

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, S., Sari, S. M., & Savita, R. (2017). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Hipertensi Pada Lansia di Atas Umur 65 tahun. *Jurnal Kesehatan Komunitas*. <https://doi.org/10.25311/jkk.vol2.iss4.70>
- Ainurrafiq, A., Risnah, R., & Ulfa Azhar, M. (2019). Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: Systematic Review. *MPPKI (Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia): The Indonesian Journal of Health Promotion*. <https://doi.org/10.31934/mppki.v2i3.806>
- Ananto, D. P. (2017). Pengaruh Massage Teknik Effeurage Terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Desa Kalirejo Kabupaten Purworejo.
- 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*.
- Benson, & Proctor. (2000). *Dasar-dasar respons relaksasi*. Bandung: Kaifa.
- Bhasin, M.K., Denninger, M.D., Huffman, J.C., et al. (2018). Specific Transcriptome Changes Associated with Blood Pressure Reduction in Hypertensive Patients After Relaxation Response Training. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 24(5), 486–504.
- Buana, T., Chloranyta, S., & Dewi, R. (2021). Penerapan Terapi Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pasien Lansia Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 2(1)
- Damanik, S.M. and Hasian (2019) *Modul Bahan Ajar Keperawatan Gerontik*. Jakarta: Universitas Kristen Indonesia.
- Dikriansyah, F. (2018). Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Sukosari Wilayah Kerja Puskesmas Dagangan Kabupaten Madiun.
- Emilia, N. (2018). Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pasien Heart Failure (HF) Di Ruang ICCU RSUD Ulin Banjarmasin. Skripsi, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin. Banjarmasin.
- Febriyanti, F., Yusri, V., & Fridalni, N. (2021). Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Sistole Pada Lansia dengan Hipertensi. *Menara Ilmu*.

- Hastuti, A. P. (2019). Hipertensi. I Made Ratih (Ed : I). Lakeisha.
- Imanda, M., Darliana, D. And Kunci, K. 2021. 'Kepatuhan Minum Obat Pasien Hipertensi Compliance With Drug Hypertension Patients Jim Fkep Volume V No . 1 2021 Pendahuluan Hipertensi Yang Dikenal Sebagai Silent Killer Menjadi Penyebab Kematian Global Yang Menduduki Pe', V(1), Pp. 187– 196.
- Kartika M., Mirsiyanto, E. (2021). Faktor-Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Rawang Kota Sungai Penuh Tahun 2020. J Kesmas Jambi.
- Kemenkes RI. (2017). Hipertensi. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes RI. (2018). Riset Kesehatan Dasar; Riskesdas. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Hari Hipertensi Dunia 2019: Know Your Number, Kendalikan Tekanan Darahmu dengan Cerdik. Diakses tanggal 2 Februari 2024.
- Kemenkes RI. (2020). Hipertensi Si Pembunuh Senyap. <https://pusdatin.kemendes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-hipertensi-si-pembunuh-senyap.pdf>
- Kurnia, A. (2020). Self-Management Hipertensi. CV. Jakad Media Publishing.
- Kurniawan, J., Pratiwi, A. R., Komala, R., & Dewi, A. P. (2021). Hubungan Asupan Lemak, Natrium, dan Serta dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Klinik Aisyah Medical Center (AMC) Pringsewu. Jurnal Gizi Aisyah.
- Laely, N. I., & Wirotomo, T. S. (2022). Penerapan Terapi relaksasi Benson Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di RSUD Batang. The 16 th University Research Colloquium.
- Lameshow, S., Hosmer Jr, D. W., Klar, J., Lwanga, S. K. (1997). Besar Sampel dalam Penelitian Kesehatan. Yogyakarta : Gadjah Mada University Press.
- LeMone, P., Burke, K. M & Bauldoff, G. (2018). Buku Ajar keperawatan Medikal Bedah Edisi 5.alih bahasa: Subekti, B.N. Jakarta: EGC.
- Lita, dkk. (2021). Tekanan Darah dan Musik Suara Alam Mengkaji Pengaruh, Manfaat, dan Peran Musik baik Tekanan Darah. Surabaya: Global Aksara Pers.

