

DAFTAR PUSTAKA

- Adrian, S.J. (2019) 'Hipertensi esensial: diagnosis dan tatalaksana terbaru pada dewasa', *Cermin Dunia Kedokteran*, 46(3), pp. 172–178.
- Andari, F.N. *et al.* (2020) 'Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Senam Ergonomis', *Journal of Telenursing (JOTING)*, 2(1), pp. 81–90. doi:10.31539/joting.v2i1.859.
- Asri, I.P. *et al.* (2022) 'Analisis Faktor Risiko Kejadian Hipertensi di Wilayah Kota Depok', *Journal of Public Health Education*, 1(3), pp. 170–184. doi:10.53801/jphe.v1i3.51.
- Biahimo, I, N.U. and Mulyono, S. (2020) 'Perubahan Tekanan Darah Lansia Hipertensi Melalui Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat', *Jurnal Ilmiah Umum dan Kesehatan Aisyiyah*, 5(1), pp. 9–16. Available at: <https://journal.polita.ac.id/index.php/jakiyah/article/view/3>.
- Brouwers, S. *et al.* (2021) 'Arterial hypertension', *The Lancet*, 398(10296), pp. 249–261. doi:10.1016/S0140-6736(21)00221-X.
- Dewi, N.L.P.J.P., Sutajaya, I.M. and Dewi, N.P.S.R. (2019) 'Senam Ergonomik Menurunkan Keluhan Muskuloskeletal Dan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Marapati Buleleng', *Jurnal Pendidikan Biologi Undiksha*, 6(3), pp. 103–111. Available at: <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJPB/index%0ASENAM>.
- Dinkes (2019) 'Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur 2019.', *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur 2019*.
- Edi Junaedi, S.P.M. *et al.* (2013) *Hipertensi Kandas Berkat Herbal*. FMedia.
- Fernalia, F., Listiana, D. and Monica, H. (2021) 'Pengaruh Senam Ergonomik Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Bentiring Kota Bengkulu', *Malahayati Nursing Journal*, 3(1), pp. 1–10. doi:10.33024/manuju.v3i1.3576.
- Hafiz, M. *et al.* (2016) 'FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA KELOMPOK LANJUT USIA DI WILAYAH KERJA UPT PUSKESMAS PETANG I KABUPATEN BADUNG TAHUN 2016', *JULI*, 5(7), pp. 2303–1395. Available at: <http://ojs.unud.ac.id/index.php/eum> (Accessed: 31 May 2023).
- Haryati, S. (2020) 'Pengaruh Senam Ergonomik Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Gunungsari Kecamatan Madiun Kabupaten Madiun', *Journal of Nursing Care & Biomolecular*, 5(1), pp. 49–55.

- Health, R.S.-J.P. and 2022, undefined (no date) 'PENGARUH PEMBERIAN SENAM TERA TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH TINGGI LANSIA HIPERTENSI', *ojs.fdk.ac.id* [Preprint]. Available at: <https://ojs.fdk.ac.id/index.php/JPH/article/view/1945> (Accessed: 5 October 2022).
- Hidayah, N.A. *et al.* (2022) 'Kejadian Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Sumbang II Kabupaten Banyumas', *Jurnal Bina Cipta Husada*, XVIII(1), pp. 43–55.
- Hulu, V. and Sinaga, T. (2019) 'Analisis Data Statistik Parametrik Aplikasi SPSS dan STATCAL: Sebuah Pengantar Untuk Kesehatan'.
- Interprofesi, J. and Indonesia, K. (2023) 'Pengaruh Senam Ergonomik terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi di Wilayah RW 01 Mekarwangi Tanah Sareal Kota Bogor Tahun 2021', 2(2), pp. 282–289.
- Irawan, D., Muhimmah, I. and Yuwono, T. (2019) 'Prototype Smart Instrument Untuk Klasifikasi Penyakit Hipertensi Berdasarkan Jnc-7', *Jurnal Teknologi Informasi dan Terapan*, 4(2), pp. 111–118. doi:10.25047/jtit.v4i2.68.
- Iria Irianti, S. (2020) 'Gambaran optimisme dan kesejahteraan subjektif pada ibu tunggal di usia dewasa madya [Optimism and subjective well-being of middle aged single mothers]', *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(1), pp. 107–116. Available at: <http://e-journals.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/view/4865>.
- Junaedi, E. *et al.* (2013) 'Hipertensi kandas berkat herbal'.
- Karima, A. *et al.* (no date) 'KEGIATAN SENAM TERA DALAM MENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI RW 05 SUTOREJO SURABAYA', *repository.um-surabaya.ac.id* [Preprint]. Available at: <http://repository.um-surabaya.ac.id/id/eprint/6867> (Accessed: 14 June 2023).
- Kemenkes. (2019) 'Hipertensi penyakit paling banyak diidap masyarakat. <https://www.kemkes.go.id/article/view/19051700002/hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat.html>'.
- Kowalski, R. (2010) 'Terapi hipertensi'.
- Maryati, H. (2017) 'Hubungan Kadar Kolesterol dengan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Dusun Sidomulyo Desa Rejoagung Kecamatan Ploso Kabupaten Jombang', *jurnal Keperawatan* [Preprint].
- Masykur, A. *et al.* (2022) 'Intervensi Pemberian Sirup Bunga Rosella Untuk Membantu Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi'.

