningkatnya Diabetes, Jangan Berlebihan Konsumsi Gula, Garam, Lemak*. Kementerian Kesehatan. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20240131/2544885/cegah-meningkatnya-diabetes-jangan-berlebihan-konsumsi-gula-garam-lemak/>
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023: Penyakit Tidak Menular. *Buletin Jendela Data Dan Informasi Kesehatan*.
- Khasanah, M., Murfisari, R., Darmawan, Wisnu Dwi, & Kurniawan, Wasis Eko. (2024). Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *DIAGNOSA: Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Keperawatan*, 2(2), 175–186. <https://doi.org/10.59581/diagnosa-widyakarya.v2i2.3831>
- Laksmidewi, G. A., & Mustofa, A. (2023). Terapi rendam kaki dengan rebusan air jahe merah (*zingiber officinale* var *rubrum* rhizoma) untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. *Ners Muda*, 4(1), 104. <https://doi.org/10.26714/nm.v4i1.11270>
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, Eko Agus. (2023). hipertensi. *Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 2(1), 1–19.
- Margiyati, & Setiawan, A. (2023). Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Keluarga Wilayah Binaan Puskesmas Pegandan Semarang. *Jurnal Fisioterapi Dan Ilmu Kesehatan Sisthana*, 5(1), 27–33. <https://doi.org/10.55606/jufdikes.v5i1.182>
- Marhabatsar, N. Syaidah, & Sijid, A. (2021). Review: Penyakit Hipertensi Pada Sistem Kardiovaskular. *Prosiding Biologi Achieving The Sustainable Development Goals With Biodiversity In Confronting Climate Change*, 7(1), 72–

78. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb>

- Nainggolan, I., & Sitompul, M. (2024). Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif pada Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Rumah Sakit Advent Medan. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8, 17179–17187.
- Nilawati, I., Kasron, & Sodikin. (2023). Hipertensi merupakan Hubungan Jenis Kelamin, Pendidikan, dan Lama Menderita Hipertensi dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi di Puskesmas Cilacap Selatan II. *Jurnal Medika Usada*, 6(1), 6–12. <https://doi.org/10.54107/medikausada.v6i1.143>
- Nurastam, S. nevy mega, Yuliwar, R., & Milwati, S. (2019). Teknik Relaksasi Otot Progresif dan Relaksasi Autogenik terhadap Tingkat Nyeri pada Pasien Post Operasi Seksio Caesarea. *Jurnal Keperawatan Terapan (e-Journal)*, 05(02), 2442–6873.
- Nurjannah, & jayati, yeni. (2024). *Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pada Lansia Di Posyandu Bina Sejahtera Palembang Tahun 2024*. 5, 3950–3960.
- Pakpahan, E. S. J., & Putra, A. (2022). Effect of giving warm water foot bath with salt mixture to decrease blood pressure of patients in Alus-Alus Village, South Teupah District, Simeulue Regency. *Jurnal Kebidanan, Keperawatan Dan Kesehatan (J-BIKES)*, 2022(1), 41–44. www.jurnalbikes.com/index.php/bikes
- Perbasya, sofia tysni darma. (2022). Hubungan Hipertensi Terhadap Stroke. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 2(2), 109–113. <https://doi.org/10.57084/jiksi.v2i2.775>
- Pradono, J., Kusumawardani, N., & Rachmalina, R. (2020). *Hipertensi*.
- 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. <https://doi.org/10.26714/nm.v4i2.13230>
- Rusnoto, Prasetyawati, N., & F, A. (2022). *Pengaruh Terapi Progressive Muscle Relaxation Dengan Perubahan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di wilayah kerja puskesmas batealit kabupaten jepara*. 13(2), 421–429. <https://ejr.umku.ac.id/index.php/jikk/article/view/1542/933>
- S, donatila mano, Ezra, pasuarja jeranding, Marcella, A., & Firmansyah, Y. (2023). Kegiatan Pengabdian Masyarakat dalam Rangka Edukasi Masyarakat Terhadap Hipertensi serta Deteksi Dini Penyakit Gagal Ginjal Sebagai Komplikasi dari Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 2(2), 34–45. <https://doi.org/10.55606/jpmi.v2i2.1776>
- Salmi, dwi nurul. (2023). Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Jurnal Amanah Kesehatan*, 5(2), 38–42. <https://doi.org/10.47560/pengabmas.v3i2.399>
- Sari, F., Zulfitri, R., & Nopriadi. (2022). Hubungan Kebiasaan Konsumsi Kopi

