

DAFTAR PUSTAKA

- Adelia, P. (2019). *Hubungan Perilaku Merokok Dengan Derajat Hipertensi Di Kelurahan Pandawangi Kota Malang*. Di peroleh 21 Februari 2022.
- Ahwati Siti. (2016). *Pengaruh Latihan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Lanjut Usia Dengan Hipertensi Di Upt Pslu Mojopahit Kabupaten Mojokerto*.
- Aspiani, R.. (2016). *Asuhan Keperawatan Klien Gangguan Kardiovaskuler: Aplikasi NIC & NOC*. Jakarta: EGC.
- Budiarto, Eko. (2012). *Biostatistika untuk Kedokteran dan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Brunner & Suddarth. (2014). *Keperawatan Medikal-Bedah Edisi 12*. Jakarta: EGC.
- Dinkes Kota Tasikmalaya. (2021). *Profil Kesehatan Kota Tasikmalaya*.
- Dariah, E. (2015). *Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Lansia di Posbindu Anyelir Kecamatan Cisarua Kabupaten Bandung Barat*. Jurnal Ilmu Keperawatan. Volume III, No.2, September 2015.
- Dea Amelia. (2019). *Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Akcaya*. Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pontianak.
- Depkes RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Menteri Kesehatan RI.
- Ekarini, dkk. (2019). *Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif terhadap Respon Fisiologis Pasien Hipertensi*. Jurnal Kesehatan, 10(1), 47-52.

- Endang Sri Wahyuni, Wa Ode Diana Harisa. (2021). *Video Based Instructions Upaya Mengatasi Keterbatasan Praktik Personal Hygiene Pada Disabilitas Intelektual*. Jakarta : Penerbit NEM.
- Fitrianti, S. dkk. (2018). *Pemberian Relaksasi Otot Progresif pada Lansia Dengan Hipertensi Essensial di Kota Jambi* Salvita Fitrianti 1 , Miko Eka Putri Program Studi Ilmu Keperawatan Stikes Baiturrahim Jambi 1, 18(2), 368–374.
- Fitrotin, T. Wira Derma. (2018). *Efektivitas Terapi Relaksasi Otot Progresif Dan Senam Lansia Terhadap Kualitas Tidur Lansia Di Panti Werdha Magetan*. Program Studi Keperawatan Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun.
- Hidayat, A.A.. (2014). *Metode Penelitian Keperawatan Dan Teknis Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika
- Huwaida Nina, Ari A, Basyar Edwin. (2017). *Kesesuaian Tipe Tensimeter Air Raksa dan Tensimeter Digital terhadap Pengukuran Tekanan Darah pada Usia Dewasa*. Jurnal Kedokteran. 6(2)
- Herawati, Isnaeni, Azizah. (2016). *Effect of Progressive Muscle Relaxation Exercise to Decrease Blood Pressure with Patient Primary Hypertension*. *International Conference on Health And Well Being*.
- Irianto, K. (2014). *Epidemiologi Penyakit Menular dan Tidak Menular, Panduan Klinis*. Alfabeta. Bandung.
- Kemenkes RI. (2016). *Profil Kesehatan Indonesia*.

Kunstiari. (2019). *Pengaruh Latihan Relaksasi Otot Progressif Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lanjut Usia dengan Hipertensi Di Kelurahan Bunulrejo Malang.*

<http://eprints.umm.ac.id/53084/3/BAB%2011.pdf>.

Maria Theodorin Agnes J Karang , Ahmad Rizal. (2017). *Efektifitas Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi.* Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia Vol (7) No (4).

Maulidina F. (2019). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Luhur 2018.* ARKERMAS (Arsip Kesehatan Masyarakat).

Misbahuddin & Iqbal Hasan. (2014). *Analisis Data Penelitian dengan Statistik Edisi Ke-2.* Jakarta : Bumi Aksara.

Muhim Matun Nafiah. (2018). *Perbedaan Efektivitas Antara Terapi Relaksasi Dan Senam Prolanis Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Gentong Kecamatan Paron Kabupaten Ngawi.* Prodi Keperawatan Stikes Bakti Husada Mulia Madiun.

