

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, S. R., Safira, N. A., Pangestuti, W. J., dan Fadhillah, S. N. (2022). Pendidikan Kesehatan Senam Hipertensi Untuk Penurunan Tekanan Darah Tinggi. In *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*, 4, 1. Di Publikasi. <http://jkp.poltekkes-mataram.ac.id/index.php/PKS/index>
- Avrilia, E., Cisca, A. M., dan Nasution, M. (2025). *Gambaran Karakteristik Dan Komplikasi Pada Pasien Hipertensi*.
<http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
- Basuki, S. P. H., dan Barnawi, S. Rahmad. (2021). *Pengaruh Senam Hipertensi terhadap Tekanan Darah pada The Effect of Exercise on Blood Pressure in the Elderly Community in Petir Village, Kalibagor District, Banyumas*. 18(1).
- Dachi, F., Syahputri, R., Marieta, S. G., Siregar, P. S., dan Siregar. (2021). *Pengaruh Senam Lansia Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi*.
<http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
- Duana Shinta, C. P., Mulyaningsih, dan Natshir, M. (2024). Penerapan Senam Ergonomik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di 03/09 Petoran Jebres Surakarta C. *IJOH: Indonesian Journal of Public Health*, 02(04), 725–733.
- Effendi, E., Febrianti, F., Nurhayati, N., dan Yulianti, R. (2025). Effect of Hypertension Exercises On Blood Pressure In The Elderly. *Journal of Community Nursing and Primary Care*, 1(2), 25–30. <https://doi.org/10.63202/jcnpc.v1i2.39>
- Efliani, D., Ramadia, A., Hikmah, N., (2022). Efektifitas Senam Hipertensi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Di Upt Pstw Khusnul Khotimah Pekanbaru. *Jurnal Menara Medika*, 4.
<https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menaramedika/index>
- Hasanah, S. N. (2022). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Kecamatan Kalisat.
- Iman, M. B., Priyatno, A. D., Randana, M. P. C., Wahyudi, A., dan Rahma, R. A. L. D. (2025). Analysis Of Risk Factors Affecting The Incidence Of Hypertension In The Working Area Of The Talang Ratu Palembang Health Center. 10(2).
https://jurnal.stikesalmaarif.ac.id/index.php/cendekia_medika/
- Jannah, F.M., & Harmia, E. (2025). *Jurnal Pahlawan Kesehatan*.

- Jumari, J., dan Putri, W. I. (2021). Pengaruh Terapi Senam Ergonomik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Nutrix Journal*, 5(1), 48. <https://doi.org/10.37771/nj.vol5.iss1.539>
- Kemenkes. (2024). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*.
- Martani, R. W., Kurniasari, G., Dan Projo Angkasa, M. (2022). Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia : Studi Literature. In *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan (Vol. 13, Number 1)*.
- Maulana, N. (2022). Pencegahan Dan Penanganan Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 4(1), 163–168.
- Mujiadi, dan Rachmah, S. (2022). Buku Ajar Keperawatan Gerontik. In STIKes Majapahit Mojokerto, (Online). (*E-Book Penerbit Stikes Majapahit, Diakses 08 Agustus 2022*).
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prameswari, A., dan Wulandari, R. (2024). Penerapan Senam Ergonomik pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Kapurancak Kabupaten Boyolali. *Calory Journal : Medical Laboratory Journal*, 2(3), 52–63. <https://doi.org/10.57213/caloryjournal.v2i3.357>
- Prima, R., Novandi, A., Yuliani, R., Zahrah, C. H., dan Agustia, R. Z. (2023). 3.+Artikel+Pengabdian+Masyarakat+Tentang+Hipertensi+(Template).
- Rahmadhani, D. Y., Efni, N., Yuliana, Y., dan Yesni, M. (2023). Efektifitas Senam Hipertensi terhadap Tekanan Darah Lansia di Puskesmas Rawat Inap Muaro Kumpoh. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 12(2), 381. <https://doi.org/10.36565/jab.v12i2.684>
- Ridwan, M. (2017). *Mengenal, mencegah, mengatasi silent killer, “HIPERTENSI”*. Hikam Pustaka.
- Sari, Y.N. (2017). *Berdamai dengan Hipertensi*. Jakarta: Bumi Medika.
- Sarwono, J., dan Handayani, T. (2021). *Metode analisis data penelitian menggunakan SPSS*. Yogyakarta: Andi.
- Setiadi, A.P., dan Halim, S.V. (2018). *Penyakit Kardiovaskular*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Siahaan, J. M., Manurung, K., dan Turisna, Y. O. (2023). Hubungan Karakteristik Lanjut Usia Dengan Activity Of Daily Living Di Desa Silantomjulu. *JURNAL ONLINE*

- Suiraoka, I. P., Supariasa, I. D. N., dan Fajar, I. (2019). *Metodologi penelitian kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sukawati, N.K., & Utami, N.W. (2023). Penatalaksanaan Hipertensi Secara Farmakologis Dan Nonfarmakologis.
- Tanu, B. Y., Situmorang, P., Zai, N. S., dan Siregar, D. (2025). *Faktor Risiko Hipertensi Pada Usia Dewasa Di Kabupaten Nias* (Vol. 6, Number 1).
- Tijani, N. (2023). Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi.
- Wahyuni, Majid, Y. A., dan Pujiana, D. (2023). Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Tekanan Darah Lansia Penderita Hipertensi (Vol. 1, Number 1).
- Wati, N. A., Ayubana², S., Purwono³, J., Dharma, A. K., dan Metro, W. (2023). Application Of Slow Deep Breathing To Blood Pressure In Hypertension Patients At Rsud Jend. Ahmad Yani Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(1).
- WHO. (2023). Hypertension Fact Sheet.
- Zatihulwani, E. Z., Melliya Sari, G., Puspita, S., Tinggi, S., dan Kesehatan Husada, I. (2024). Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pada Lansia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 12(1). <http://jurnalstikesintanmartapura.com/index.php/jikis>