

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani Salangka, Rante, A., & Rasyid, D. (2024). Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(5), 1094–1100.
- Afrioza, Selvy;, and Gea Clarissa Agustin.(2023) Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Sistolik Dewasa Di Kelurahan Sukatani Tangerang.” *Jurnal Kesehatan*
- Al Qadire, M., Alomari, K., Al-Smadi, A., Alomari, M. A., & Masadeh, N. (2022). *The effect of progressive muscle relaxation on blood pressure and psychological stress among hypertensive patients: A randomized controlled trial. The Journal of Clinical Hypertension*, 24(6), 681–688.
- Anwar, M. S., & Cusmari, 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.
- Amalia. (2023). Implementasi Relaksasi Otot Progresif terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(2), 45–52
- Arifiani, J., & Fijianto, D. (2021). Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia yang Mengalami Hipertensi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 1(1), 1572–1577
- Aryunani, Ainiyah, N. H., & Abdulah, K. (2022). *Dasar-Dasar Komplementer*. Malang: Rena Cipta Mandiri
- Astutik, N.D., (2017). Pengaruh Latihan Relaksasi Otot Progresif Dengan Iringan Musik Gending Jawa Terhadap Perbaikan Kualitas Tidur Lansia Di Panti Wredha Griya Kasih Siloam Malang. Thesis: Universitas Airlangga
- Bachrudin, M dan Najib, Moh. (2016). *Keperawatan Medical Bedah*. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
- Biahimo, N. U. I., Mulyono, S., & Herlinah, L. (2020). Perubahan Tekanan Darah Lansia Hipertensi melalui Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat. *Jurnal Ilmiah Umum Dan Kesehatan Aisyiyah*, 5(1), 9–16.
- Damayanti, R. (2022). Pengaruh Progressive Muscle Relaxation terhadap Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di Puskesmas X. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(3), 25–31.
- Dinkes Provinsi, R. (2022). *Profil Kesehatan Provinsi Riau (2022)* Dinkes Provinsi Riau, 12–26.

- Ekarini, N. L. P., Heryati, H., & Maryam, R. S. (2019). Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Respon Fisiologis Pasien Hipertensi. *Jurnal Kesehatan*, 10(1), 47.
- Jessica Putri Arifiani & Dwi Fijianto. (2021). Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Yang Mengalami Hipertensi. *Jurnal*.
- Kardiyudiani, N. K. (2019). Keperawatan Medikal Bedah 1. Pustaka Baru Press.
- hairani, A. I., & Manurung, W. R. (2021). Metodologi Penelitian Kualitatif. Case Study. Jakarta, Indonesi, Jakarta Timur: CV.Trans Info Media.
- Khairani, A. I., & Manurung, W. R. (2021). Metodologi Penelitian Kualitatif. Case Study. Jakarta, Indonesi, Jakarta Timur: CV.Trans Info Media.
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023). Hipertensi; Artikel Review. *Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 2(2), 100-11
- Mudjia Rahardjo, M. S. 8 November (2023). Etika Penelitian.
- Notoatmodjo, S. 2018, Metodologi Penelitian Kesehatan, Jakarta: Rineka Cipta.
- Octavianie, G., Pakpahan, J., Maspupah, T., & Debora, T. (2022). Promosi Kesehatan Hipertensi Pada Usia Produktif Sampai Lansia di Wilayah Desa Lulut RT 04 RW 02 Kec. Klapanunggal Kab. Bogor. *Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas*, 01(02), 32–38.
- Ovari, I., & Anggreini, S. N. (2022). Monograf: Dampak Progressive Relaxation Terhadap Perubahan Tekanan Darah Lanjut Usia dengan Hipertensi. Surabaya: CV Global Aksara Press.
- 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.
- Prof. Dr. Wurlina, M. S., Prof. Dr. Imam Mustofa, M. K., Prof. Dr. Dewa Ketut Meles, M. S., Dr. Kadek Rachmawati, M. K., dr. Niluh Suwasanti, S. P. K., Putri, D. K. S. C., Mustofa, R. I., Islami, S. N., Rizki, N. A., & Anggraeni, P. A. (n.d.). *Gemar Makan Ikan Cegah Demensia Lansia Sehat Bahagia*. Cipta Media Nusantara.
- Riskesdas. (2018). *Potret Sehat Indonesia dari Riskesdas 2018*. Jakarta: Riskesdas RI.
- Sari, Y. N. (2017). *Berdamai dengan Hipertensi*. Jakarta: Bumi Medika
- Siringo-ringo, T., Sihombing, N., & Tumanggor, L. S. (2021). Pengaruh Pemberian Balance Exercise. 3 (1), 105–112

- Soares, D., Ulkhasanah, M. E., Rahmasari, I., & Firdaus, I. (2023). Penatalaksanaan Hipertensi. Penerbit NEM.
- Stuart, J., & Meiyanti. (2021). Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia. *Media Ilmu Kesehatan*, 9(3), 251–258.
- Suprayitno, E., & Huzaimah, N. (2020). Pendampingan lansia dalam pencegahan komplikasi hipertensi. *Selaparang Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(1), 518–521.
- Tasalim & Astuti, (2021, Terapi Komplemente, Guepedia, Indonesia, dilihat 30 Agustus 2024, <https://www.guepedia.com>.
- Triyanto, E. (2017). Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu, Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Valerian, F. O., Ayubbana, S., & Utami, I. T. (2021). Penerapan Pemberian Kompres Hangat Pada Leher Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi Di Kota Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 1(2), 1–5.
- Wandira, & Alfianto. (2021). Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Kesehaatan*.
- WHO. (2023). World Health Statistics: Monitoring Health for the Sustainable Development Goals(SDGs). World Health Organization
- Wulandari, S., & Anwar, M. (2021). Pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Posyandu Lansia. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 16(2), 88–94