

DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, M. (2018). Pengaruh Senam Lansia Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di UPT Puskesmas Dawarblandong. Stikes Insan Cendekia Medika Jombang.
- Anggara, F. H. D., & Prayitno, N. (2013). Faktor-faktor yang berhubungan dengan tekanan darah di Puskesmas Telaga Murni, Cikarang Barat tahun 2012. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(1), 20–25.
- Anggraini, D. A., Nadiyah, N., Jus' at, I., Nuzrina, R., & Gifari, N. (2021). Efektivitas Senam Jantung Sehat dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 8(1), 1–7.
- Ariani, A., Lestari, M. F., & Pragholapati, A. (2020). Pengaruh Senam Jantung Sehat terhadap Nilai Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi. *Borneo Nursing Journal (BNJ)*, 2(2), 41–51.
- Astriaana, A., Evayanti, Y., Isnaini, N., & Rosmiyati, R. (2020). Senam Jantung Sehat. *Jurnal Perak Malahayati*, 2(2), 94–104.
- Binti, K. M. (2018). Pengaruh Senam Jantung Sehat Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Posyandu Lansia Bismo Kelurahan Patihan Kota Madiun. Stikes Bhakti Husada Mulia.
- BPS Jawa Timur. (2021). Profil Penduduk Lanjut Usia Provinsi Jawa Timur 2020.
- BPS Kota Malang. (2021). Jumlah Penduduk di Kota Malang Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin, 2011-2020. <https://malangkota.bps.go.id/dynamictable/2019/05/15/20/jumlah-penduduk-di-kota-malang-menurut-kelompok-umur-dan-jenis-kelamin-2011-2020.html>
- Budyono, C., Lestarini, I. A., Putri, N. A., Wedayani, N., Partiwi, S., & others. (2022). Pengenalan dan Edukasi Senam Jantung Sehat di Poli Jantung pada Era Pandemi Covid-19 di Rumah Sakit Akademik Universitas Mataram. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 5(3), 227–230.
- Divine, JG. 2018. Program Olahraga : Tekanan Darah Tinggi. Yogyakarta. Citra Aji Parama.
- Eso, A., Pascawitasari, D., & Sudayasa, Ip. (2018). Pengaruh Senam Jantung Sehat Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Pukesmas Lepo-Lepo. *Jurnal Medula*, 6(1), 530–534.
- Fadlilah, S., & Sucipto, A. (2020). Pengaruh Senam Jantung Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Di Dusun Sanggrahan Wedomartani Ngemplak Sleman Yogyakarta. *PUINOVAKESMAS*, 1(1), 32–42.
- Fakhrudin, H., & Berawi, K. N. (2013). Pengaruh Senam Jantung Sehat

Terhadap Kadar Glukosa Darah Puasa pada Lansia di Panti Sosial dan Lanjut Usia Tresna Werdha'Natar Lampung Selatan. *Jurnal Majority*, 2(5).

Febrianti, A. N. A. F. (2019). Gambaran Posisi Dan Lokasi Pengukuran Tekanan Darah Terhadap Nilai Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di RSUD dr. R. Goetheng Taroenadibrata Purbalingga. Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

Fitria, N., Lydyana, L., Iskandar, S., Lubis, L., & Purba, A. (2019). Senam Jantung Sehat Seri-I 3 kali seminggu Meningkatkan Kebugaran Jasmani Lansia. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 5(1), 51–66.

Gama, I. K., Sarmadi, I. W., & Harini, I. G. A. (2014). Faktor penyebab ketidakpatuhan kontrol penderita hipertensi. *Jurnal Gema Keperawatan. Politeknik Kesehatan Denpasar*.

Helma., Sasmalinda, L., & Syafriandi. (2016). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perubahan Tekanan Darah Pasien di Puskesmas Malalo Batipuh Selatan dengan Menggunakan Regresi Linier Berganda. Malalo Batipuh Selatan. *Journal of Mathematics UNP*.

KementerianRI, B. (2013). Riset Kesehatan Dasar Provinsi Jawa Timur.

KesehatanRI, D. P. (2016). Situasi Lanjut Usia (Lansia) di Indonesia. *Kementerian Kesehatan RI, Jakarta*.

Kholifah, S. N. (2016). Keperawatan Gerontik.

Lalarni, H. K. (2015). Pengaruh Senam Jantung Sehat Seri V terhadap Kebugaran dan Lemak Tubuh pada Anggota Posyandu Lansia Amrih Sehat Kec. Bergas Semarang.

Mawaddah, N., Nurwidji, N., & others. (2020). Peningkatan Kemampuan Adaptasi Lansia Dengan Terapi Kelompok. *Jurnal Kesehatan Dr. Soebandi*, 8(1), 49–55.

Moniaga, V. (2013). Pengaruh senam bugar lansia terhadap tekanan darah penderita hipertensi di bplu senja cerah paniki bawah. *EBiomedik*, 1(2).

Mustika, I. W. (2019). Model Asuhan Keperawatan Lansia Bali Elderly Care (BEC).

Novitaningtyas, T., Puspowati, S. D., Purwani, E., & others. (2014). Hubungan karakteristik (umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan) dan aktivitas fisik dengan tekanan darah pada lansia di kelurahan makamhaji kecamatan kartasura kabupaten sukoharjo. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Pakpahan, I. A. (2016). Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Pelayanan Kesehatan Puskesmas Medan Johor.

- Pangaribuan, B. B. P., & Berawi, K. (2016). Pengaruh senam jantung, yoga, senam lansia, dan senam aerobik dalam penurunan tekanan darah pada lanjut usia. *Jurnal Majority*, 5(4), 33–38.
- Pradana, V. O., & Pratama, R. (2018). Efek Kerja Senam Jantung Sehat terhadap Kadar Kolesterol Total Klub Jantung Sehat Mitra Pegangsaan. *JTIKOR (Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan)*, 3(1), 12–23.
- Priadi, P. A. (2016). Pengaruh Senam Jantung Sehat Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di PSTW Budi Mulia 03 Margaguna Jakarta Selatan. FKIK UIN Jakarta.
- Riskesdas. (2018). Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Jakarta.
- Setiadi, N. (2013). Konsep Dan Praktek Penulisan Riset Keperawatan. *Yogyakarta Graha Ilmu*.
- Sitepu, I. D., & Nasution, M. F. A. (2019). Pengaruh Latihan Senam Jantung Sehat Seri I Terhadap Peningkatan Kapasitas Vital Paru Bagi Pensiunan Wanita P2tel Medan. *Jurnal Prestasi*, 3(6), 80–86.
- Sugiyono, D. (2013). Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D.
- Sugiyono, D. (2016). Metode penelitian kuantitatif dan R&D. *Bandung: Alfabeta*, 26–33.
- Sujarweni, V. W. (2014). Metodologi penelitian keperawatan.
- Sumargo, B. (2020). Teknik sampling. Unj press.
- Susanti, M. R., Muwakhidah, S., & Wahyuni, S. (2017). Hubungan asupan natrium dan kalium dengan tekanan darah pada lansia di kelurahan Pajang. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- World Health Organization. (2014). Regional strategy for healthy ageing.
- Yayasan Jantung Indonesia. (2017). Senam Jantung Sehat Seri 1-Full. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=U1tfOWOCRKg>
- Yonata, A., & Pratama, A. S. P. (2016). Hipertensi sebagai faktor pencetus terjadinya stroke. *Jurnal Majority*, 5(3), 17–21.
- Yusuf, A., Permata, S. A., & Dwi, W. E. (2014). Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Melalui Therapeutical Gardening Di Upt Pslu Magetan. *Journal unair*.