

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurakhman, R. N., Hidayat, A., Taswidi, D., & Romadoni, A. (2022). Effect of Hypertension Exercise on Blood Pressure on Blood Pressure in the ederly. *World Journal of Advanced Research and Reviews*, 13(3), hlm 491-495.
- American College of Cardiology. (2024). *2023 ESH Hypertension Guideline Update : Bringing Us Closer Together Across The Pond*. Diakses dari <https://www.acc.org/Latest-in-Cardiology/Articles/2024/02/05/11/43/2023-ESH-Hypertension-Guideline-Update>.
- Andrianti, S., & Ikhsan. (2021). Pengaruh Program Brisk Walking Exercise Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 15(2), hlm 230-238.
- Astuti, A. D., Basuki, H. O., & Priyanto, S. (2024). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Jakarta:PT Nuansa Fajar Cemerlang.
- Azhar, H. F., Aknuranda, I., Pinandito, A. (2025). Analisis Pengalaman Pengguna Aplikasi “Strava: Run, Bike, Ride” terhadap Pendorong Perilaku Berolahraga dalam Upaya Penerapan Gaya Hidup Sehat. *Jurnal Pengembangan Teknologi Informasi dan Ilmu Komputer*, 9(7), hlm 1-7.
- Diartin, S. A., Zulfitri, R., & Erwin (2021). Gambaran Interaksi SOSial Lansia Berdasarkan Klasifikasi Hipertensi Pada Lansia di Masyarakat. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan Indonesia*, 1(3), hlm 126-137.
- Dinas Kesehatan DIY. (2022). *Profil Kesehatan D. I. Yogyakarta Tahun 2021*. Dinas Kesehatan D. I. Yogyakarta.
- Ekasari, M. F., Suryati, E. S., Badriah, S., Narendra, S, R., & Amini, F. I. (2021). *Hipertensi : Kenali Penyebab, Tanda, Gejala dan Penanganannya*. Jakarta: Poltekkes Jakarta III Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Hasnawi, & Nahidloh. (2021). Pengaruh Teknik Brisk Walking Exercise Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Sambirejo Kab. Rejang Lebong.
- Hermansyah, H., & Halalah, A. R. (2022). Efektivitas Brisk Walking Exercise Therapy terhadap Penurunan Tekanan Darah lansia dengan Riwayat Hipertensi di Wilayah Kecamatan Kadugede Tahun 2022. *Journal of Nursing Practice and Education*, 3(1), hlm 101-107.
- Ilmiyah, F., Dwipayanti, P. I., & Siswantoro, E. (2022). Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Menggunakan Intervensi konsumsi Jus Wortel

- (Daucus Carota L). *Pengembangan Ilmu dan Praktik Kesehatan*, 1(2), hlm 10-18.
- Iqbal, M. F., & Handayani, S. (2022). Terapi Non Farmakologi pada Hipertensi. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 6(1), hlm 41-51.
- Irman, I., Mataputun, D. R., & Tamrin. (2024). Analisis Penerapan Intervensi Latihan Berjalan Cepat dalam Menurunkan Hipertensi pada Lansia : Systematic Review. *Mahesa: Malahayati Health Student Journal*, 4(10), hlm 4366-4390.
- Julistyanissa, D., & Chanif, C. (2022). Penerapan Brisk Walking Exercise terhadap Perubahan Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Ners Muda*, 3(3), hlm 1-11.
- Kemenkes. (2023). *Berhaji dan Lansia*. Diakses dari <https://ayosehat.kemkes.go.id/berhaji-dan-lansia>
- Kemenkes. (2024). *Lansia 60+ Tahun*. Diakses dari <https://ayosehat.kemkes.go.id/kategori-usia/lansia>
- Kholis, A. H., Rochman, M. I., & Kurdi, F. (2025). *Jalan Cepat Untuk Gaya Hidup Aktif dan Sehat Agar Faktor Risiko Penyakit Kronis Tidak Meningkat*. Jakarta Barat: Nuansa Fajar Cemerlang.
- Lamangida, S. Y., Masi, G. N. M., & Renteng, S. (2024). Gambaran Faktor Resiko Terjadinya Hipertensi Di Wilayah Kota Gorontalo. *Jurnal Keperawatan*, 12(2), hlm 171-178.
- Lestari, N. K. Y., & Saraswati, N. L. G. I. (2024). Pengaruh Brisk Walking Exercise Terhadap Daya Tahan Kardiorespirasi Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Gema Keperawatan*, 17(2), hlm 47-61.
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023). Hipertensi. *Jurnal Pengembangan Ilmu dan Praktik Kesehatan*, 2(2), hlm 100-117.
- Masadah, M., Wiantari, D., & Sulaeman, R. (2021). Pengaruh Brisk Walking Exercise Terhadap Perubahan Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)*, 3(2), hlm 73.
- Mujiadi, S. R. (2022). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Stikes Majapahit Mojokerto.
- Muslim, D, N, A., Anri., & Suprpti, T. (2023). Pengaruh Brisk Walking Exercise terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi. *MHC Journal of Mental Health Concerns*, 2(1), hlm 29-36.