Mulyati Sri Rahayu, Nur Intan Hayati & Sandra Lantika Asih. (2020). *Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi.* Media Karya Kesehatan Vol (3) No (1).

Nais, R. (2016). *Pembelajaran Memproduksi Teks Ulasan Drama Berdasarkan Nilai Moral dengan Menggunakan Teknik Tote Taking Pairs Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 22 Bandung.* <http://eprints.umm.ac.id/48861/> .

Nasrullah Dede. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik Jilid 1, Dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan NANDA, NIC dan NOC*. Jakarta: CV. Trans Info Media.

Nurmaya Siti (2018). *Pengaruh Dosis Pemberian Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi*. Program Studi S1 Ilmu Keperawatan. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan. Insan Cendekia Medika : Jombang.

Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika

Nursyahidah Annisa. (2016). *Pengaruh Teknik Relaksasi Progresif Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Pra Lansia Penderita Hipertensi Di Rw 24 Kelurahan Pringgokusuman Gedong Tengen Yogyakarta*. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.

Nuryadi, Astuti, T. D., Utami, E. S., & Budiantara, M. (2017). *Buku Ajar Dasar-Dasar Statistik Penelitian*.

Notoatmodjo,S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan. Cetakan Ketiga*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Oktaviarini, E., Hadisaputro, S., Suwondo, A., & Setyawan, H. (2019). *Beberapa Faktor yang Berisiko Terhadap Hipertensi pada Pegawai di Wilayah Perimeter Pelabuhan (Studi Kasus Kontrol di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Semarang)*. Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas, 4(1), 35-44.

- Pentasari Yupi. (2019). *Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Gangguan Tidur Lansia Di Desa Tuntungan Ii Kecamatan Pancur Batu Tahun 2019*. Program Studi Ners Sekolah Ilmu Tinggi Kesehatan Santa Elisabeth Medan
- Permatasari. (2019). *Pengalaman Pasien Hipertensi Dalam Melakukan Olahraga Atau Aktifitas Fisik Secara Rutin Di Wilayah Kecamatan Sukun Kota Malang*. <http://repository.wima.ac.id/51991/45/BAB%20II.pdf>.
- P2PTM, Kemenkes RI. (2018). *Hipertensi The Silent Killer*. <http://p2ptm.kemkes.go.id/imfographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/gejala-hipertensi-2018>.
- Rohandi Baharuddin. (2016). *Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Klien Hipertensi Primer*. JURNAL ILMIAH KESEHATAN IQRA Vol (4) Edisi II.
- Sani Nugraha. (2020). *Pengaruh Latihan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Dalam Program Pengelolaan Penyakit Kronis Di Puskesmas Urug Kota Tasikmalaya*. Fakultas Ilmu Kesehatan Sarjana Keperawatan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya.
- Sucipto. (2014). *Perbedaan Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi Di Desa Karangbendo Banguntapan Bantul Yogyakarta*. Jurnal Keperawatan. Universitas Muhamadiyah Yogyakarta.

- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta, CV.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung : CV Alfabeta.
- Solehati, T. dan Kosasih, E. C. (2015). *Konsep dan Aplikasi Relaksasi dalam Keperawatan Maternitas*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Syamsuni & A. M. Dwi Rantisari. (2021). *Statistika dan Metodologi Penelitian Edisi 2*. Yogyakarta : KMB Indonesia.
- Tirtasari, S., & Kodim, N. (2019). *Prevalensi Dan Karakteristik Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda Di Indonesia*. Tarumanagara Medical Journal, 1(2), 395–402.
- Triyanto, Endang. (2014). *Pelayanan Keperawatan bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Wahyuni. (2019). *Pengaruh Latihan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Low Back Pain Non-Spesifik Pada Lanjut Usia Di Kelurahan Bunulrejo Malang*.
<http://eprints.umm.ac.id/46554/5/BAB%20IV.pdf>
- WHO. (2015). *World Health Statistic Report 2015*. Geneva: World Health Organization.