- Maulidya, F. and Adelina, M. (2018) 'Periodisasi Perkembangan Dewasa', *Periodisasi Perkembangan Dewasa*, pp. 1–10.
- Maulidya, F., Adelina, M. and Alif Hidayat, F. (2018) 'Periodisasi Perkembangan Dewasa', *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), pp. 1689–1699.
- Mawarti, H. *et al.* (2021) *Pengantar Riset Keperawatan*. Yayasan Kita Menulis.
- Nopo, F.B., Dwisetyo, B. and Djafar, R.H. (2022) 'Pengaruh Senam Ergonomis Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Dikelurahan Aertembaga Satu', *Amanah Prodi Ners Universitas Muhammadiyah Manado*, 6(2). Available at: <https://ejournal.unimman.ac.id/index.php/jka/article/view/158/175>.
- Notoatmodjo, S. (2010) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurdin, I. and Hartati, S. (2019) 'Metodologi penelitian sosial'.
- Nursalam (2015) *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis*.
- Nursalam (2016) *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Salimba Medika.
- Nursalam (2017) *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan (Edisi 4)*. Salemba Medika.
- Pangaribuan, R. *et al.* (2022) 'EVIDENCE BASED PRACTICE PENGARUH SENAM TERA TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI UPT PSTW BONDOWOSO'. Available at: [http://repository.stikesdrsoebandi.ac.id/273/1/EBP_ keperawatan_ gerontik_kelompok_1.pdf](http://repository.stikesdrsoebandi.ac.id/273/1/EBP_keperawatan_gerontik_kelompok_1.pdf) (Accessed: 5 October 2022).
- Posyandu Lansia Ds Jabon, D., Jombang, Kec and Jombang, Kab (2018) 'Pengaruh Senam Ergonomik Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia yang Mengalami Hipertensi'. Available at: <http://repo.stikesicme-jbg.ac.id/id/eprint/516> (Accessed: 22 September 2022).
- Pradana, S.A.Z. (2017) *Pengaruh senam tera terhadap penurunan tingkat kecemasan (ansietas) pada lansia di panti tresna werdha hargo Dedali surabaya, Perpustakaan Universitas Airlangga*. Available at: <http://repository.unair.ac.id/76634/>.
- Pradono, J., Kusumawardani, N. and Rachmalina, R. (2020) *Hipertensi : Pembunuh Terselubung Di Indonesia*.
- Prayoga, E.A. *et al.* (2022) 'Pengaruh Pemberian Kurma Ajwa (Phoenix Dactylifera) Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia', *Journal of Nutrition College*, 11(1), pp. 87–97. doi:10.14710/jnc.v11i1.32573.

- Putri, E. (2023) 'Aspiration of health journal', 01(01), pp. 10–15.
- Putri and Pratiwi (2022) 'Efektivitas senam ergonomik dan kompres hangat terhadap skala nyeri sendi pada lansia di upt pelayanan sosial tresna werdha blitar di tulungagung', *Jurnal Keperawatan Terapan (e-Journal)*, 08(01), pp. 75–81. Available at: <https://ojs.poltekkes-malang.ac.id/index.php/JKT/article/view/2930/410>.
- Rozana, S. and Bantali, A. (2020) *Stimulasi perkembangan anak usia dini: melalui permainan tradisional engklek*. Edu publisher.
- Safitri, S. (2020) 'Praktek Belajar Lapangan Kelompok 13 Fakultas Kesehatan Masyarakat UIN Sumatera Utara 2020 DPL : Rapotan Hasibuan, SKM., M.Kes.'
- Safitri, S. and Hasibuan, R. (2020) 'Buku Saku Waspada Hipertensi: Yuk Kenali Penanganannya'. Available at: [http://repository.uinsu.ac.id/9418/1/Buku Saku PBL-DR 13 Revisi Fiks.pdf](http://repository.uinsu.ac.id/9418/1/Buku_Saku_PBL-DR_13_Revisi_Fiks.pdf) (Accessed: 1 October 2022).
- Salsabila, M.A. and Rejeki, H. (2022) 'Application of Ergonomic Exercise to Lower Blood Pressure in Families With Hypertension', pp. 535–540.
- SANDY, A. (2022) 'PENERAPAN SENAM TERA UNTUK MENGURANGI RESIKO PENURUNAN CURAH JANTUNG PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI'. Available at: <https://eprints.uwhs.ac.id/1547/> (Accessed: 17 November 2022).
- Sani, F. (2018) *Metodologi penelitian farmasi komunitas dan eksperimental, Yogyakarta*. Available at: https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=Sani%2C+F.+%282018%29.+Metodologi+penelitian+farmasi+komunitas+dan+eksperi mental.+Yogyakarta+%3A+deepublish.&btnG= (Accessed: 10 October 2022).
- Siyoto, S. and Sodik, M.A. (2015) *Dasar metodologi penelitian*. Literasi Media Publishing.
- Statistik, B.P. and Malang, K. (2022) 'Pertumbuhan Ekonomi Kota Malang Tahun 2021', (7), pp. 1–12.
- Suwanti, S., ... P.P.-J. and 2019, undefined (no date) 'Pengaruh Senam Ergonomik Terhadap Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi', *jurnal.globalhealthsciencegroup ...* [Preprint]. Available at: <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP/article/view/15> (Accessed: 22 September 2022).
- Taufandas, M. (2020) 'Senam tera terhadap penurunan tekanan darah pada lansia

dengan hipertensi di kabupaten lombok timur 1', 1(1).

Taufandas, M. (2021) 'Efektivitas senam tera terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja puskesmas aikmel tahun ajaran 2020/2021 1', 2(1), pp. 45–55.

Wahyuni, S. (2017) 'Kepatuhan berobat penderita hipertensi dewasa madya'. Available at: <http://digilib.uinsby.ac.id/id/eprint/18566> (Accessed: 2 November 2022).

Yanita, N. (2022) 'Berdamai dengan hipertensi'.

