

DAFTAR PUSTAKA

- Ainurrafiq, A., Risnah, R., & Ulfa Azhar, M. (2019). Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: Systematic Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 2(3), 192–199. <https://doi.org/10.56338/mppki.v2i3.806>
- Angelina, C., Yulyani, V., & Efriyani, E. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi di Puskesmas Biha Pesisir Barat Tahun 2020. *E-Indonesian Journal of Helath and Medical*, 1(3), 2774–5244.
- Atmojo, J. T., Putra, M. M., Astriani, N. M. D. Y., Dewi, P. I. S., & Bintoro, T. (2019). Efektifitas Terapi Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Interest: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(1), 51–60. <https://doi.org/10.37341/interest.v8i1.117>
- Ayu, M. S. (2021). Analisis Klasifikasi Hipertensi dan Gangguan Fungsi Kognitif pada Lanjut Usia. *JUMANTIK (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)*, 6(2), 131. <https://doi.org/10.30829/jumantik.v6i2.8246>
- Buana, T., Chloranyta, S., & Dewi, R. (2021). Penerapan Terapi Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pasien Lansia Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 2(1), 36–41. <https://doi.org/10.57084/jiksi.v2i1.634>
- Coylewright, M., Reckelhoff, J. F., & Ouyang, P. (2019). Menopause and hypertension: An age-old debate. *Hypertension*, 51(4 PART 2 SUPPL.), 952–959. <https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.107.105742>
- Daffa, F. M., & Vioneery, D. (2022). Pengaruh Terapi Seft Dan Terapi Benson Terhadap Penurunan Faculty of Health Sciences on Reducing High Blood Pressure in the Elderly. *Program Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta*, 17, 1–11.
- Damara, A., & Saftarina, F. (2020). Penatalaksanaan Hipertensi Derajat I Pada Wanita Usia 64 Tahun Di Puskesmas Natar Melalui Pendekatan Kedokteran Keluarga. *J Agromedicine Unila*, 7 No. 1, 52–57.
- Dewi, G. A. D. W., Damayanti, E., Prasetya, D. N. A., Laksmi, P. A., & Widnyani, N. M. (2023). Gambaran Pengetahuan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Tentang Hipertensi Pada Lansia Di Banjar Kiadan, Desa Pelaga. *Jurnal Abdimas Ilmiah Citra Bakti*, 4(4), 831–840. <https://doi.org/10.38048/jailcb.v4i4.1733>
- Dewi, N. M. I. M. (2020). Gambaran Kualitas Tidur pada Lansia di Desa Mambang Kecamatan Selemadeg Timur Kabupaten Tabanan Tahun 2022. *Poltekkes Denpasar Repository*, 1–13.

- Febriyanti, F., Yusri, V., & Fridalni, N. (2021). Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Sistole Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Menara Ilmu*, 15(1), 51–57. <https://doi.org/10.31869/mi.v15i1.2508>
- Fitri Tambunan, F., Nurmayni, Rapiq Rahayu, P., Sari, P., Indah Sari, S., Depkes, Suling, F. R. W., Susilo, A., Rumende, C. M., Pitoyo, C. W., Santoso, W. D., Yulianti, M., Sinto, R., Singh, G., Nainggolan, L., Nelwan, E. J., Khie, L., Widhani, A., Wijaya, E., ... Kesehatan, D. (2021). Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia. In *Buku* (Vol. 8, Issue 2).
- Hariawan, H., & Tatisina, C. M. (2020). *Pelaksanaan Pemberdayaan Keluarga dan Senam Hipertensi Sebagai Upaya Manajemen Diri Penderita Hipertensi*. 1(2), 479–488. <https://doi.org/10.1016/B978-0-323-46294-5.00028-5>
- Hartini W.M, Christina Roosarjani, Y. A. D. (2019). Metodologi Penelitian dan Statistik. In *Kementrian Kesehatan RI* (1st ed.). Kementerian Kesehatan R. <https://revistas.ufrj.br/index.php/rce/article/download/1659/1508%0Ahttp://hipatiapress.com/hpjournals/index.php/qre/article/view/1348%5Cnhttp://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/09500799708666915%5Cnhttps://mckinseyonsociety.com/downloads/reports/Educa>
- Imanda, M., Darliana, D., & Ahyana. (2021). Kepatuhan Minum Obat Pasien Hipertensi. *Jim*, 5(1), 187–196.
- Kartika, M., Subakir, & Mirsiyanto, E. (2021). Faktor-Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Hipertensi. *Jurnal Kesmas Jambi*, 5(1), 1–9. <http://e-journal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/PIPK>
- Kemenkes RI. (2019). *Profil Kesehatan Provinsi Riau Tahun 2018*. 8–25.
- Laka, O. kladius, Widodo, D., & H, W. R. (2018). Hubungan hipertensi dengan tingkat kecemasan pada lansia di Posyandu Lansia Desa Banjarejo Kecamatan Ngantang Malang. *Nursing News*, 3(1), 22–32.
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023). Hipertensi; Artikel Review. *Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 4(1), 88–100. <https://e-journal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/PIPK/article/view/272>
- Margiyati Margiyati, & Setyajati, A. P. (2023). Penerapan Terapi Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Keluarga Wilayah Binaan Puskesmas Pegandan Semarang. *Jurnal Keperawatan Sisthana*, 8(1), 37–46. <https://doi.org/10.55606/sisthana.v8i1.227>
- Mia Fatma Ekasari, Ni Made Riasmini, T. H. (2018). *Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Konsep Dan Berbagai Intervensi*. Wineka Media. https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=IWCIDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR1&dq=lansia&ots=z_alER1_4W&sig=HAg0rpAKmjIDYoWP