- Muwarni, A., Sari, F., & Julia, J. (2023). Pendidikan Kesehatan Hipertensi dan Cek Kesehatan di Dusun Tambalan, pleret, Bantul, Yogyakarta. *Journal of Philantrop*, 1(1), hlm 1-5.
- Prastika, Y. D., & Siyam, N. (2021). Faktor Risiko Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition (IJPHN)*, 1(3), hlm 40-49.
- Prastowo, D. (2025, 11 Maret). Brisk Walking Exercise untuk Mencegah Neuropati Diabetik Pada Remaja. Kemenkes Corporate University. Diakses pada tanggal 11 Desember 2025, dari <https://kms.kemkes.go.id/pengetahuan/detail/67cfe3c93854e53bdd33869b>
- Prihatini, K., & Rahmawati, A. (2021). Penerapan Terapi Relaksasi Autogenic Terhadap Penurunan Insomnia Pada Pasien Hipertensi Di Kota Semarang. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 1(3), hlm 45-54.
- Purtiantini. (2023). *Kebutuhan Gizi pada Lansia*. Diakses dari https://keslan.kemkes.go.id/view_artikel/2354/kebutuhan-gizi-pada-lansia
- Purwanto, E., & Rajab, M. A. (2023). Efek Brisk Walking Exercise Terhadap Pasien Hipertensi. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 14, 19-25.
- Puspitasari, H., & Kustriyani, M. (2025). Penerapan Brisk Walking Exercise untuk Mengatasi Resiko Penurunan Curah Jantung pada Pasien Hipertensi. *Quantum Wellness: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(3), hlm 11-27.
- Rahmatillah, D. L., Prayogi, K. H., Giri, I. M. D. S., & Krismawati, N. K. P. (2022). Cara Menyadari Mengenali dan Mengatasi Hipertensi. *Kami Mengabdi*, 1(2), hlm 1-7.
- Riama, A., Erwinsyah., & Andini, F. (2024). Brisk Walking Exercise Terhadap Penuruan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Ilmu-Ilmu Kesehatan*, 10(2), hlm 1-7.
- Riyada, F., *et. al.* (2024). Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Resiko Hipertensi Pada Lansia. *Scientific Journal*. 3(1), hlm 27-47.
- Riyada, F., Fauziah, S. A., Liana, N., & Hasni, D. (2024). Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Resiko Hipertensi pada Lansia. *Scientific Journal*, 3(1), hlm 27-47.
- Rosita., & Rabiah. (2024). Edukasi Kesehatan Tentang Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Batua Kota Makassar. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 7(4), hlm 1547-1555.
- Sari, M., & Sari, N. P. (2022). Implementasi Brisk Walking Exercise Terhadap Penurunan Tekanan Darah dan Nyeri Kronis Pasien Hipertensi

Implementation of Brisk Walking Exercise on Lowering Blood Pressure and Chronic Pain in Hypertension Patients. *Jurnal Riset Media Keperawatan*, 5(2), hlm 84-88.

Sari, M., & Sari, N. P. (2022). Implementasi Brisk Walking Exercise Terhadap Penurunan Tekanan Darah dan Nyeri Kronis Pasien Hipertensi. *Jurnal Riset Media Keperawatan*, 5(2), hlm 84-88

Tangdiombo, W., Mikawati., & Malik, M. (2024). Pengaruh Brisk Walking exercise Terhadap Perubahan Tekanan Darah dan Heart Rate Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Samata Kabupaten Gowa. *Journal of Bionursing*, 6(2), hlm 152-164.

Vemu, P. L., Yang, E., & Ebinger, J. (2024). *2023 ESH hypertension Guideline Update : Bringing Us Closer Together Across the Pond*. Diakses dari <https://www.acc.org/Latest-in-Cardiology/Articles/2024/02/05/11/43/2023-ESH-Hypertension-Guideline-Update>

Verma, N., Rastogi, S., Chia, Y., Siddique, S., Turana, Y., Cheng, H., Sogunuru, G. P., Tay, J. C., Teo, B. W., Wang, T., Tsoi, K. K. F., & kaario, K. (2021). Non-Pharmacological Management of Hypertension. *The Journal of Clinical Hypertension*, 23(7), hlm 1-9.

WHO. (2025). *Hipertensi*. Diakses dari <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>

Widodo, K. W., & Prajayanti, E. D. (2025). Pengaruh Brisk Walking Exercise terhadap Nilai Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di Posyandu Nusa Indah Kabupaten Sukoharjo. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan Indonesia (JIKKI)*, 5(3), hlm 279-287.

Wulandari, S. R., Winarsih, W., & Istichomah. I. (2023). Peningkatan Derajat Kesehatan Lansia Melalui Penyuluhan Dan Pemeriksaan Kesehatan Lansia Di Dusun Mrisi Yogyakarta. *Pengabdian Masyarakat Cendekia*, 2(2), hlm 58-61.

Yulistanti, Y., Anggraini, Y., Pranatha, A., Kurwiyah, N., Karyatin., Maria, D., Sudarta, I. M., Utami, R. A., Ninuk, D. P., Tendean, A. F., & Riska, A. N (2023). *Keperawatan Gerontik*. Medan:Yayasan Kita Menulis.