

## DAFTAR PUSTAKA

- Adisty, Pipit. (2023) *Penerapan Terapi Relaksasi Nafas Dalam Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pleret*. Yogyakarta: Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
- Aini, A. (2023). *Relaksasi: Definisi, Manfaat, dan Macam-Macam Tekniknya*. Diakses pada 2 Mei 2024 dari <https://glints.com/id/lowongan/relaksasi-adalah/>
- Ainun, K. K., & Leini, S. (2021). *Terapi Foot Massage Untuk Menurunkan Dan Menstabilkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi*. Diakses pada 23 November 2023 dari <https://jurnal.unigal.ac.id/abdimasgaluh/article/view/5902/4192>
- Akhmad.com. (2023). *Mudah Membuat Latar Belakang Penelitian Kualitatif dengan Pola Piramida Terbalik*. Diakses pada 07 Oktober 2023 dari <https://www.marisscience.com/2020/11/mudah-membuat-latar-belakang-penelitian-kualitatif.html>
- Alodokter. (2020). *Nilai Tekanan Darah Normal pada Lansia dan Cara Menjaganya agar Stabil*. Diakses pada 24 Oktober 2023 dari <https://www.alodokter.com/nilai-tekanan-darah-normal-pada-lansia-dan-cara-menjaganya-agar-stabil>
- Alodokter. (2021). *5 Cara Refleksi Kaki Berdasarkan Manfaatnya bagi Tubuh*. Diakses pada 06 Oktober 2023 dari <https://www.alodokter.com/yuk-belajar-melakukan-refleksi-kaki-sendiri-di-rumah>
- Andarmoyo, S. (2013). *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. (R. KR, Ed.). Jogjakarta : Ar-Ruzz Media
- BPSPJ. (2022). *Lansia yang Berdaya, Lansia yang Merdeka*. Diakses pada 05 November 2023 dari <https://jambi.bps.go.id/news/2022/08/25/275/lansia-yang-berdaya--lansia-yang-merdeka.html>
- Cahyani & Nindya. (2020). *Asuhan Keperawatan Pada Klien Ny. C Dengan Diagnosa Medis Hipertensi di Ruang Tulip Rumah Sakit TK III Brawijaya Surabaya*. *Jurnal Keperawatan*.40-45. <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/13188/8/References.pdf>
- Cai, Deng., Chen, Ching & Lo, Ting. (2023). *Pijat Refleksi Kaki: Tren dan Prospek Penelitian Terkini*. Diakses pada 01 Desember 2023 dari [10.3390/healthcare11010009](https://doi.org/10.3390/healthcare11010009)

- Dewi, Indriani Kumala., Sumara, Retno., Wibowo, Nugroho Ari & Saputra, Suyatno Hadi. (2022). *Upaya Pengelolaan Hipertensi Dengan Penerapan Terapi Pijat Kaki Di Wilayah Puskesmas Tambak Rejo Surabaya*. Diakses pada tanggal 06 November 2023 dari <https://repository.um-surabaya.ac.id/6597/1/Manuskrip%20Tx%20Pijat%20Kaki%20RS-NA.pdf>
- Dhini, Vika Azkiya. (2022). *Riwayat Penyakit Kronis yang Dimiliki Lansia Indonesia (Mei 2022)*. Diakses pada 5 Oktober 2023 dari <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/05/30/ini-penyakit-kronis-yang-banyak-diderita-lansia-indonesia>
- Halodoc. (2020). *Ini Alasan Lansia Rentan Alami Hipertensi*. Diakses pada 14 Oktober 2023 dari <https://www.halodoc.com/artikel/ini-alasan-lansia-rentan-alami-hipertensi>
- Halodoc. (2022). *Hipertensi*. Diakses pada 03 November 2023 dari <https://www.halodoc.com/kesehatan/hipertensi>
- Hastuti, Apriyani Puji. (2022). *Hipertensi*. Jawa Tengah : Penerbit Lakeisha.
- Iqbal, F. I., Handayani, S. (2022). Terapi Non Farmakologi pada Hipertensi. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS) Vol. 6, No. 1 April 2022*. Diakses pada 2 Mei 2024 dari <file:///C:/Users/Administrator/Downloads/2113-6133-1-PB.pdf>
- Kemenkes. (2019). *Apa Komplikasi Berbahaya Dari Hipertensi?*. Diakses pada 04 November 2023 pada <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/page/5/apa-komplikasi-berbahaya-dari-hipertensi>
- Kemenkes. (2020). *Apa Saja Faktor Resiko Yang Menyebabkan Hipertensi?*. Diakses pada 04 November 2023 dari <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic/apa-saja-faktor-risiko-yang-menyebabkan-hipertensi>
- Kemenkes. (2021). *Mengenal Penyakit Hipertensi*. Diakses pada 29 Oktober 2023, dari <https://upk.kemkes.go.id/new/mengenal-penyakit-hipertensi>
- Kemenkes. (2022). *Hipertensi, Penyakit Jantung dan Pembuluh Darah*. Diakses pada 10 Oktober 2023 dari <https://p2ptm.kemkes.go.id/informasi-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah#>
- Kemenkes. (2022). *Teknik Relaksasi*. Diakses pada 01 November 2023 dari [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/1054/teknik-relaksasi-nafas-dalam](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1054/teknik-relaksasi-nafas-dalam)