- Manuntung Alfeus. (2018). Terapi Perilaku Kognitif Pada Pasien Hipertensi. Malang: Penerbit Wineka Media.
- Margiyanti & Setyajati, A.P. (2023). Penerapan Terapi Relaksasi Benson untuk Menurunkan tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di Keluarga Wilayah Binaan Puskesmas Pegandaan Semarang. Jurnal Keperawatan Sishana. Volume 8 No. 1.
- Mazaya, S. S., Rifkia, V. Chairani, A. Perbandingan Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Intradialis dengan Obat Antihipertensi Amlodipin dan Kaptopril di RS Bhayangkara Tk. I Raden said Sukanto
- Mustika, W., Adyatmika, P. G., Kusumawardani, T., & Duarsa, D. P. (2022). Buku Pedoman Model Asuhan Keperawatan Lansia Bali Eldery Care (BEC).
- Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pardede, J. A., & Tarigan, I. (2020). The Anxiety Level of Mother Presectio Caesar with Benson's Relaxation Therapy. Jendela Nursing Jurnal. <https://doi.org/10.31983/jnj.v4i1.5801>
- Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia (PERHI). Konsensus Penatalaksanaan Hipertensi 2019. Indonesia Social Hipertensi Indonesia. 2019;1–90.
- Pinantih, Istri Agung Dyah Utami.(2019). Gambaran Asuhan Keperawatan Pemberian Terapi Relaksasi Benson untuk Menurunkan Ansietas pada Pasien Hipertensi di Puskesmas I Denpasar Timur.
- Potter.,& Perry. (2017). Buku Ajar Fundamental Keperawatan. Jakarta: EGC.
- Purwitasari, E. (2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Intensitas Nyeri Tusukan Jarum Spinal Anestesi di RSUD Kabupaten Temanggung. Jurusan Keperawatan : Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Purwono, J. et al. (2020). Pola Konsumsi Garam dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia. Jurnal Wacana Kesehatan. Doi : 10.52822/jwk.v5i1.120.
- Putri. (2019). Pengetahuan Lansia dengan Hipertensi dalam Mengikuti Senam Lansia di Posyandu Lanjut Usia.
- Ridwan, Muhammad. (2019). Mengenal, Mencegah, Mengatasi, Silent Killer, "Hipertensi". Romawi Pustaka.
- Riskesdas. (2018). Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan . Republik Indonesia: Kementerian Kesehatan.

- Sari, S. K. E. (2020). Aktifitas Antihipertensi Kombinasi Ekstrak Pegagan (*Centella Asiatica*) dan Rimoang Kunyit pada Model Hewan Hipertensi yang di Induksi L-Name. Universitas Bhakti Kencana.
- Sartika, Oktarina. Kirnantoro. 2017. Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Balai PSTW Unit Budi Luhur Yogyakarta.
- Sastroasmoro S., Ismail S. (2014). Dasar-dasar metodologi penelitian klinis. Jakarta: Sagung Seto
- Simandalahi, T., Sartiwi, W., & Toruan, E. N. A., 2019. Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. Jurnal Endurance : Kajian Ilmiah Problema Kesehatan.
- Sugiyono. 2018. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sunaryo, dkk. (2016). Asuhan Keperawatan Gerontik. Jogjakarta : Andi.
- Triyanto, Endang. 2014. Pelayanan Keperawatan bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Utami, r. S., & Raudatussalamah. (2018). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga dengan Kepatuhan Berobat Penderita Hipertensi di Puskesmas Tualang. Jurnal Psikologi.
- Whelton, P. K., & Carey, R. M. (2017). 2017 Guideline for the Prevention, Detection, Evaluation and Management of High Blood Pressure in Adults 2017 Guideline for the Prevention, Detection, Evaluation, and Management of High Blood Pressure in Adults.
- Widhiyanti., et al. (2022). Pengaruh Massage Lokal Ekstremitas Bawah sebagai Pemulihan Pasif Terhadap Kekuatan Otot Tungkai Atlet Sepakbola di SMP Negeri 3 Sukawati. Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi. Vol. 8 No. 1.
- Widiastuti, N., Sumarni, T., & Dwi Setyaningsih, R. (2021). Gambaran Tingkat Kemandirian Lansia dalam Pemenuhan Aktivitas Of daily Living (ADL) di Rojinhom Thinsaguno Ie Itoman Okinawa Jepang. Jurnal Ilmiah Pamenang. <https://doi.org/10.53599/jip.v3i2.82>
- World Health Organization. (2018). Hypertension. Retrieved from [http://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-\(cvds\)](http://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-(cvds))

- 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>
- Yusri, V., & Fridalni, N. (2021). Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Sistole Pada Lansia Dengan Hipertensi
- Zahroh, C., Ekawati, L., Munjidah, A., Afridah, W., Noventi, I., Winoto, PMP. (2020). Quality of Life pada Lansia. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*