

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya, R., & Khoiriyah, K. (2021). Aplikasi Terapi Pijat Refleksi Kaki terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. *Holistic Nursing Care Approach*, 1(1), Article 1.
- Akbar, F., Darmiati, D., Arfan, F., & Putri, A. A. Z. (2021). Pelatihan dan Pendampingan Kader Posyandu Lansia di Kecamatan Wonomulyo. *Jurnal Abdidas*, 2(2), Article 2. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v2i2.282>
- Akbar, T., Suhat, & Margaretta, A. (2022). Hubungan Jenis Kelamin dan Riwayat Keluarga dengan Kejadian Hipertensi Pada Pra Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Leuwigajah 2021. *Jurnal Kesehatan Kartika*, 17(1), Article 1. <https://doi.org/10.26874/jkkes.v17i1.219>
- Amalia, S. K. M., Ludiana, L., & Dewi, T. K. (2025). Implementasi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Cendikia Muda*, 5(2), Article 2.
- Asmarani, F. L., Sucipto, A., & Indrianingsih. (2023). Kombinasi Terapi Relaksasi Otot Progresif dan Genggam Jari Menurunkan Nyeri Sendi pada Lansia. *Health Care: Jurnal Kesehatan*, 12(1), Article 1. <https://doi.org/10.36763/healthcare.v12i1.311>
- Atmanegara, S. P. W., Suhita, B. M., Nurdina, Suprpto, S. I., & Nurwijayanti. (2021). Relaksasi Progresif Terhadap Perubahan Tekanan Darah dan Kualitas Tidur pada Lansia Penderita Hipertensi. *Strada Press*. <https://stradapress.org/index.php/ebook/catalog/view/31/29/115-1>
- Bukoting, F., Lasanuddin, H. V., & Ilham, R. (2025). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Tangan Terhadap Nyeri Pada Lanjut Usia Dengan Hipertensi. *The Shine Cahaya Dunia Ners*, 10(01), Article 01. <https://doi.org/10.35720/tscnrs.v10i01.621>
- Darmadi, M. N. F., Hafid, M. A., Patima, P., & Risnah, R. (2020). Efektivitas Imajinasi Terbimbing (Guided Imagery) Terhadap Penurunan Nyeri Pasien Post Operasi: A Literatur Review. *Alauddin Scientific Journal of Nursing*, 1(1), Article 1. <https://doi.org/10.24252/asjn.v1i1.16615>
- Fudori, A., Innayati, A., & Immawati, I. (2021). Penerapan Relaksasi Otot Progresif untuk Mengatasi Masalah Keperawatan Nyeri Akut pada Pasien Cephalgia di Kota Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 1(4), Article 4.
- Hanif, A. A. M., Shamim, A. A., Hossain, M. M., Hasan, M., Khan, M. S. A., Hossaine, M., Ullah, M. A., Sarker, S. K., Rahman, S. M. M., Mitra, D. K., & Mridha, M. K. (2021). Gender-specific prevalence and associated factors of hypertension among elderly Bangladeshi people: Findings from