[b2rLvMUV9pU&redir_esc=y#v=onepage&q=lansia&f=false](#)

- Morita, K. M., Amelia, R., & Putri, D. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea di RSUD Dr. Achmad Mochtar Bukittinggi. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 5(2), 106. <https://doi.org/10.34008/jurhesti.v5i2.197>
- Mujiadi, & Rachmah, S. (2022). Buku Ajar Keperawatan Gerontik. In *STIKes Majapahit Mojokerto*.
- Purwono, J., Sari, R., Ratnasari, A., & Budianto, A. (2020). Pola Konsumsi Garam Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 5(1), 531. <https://doi.org/10.52822/jwk.v5i1.120>
- Putri, N. tri, R, R., Febrianti, N., & S, S. (2022). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Ibu Hamil. *An Idea Nursing Journal*, 1(01), 43–50. <https://doi.org/10.53690/inj.v1i01.114>
- Putri, S. A. E. (2020). *Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru*. <http://repository.pkr.ac.id/id/eprint/1325>
- Rokom. (2021). *Hipertensi Disebut sebagai Silent Killer, Menkes Budi Imbau Rutin Cek Tekanan Darah*. Sehat Negeriku - Biro Komunikasi & Pelayanan Publik Kementerian Kesehatan RI. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20230607/0843182/hipertensi-disebut-sebagai-silent-killer-menkes-budi-imbau-rutin-cek-tekanan-darah/>
- Sari, Y. N. I. (2022). *Berdamai dengan Hipertensi - Yanita N. I. S. - Google Buku* (p. 4). https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=yAVjEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=HIPERTENSI&ots=NNuyjG0lGu&sig=cy2syrmQ3yvLgapBsevyQmRIgH8&redir_esc=y#v=onepage&q=HIPERTENSI&f=false%0Ahttps://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=yAVjEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=
- Setyawan, dodiet aditya. (2021). *Tahta Media Group v.penelitian*.
- Suaib, M., Cheristina, & Dewiyanti. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Fenomena Kesehatan*, 2(1), 269–276.
- Suherman, J. N., & Farizi, T. Al. (2024). *Optimalisasi Pola Makan Mahasiswa Kedokteran Melalui 24- Hour Food Recall Dan Edukasi Giz*. 2(6), 91–106.
- Susmawati, R., & Isnaeni, Y. (2019). Pengaruh Senam Yoga Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Dusun Kwarasan

Nogotirto Sleman Yogyakarta. *Naskah Publikasi*, 85.

- Solehati & Kosasih.(2015). *Konsep & Aplikasi Relaksasi dalam Keperawatan Maternitas*. Penerbit PT. Refika Adimata. Bandung
- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., Khan, N. A., Poulter, N. R., Prabhakaran, D., Ramirez, A., Schlaich, M., Stergiou, G. S., Tomaszewski, M., Wainford, R. D., Williams, B., & Schutte, A. E. (2020). 2020 International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines. *Hypertension*, 75(6), 1334–1357.
<https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.120.15026>
- Utami, A. G., Kurniawan, W. E., & Wirakhmi, I. N. (2023). Pengaruh Terapi Relaksasi Benson terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(2), 743–752.
<https://doi.org/10.37287/jppp.v6i2.2154>
- Warjiman, Unja, Er, E., Gabrilinda, Yohana, Hapsari, & Dwi, F. (2020). Skrining dan edukasi penderita hipertensi. *Jurnal Suaka Insan Mengabdikan (JSIM)*, 2(1), 15–26.
<http://journal.stikessuakainsan.ac.id/index.php/JSIM/article/view/215>
- Widarti, R. (2023). Penerapan Metode Relaksasi Benson Pada Lansia Perempuan Dengan Penyakit Hipertensi Di Panti Jompo ‘Aisyiyah Surakarta. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(2), 116–123.
- Yantina, Y., & Saputri, A. (2021). Pengaruh Senam Lansia Terhadap Tekanan Darah Pada Wanita Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Banjarsari Metro Utara Tahun 2018. *Jurnal Farmasi Malahayati*, 2(1), 112–121.
- Yulendasari, R., & Djamaludin, D. (2021). Pengaruh pemberian teknik relaksasi Benson terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 15(2), 187–196. <https://doi.org/10.33024/hjk.v15i2.4393>