- Kemenkes. (2016). Diakses pada 5 Oktober 2023 dari <https://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/2016/10/Tekanan-Darah-Tinggi-Hipertensi.pdf>
- Kompas. (2022). *Klasifikasi Hipertensi menurut JNC, AHA, dan WHO*. Diakses pada 29 Oktober 2023 dari <https://health.kompas.com/read/22K23151500568/klasifikasi-hipertensi-menurut-jnc-aha-dan-who>
- Kurtubi, Dodi Ahmad. (2022). *Lanjut Usia (Lansia) Sehat Indonesia Kuat*. Diakses pada 5 Oktober 2023 dari [https://dinsos.riau.go.id/web/index.php?option=com\\_content&view=article&id=738:lanjut-usia-lansia-sehat-indonesia-kuat&catid=17:rpjmd&Itemid=117](https://dinsos.riau.go.id/web/index.php?option=com_content&view=article&id=738:lanjut-usia-lansia-sehat-indonesia-kuat&catid=17:rpjmd&Itemid=117)
- Lestari, E. P (2022). *Studi Kasus: Penerapan Intervensi Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi di Ruang Angsana RSUD Pakuhaji*. Diakses pada 5 Oktober 2023 dari [file:///C:/Users/Administrator/Downloads/44f7fdf4e2c3943ad1a51e911a848371%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Administrator/Downloads/44f7fdf4e2c3943ad1a51e911a848371%20(1).pdf)
- Lutvitaningsih, I., Maryoto, M., Apriliyani, I. (2021). *Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Kaki terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi, 412-416*. Diakses pada 25 Oktober 2023, dari Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (SNPPKM). <https://prosiding.uhb.ac.id/index.php/SNPPKM/article/view/863>
- Makarim, F. R. (2023). *7 Titik Refleksi Kaki dan Manfaatnya bagi Tubuh*. Diakses pada 15 Mei 2024 dari <https://www.halodoc.com/artikel/7-titik-refleksi-kaki-dan-manfaatnya-bagi-tubuh>
- Muhari, Haidir. (2020). *Empat Titik Pijat Refleksi di Kaki*. Diakses pada tanggal 06 November 2023 dari <https://telisik.id/news/empat-titik-pijat-refleksi-di-kaki>
- Mujiastuti. (2021). Edukasi Skrining Gizi Lansia untuk Kader Posyandu Lansia RW 011 Kelurahan Penggilingan. *Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 383-390. <https://doi.org/10.31004/cdj.v2i2.1609>
- Nugroho, Wahjudi. (2008). *Edisi 3 Keperawatan Gerontik dan Geriantrik*. Perpustakaan Nasional: Katalog Dalam Terbitan (KDT). Jakarta: EGC, 2008

- Nurrahmani, Ulfah. (2021). *Stop! Hipertensi*. Yogyakarta: Familia (Grup Relasi Inti Media)
- Padila. (2019). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Purba, E. P., Veronika, A., Ambarita., Bernadetta., Sinaga, D. (2022). Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Activity Daily Living (ADL) di Panti Pemenang Jiwa. *Healthcaring: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 1(1), 27-35. doi.org/healthcaring.v1n1.1320
- Sari, P., Budiman, L., Arief (2021). *Gambaran Terapi Non Farmakologi Untuk Menurunkan Hipertensi pada Lansia : Literature Review*. Diakses pada tanggal 01 November 2023 dari <https://dspace.umkt.ac.id/handle/463.2017/2092>
- Putri, M., Ludiana., Ayubbana, S. (2022). Penerapan Pemberian Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Yosomulyo Kota Metro Tahun 2021. *Jurnal Cendikia Muda* Volume 2, Nomor 2, Juni 2022 ISSN : 2807-3469. <https://www.jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/343>
- Sarah, M., & Sembiring, E. (2021). Efektivitas Hendrich Fall Scale (HFS) dan Morse Fall Scale (MFS) dengan Penilaian Risiko Jatuh pada Lansia. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 21-27. 10.34008/jurhesti.v6i1.226
- Sari, Mareta Kumala., Noorratri, Erika Dewi & Purnamawati, Fitria. (2023). Penerapan Terapi Pijat Refleksi Untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di RSUD dr. Soeratno Gemolong. *INSOLOGI: Jurnal Sains dan Teknologi* Vol. 2 No. 4 (Agustus 2023): 754-762. <https://doi.org/10.55123/insologi.v2i4.2451>
- Sulaiman, M. A., & Margiyati. (2019). Pengaruh Pijat Refleksi Kaki Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Rowosari Semarang. *JURNAL SISTHANA* Vol 4 No. 1 (Maret 2019): 7-12. <https://jurnal.stikeskesdam4dip.ac.id/index.php/SISTHANA/article/view/46>
- Tambunan, Fauziah Fitri., Nurmayni., Rahayu, Putri Rapiq., Sari, Pidiya & Sari, Suci Indah. (2021). *Hipertensi Si Pembunuh Senyap*. Medan: Pusdikra Mitra Jaya. Tersedia dari <http://repository.uinsu.ac.id/13523/1/BUKU%20SAKU%20HIPERTENSI%20%28PBL%202021%29.pdf>

Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (Cetakan III)*. Jakarta Selatan : Dewan Pengurus Pusat

Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (Cetakan II)*. Jakarta Selatan : Dewan Pengurus Pusat

Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2019). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia (Cetakan II)*. Jakarta Selatan : Dewan Pengurus Pusat