- a nationally representative cross-sectional survey. *BMJ Open*, 11(1), e038326. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-038326>
- Hariawan, H., & Tatisina, C. M. (2020). Pelaksanaan Pemberdayaan Keluarga dan Senam Hipertensi Sebagai Upaya Manajemen Diri Penderita Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*, 1(2), Article 2. <https://doi.org/10.32807/jpms.v1i2.478>
- Ilham, M., Armina, A., & Kadri, H. (2019). Efektivitas Terapi Relaksasi Otot Progresif Dalam Menurunkan Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 8(1), 58–65. <https://doi.org/10.36565/jab.v8i1.103>
- Isnaini, A. D., Susilowati, T., & Purnamawati, F. (2023). Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di RSUD dr. Soeratno Gemolong. *Termometer: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(4), 109–120. <https://doi.org/10.55606/termometer.v1i4.2400>
- Izdihar, A. S., Sudarsih, S., & Merbawani, R. (2022). *Asuhan Keperawatan Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut di Ruang Flamboyan Rumah Sakit Anwar Medika* [Thesis, Perpustakaan Universitas Bina Sehat Ppni Mojokerto]. <https://repository.stikes-ppni.ac.id/handle/123456789/1105>
- KEPPKN. (2021). *Pedoman dan Standar Etik Penelitian dan Pengembangan Kesehatan nasional*. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Koerniawan, D., Daeli, N. E., & Srimiyati, S. (2020). Aplikasi Standar Proses Keperawatan: Diagnosis, Outcome, dan Intervensi pada Asuhan Keperawatan. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(2), 739–751. <https://doi.org/10.31539/jks.v3i2.1198>
- Lansia Berdaya, Bangsa Sejahtera*. (2022, May 29). <https://kemkes.go.id/id/lansia-berdaya-bangsa-sejahtera>
- Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D / Sugiyono | Perpustakaan Universitas Bina Darma*. (n.d.). Retrieved April 28, 2025, from <https://perpustakaan.binadarma.ac.id/opac/detail-opac?id=24>
- Ngurah, G. (2020). Gambaran Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Gangguan Kebutuhan Rasa Nyaman Nyeri. *Jurnal Gema Keperawatan*, 13(1), 35–42. <https://doi.org/10.33992/jgk.v13i1.1181>
- Nofia, V. R., Idaman, M., Herlina, A., & Idelni, I. (2022). Pengaruh Latihan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Siulak Mukai Kabupaten Kerinci. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, 13(1), Article 1. <https://doi.org/10.30633/jkms.v13i1.1406>

- Nurhayati, U. A., Ariyanto, A., & Syafriakhwan, F. (2023). Hubungan usia dan jenis kelamin terhadap kejadian hipertensi. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*, 1, 363–369.
- PPNI, T. P. S. D. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik*. Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- PPNI; T. P. S. D. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan, Edisi 1 Cetakan II* (Jakarta). TIM Pokja SIKI DPP PPNI. [//perpus.stikepppnijabar.ac.id%2Findex.php%3Fp%3Dshow_detail%26id%3D4013](http://perpus.stikepppnijabar.ac.id%2Findex.php%3Fp%3Dshow_detail%26id%3D4013)
- Profil Kesehatan*. (n.d.). Retrieved April 24, 2025, from <https://kemkes.go.id/id/category-download/profil-kesehatan>
- Rina, D., Fitria, N., & Hendrawati, H. (2021). Literature Review Hubungan Antara Tipe Kepribadian dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)*, 7(1), Article 1. <https://doi.org/10.33755/jkk.v7i1.187>
- SAYEKTI, S. (2020). *Asuhan Keperawatan Keluarga pada Tn. R dengan Salah Satu Anggota Keluarga Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Banguntapan I Bantul* [Diploma, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta]. <http://poltekkesjogja.ac.id>
- Standar diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik / Tim Pokja SDKI DPP PPNI | Perpustakaan Polkesmas*. (n.d.). Retrieved April 28, 2025, from <https://perpus.poltekkes-mks.ac.id/opac/detail-opac?id=3861>
- Wijaya, E., & Nurhidayati, T. (2020). Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Dalam Menurunkan Skala Nyeri Sendi Lansia. *Ners Muda*, 1(2), Article 2. <https://doi.org/10.26714/nm.v1i2.5643>
- Yulendasari, R., Prasetyo, R., & Ayu, S. P. (2022). Penyuluhan kesehatan tentang manajemen nyeri. *JOURNAL OF Public Health Concerns*, 2(1), Article 1. <https://doi.org/10.56922/phc.v2i1.173>
- Zainuddin, R. N., & Labdullah, P. (2020). Efektivitas Isometric Handgrip Exercise dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 615–624. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i2.364>