

DAFTAR PUSTAKA

- Aminiyah R, Ariviana IS, Dewi EW, et al. Efektivitas Pemberian Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah pada Lansia di UPT PSTW Jember. *J Keperawatan Florence Nightingale*. 2022;5(2):43-49. doi:10.52774/jkfn.v5i2.106
- Arisandi, Yesi & Mardiah. 2022. Pengaruh senam hipertensi terhadap penurunan tekanan darah pada lansia. *Jurnal Aisyiah medika*. 7(1), 349-355.\
- Arisandy, Suherwin, Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif Pada Hipertensi Dalam Menurunkan Nyeri Akut. 2024;16(1):268-278.
- Armina, Efektivitas terapi relaksasi otot progresif dalam menurunkan hipertensi pada lansia. 2019;8(1):58-65.
- Arvella Fatharani, 2023. Karya Tulis Ilmiah. Universitas Thamrin Jakarta.
- Ballsy C.A. (2021). Dasar-dasar Dokumentasi Keperawatan (A. Karim (ed); Cetakan 1). Yayasan Kita Menulis.
- Erfiana, E., & Silvitasari, I. 2023. Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kualitas Tidur Lansia Di Posyandu Medang Kamolan Kelurahan Banyuanyar Kota Surakarta. *Jurnal Mahasiswa Ilmu Kesehatan*, 1(4).
- Febrian Gimnastiar, Madyo Maryoto Wek. Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Sumbang 1 Kabupaten Banyumas. *J Kesehat Unggul Gemilang*. 2024;8(9):101-109.
- Ferdisa, R. J., & Ernawati, E. (2021). *Penurunan Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi Menggunakan Terapi Relaksasi Otot Progresif*.
- Hastuti, A. P. 2019. *Hipertensi*. Penerbit Lakeisha.
- Hendar H, Safariyah E, Mulyadi E. Pengaruh tehnik relaksasi otot progresif terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Kelurahan Gedong Panjang Wilayah Kerja Puskesmas Gedong Panjang Kota Sukabumi. *J Public Heal Innov*. 2023;4(1):149-157. doi:10.34305/jphi.v4i01.895
- Herdman, T. Heather & Kamitsuru, S. (2018 2020). *NANDA-I Diagnosis Keperawatan : Definisi dan Klasifikasi*. Jakarta: EGC.
- I Made Sudarma Adiputra, (2021). *Metode Penelitian Kesehatan*. Yayasan Kita Menulis.
- Kelvin A, 2022. Asuhan Keperawatan Gangguan Kebutuhan Istirahat & Tidur Pada Pasien Hipertensi Di Ruang E 5 Rsud. A Dadi Tjockrodipobandar Lampung.

- Kemenkes RI. 2018. *Klasifikasi Hipertensi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- Kementerian Kesehatan RI, 2019. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*, Jakarta, Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes, 2020. *Lansia di Indonesia Situasi Lanjut Usia*. Kebijakan Kesehatan Indonesia 2020.
- Kemenkes. 2024. Terapi Relaksasi Otot Progresif. <https://kms.kemkes.go.id/pengetahuan/detail/66bd664343b4b45607502b7c>
- Maharani D, Astuti AM. Pengaruh terapi relaksasi otot progresif terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di desa ngrombo kecamatan baki. *J Kesehat TAMBUSAI*. 2024;5(September):6535-6542.
- Mardiana. (2023). Bab 8 Pengkajian Dalam Keperawatan Home Care. *Home Care Nursing*, 118.
- Marliani, L & Tantan, H. 2019. *100 Question & Answer Hipertensi*, Jakarta: PT Flex Media Kompuntindo Kelompok Gramedia.
- Mubarakah, H., & Panma, Y. (2023). Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif pada Asuhan Keperawatan Pasien dengan Hipertensi. *Bulletin Kesehatan*, 7(1).
- Musakkar, & Djafar T. 2020. *Promosi Kesehatan: Penyebab Terjadinya Hipertensi* (1 St Ed.) Cv. Pena Persada.
- Nengke Puspita Sari, M. S. (2022). *Pengaruh Risiko Perfusi Serebral Tidak Efektif Terhadap Pemberian Relaksasi Otot Progresif Pada Pasien Hipertensi Di Rshd Kota Bengkulu*. 10(2), 31–39.
- Ninda Rofifah. (2019). Implementasi Keperawatan Pada Perawat Di Puskesmas Pembantu Rongga Wilayah Gunung Halu Kabupaten Bandung Barat : Studi Kasus. 7.
- Ns. Mersi Ekaputri, dkk. *Proses Keperawatan: Konsep, Implementasi, Dan Evaluasi*.; 2024.
- Nurarif. A. H. & Kusuma H. (2015). Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis & NANDA NIC-NOC. Jogjakarta: MediAction.
- Nurisalasa. (2018). *Pengkajian Konsep Diri*. 4.
- Nursalam (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis*. salemba medika.
- Puspita Dewi, U. H. (2021). *Studi Kasus : Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Nyeri Kepala Pada Penderita Hipertensi Kelurahan Meteseh Kecamatan Tembalang Puspita*
- Putra Agina Widyaswara Suwaryo* MESU. STUDI KASUS: EFEKTIFITAS

KOMPRES HANGAT DALAM PENURUNAN SKALA NYERI PASIEN HIPERTENSI Putra. 2018;5(2):67-74.

Rahma Hidayati. (2019). *Teknik Pemeriksaan Fisik* (Dhilky Wandana (ed); Cetakan Pe). CV. Jakad Publishing.

Safira Riesa Yuzran Ar. Efektivitas Terapi Relaksasi Otot Progresif Dan Terapi Autogenik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Remaja Penderita Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Mangunjaya Tambun Selatan Safira. *Mahesa Malahayati Heal Student J.* 2025;5:208-220.

Sembiring, A. F. Hubungan Segmentasi Demografi Dengan Caring Behaviour Perawat Dalam Praktek Keperawatan Di Ruangan Internis Rsud Dr. Pirngadi Medan Tahun 2019.

Tasalim, Putri & Masdayani. 2021. Pencegahan Hipertensi.

Tata A, Mehhta D, Nurrohmah A, et al. Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Lansia di Desa Karanglo. 2019;01(03):125-132.

Theodorin M, Karang AJ, Rizal A. Efektifitas Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *J Ilm Ilmu Keperawatan Indones.* 2017;014.

Tim Pokja SDKI DPP PPNI (2017) Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia. Edisi 1 cetakan III. Jakarta Selatan: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.

Tim Pokja SIKI DPP PPNI (2018) Standar Intervensi Keperawatan Indonesia. Edisi 1 cetakan II. Jakarta Selatan: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.

Utaminingrum, W., Pranitasari, R., & Kusuma, A. M. (2017). Pengaruh home care apoteker terhadap kepatuhan pasien hipertensi. *Jurnal Farmasi Klinik Indonesia*, 6(4), 240-246.

Wiwit Sugiarti, Rista Islamarida, E. U. D. 2023. Kejadian Hipertensi Ditinjau Dari Gaya Hidup Lansia Di Condongcatur Sleman Yogyakarta. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(7), 3119–3132.

Yuniati, I., & Irma Mustika Sari. 2022. Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Journal Of Midwifery And Health Sciences*, 2, 72–82.