- dengan Tekanan Darah pada Lansia Riwayat Hipertensi. *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 5(2), 138–147. <https://doi.org/10.33369/jvk.v5i2.24114>
- Soenarta, arieska ann, Erwinanto, Mumpuni, a sari s, & Barack, R. (2015). pedoman tatalaksana hipertensi pada penyakit kardiovaskuler. *Physical Review D*, 42(7), 2413. <https://doi.org/10.1103/PhysRevD.42.2413>
- Sulistiawati, S., Sarfika, R., & Afriyanti, E. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perawatan Diri Pasien Hipertensi Dewasa: Literatur Review. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 23(2), 2188. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v23i2.4118>
- Tarigan, herri novita B., Arianto, A., & Surya, A. (2025). *HIPERTENSI DI PUSKESMAS DELI TUA Herri Novita Br Tarigan , Adi Arianto , Andre Surya Institut Kesehatan Deli Tua*. 7(2), 7–19.
- Telaumbanua, A. C., & Rahayu, Y. (2021). Penyuluhan Dan Edukasi Tentang Penyakit Hipertensi. *Jurnal Abdimas Saintika*, 3(1), 119. <https://doi.org/10.30633/jas.v3i1.1069>
- Theodora, I., & Sibuea, S. (2023). Penatalaksanaan Holistik Gagal Jantung Kongestif dan Hipertensi Pada Wanita Usia 65 Tahun Melalui Pendekatan Kedokteran Keluarga. *Medical Profession Journal of Lampung*, 13(7), 1131–1141.
- Wahyuni, Majid, Y. A., & Pujiana, D. (2023). Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Tekanan Darah Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Inspirasi Kesehatan*, 1(1), 65–71.
- Waryantini, W., Amelia, R., & Harisman, L. (2021). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Healthy Journal*, 10(1), 37–44. <https://doi.org/10.55222/healthyjournal.v10i1.514>
- Wirakhmi, I. N. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Hipertensi Pada Lanjut Usia di Puskesmas Kutasari. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 7(1), 61–67. <https://doi.org/10.52643/jukmas.v7i1.2385>
- World Health Organization. (2024a). *Non-Communicable Disease*. <http://www.si.mahidol.ac.th/sidoctor/e-pl/articledetail.asp?id=1142>
- World Health Organization. (2024b). World Hypertension Day Measure your blood pressure accurately, control it, live longer! *BMJ Open*, 13(3). <https://www.google.com/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=0CDcQw7AJahcKEwjI9PuHva6BAxUAAAAAHQAAAAAQAg&url=https%3A%2F%2Fwww.paho.org%2Fen%2Fdocuments%2Ffactsheet-world-hypertension-day-2023&psig=AOvVaw2FM1mQ0QInU0tEDXKZW7ww&ust=1694930711228268&o>
- Yudanari, yunita galih, & Puspitasari, O. (2022). PENGARUH TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF DALAM MENURUNKAN TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI. *Ilmiah Keperawatan*, 8, 601–604.

- Yuliantie, P., Febrianti, M., Maisyarah, N., Dewi, A. S., Sari, S., Darman, A. S., Sary, A. Y., Utomo, Y. W., Octaviani, V., Nabilla, Y., Raihani, S., Muliani, S., Andini, T., Nisa, W., & Izhariaqi, M. (2024). *TERAPI KOMPLEMENTER RENDAM KAKI MENGGUNAKAN Complementary Therapy o f Foot Soaking Using “ Jamer ” in The Community in Lokbaintan tahan fisik sehingga lebih mudah terserang penyakit . Empat penyakit yang erat kaitannya dan bersifat alami yaitu dengan hidr. 2*, 169–175.
- Yusuf, J., & Boy, E. (2023). Manifestasi Klinis pada Pasien Hipertensi Urgensi. *Jurnal Implementa Husada*, 4(1). <https://doi.org/10.30596/jih.v4i1.12448>