

DAFTAR PUSTAKA

- Adar BakhshBaloch, Q. (2017). *No. 11*(1), 92–105.
- Adriani Salangka, Rante, A., & Rasyid, D. (2024). Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(5), 1094–1100. <https://doi.org/10.56338/mppki.v7i5.4995>
- Akbar, F., Darmiati, D., Arfan, F., & Putri, A. A. Z. (2021). Pelatihan dan Pendampingan Kader Posyandu Lansia di Kecamatan Wonomulyo. *Jurnal Abdidas*, 2(2), 392–397. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v2i2.282>
- Akbar, M. (2019). Kajian Terhadap Revisi Undang-Undang No.13 Tahun 1998 Tentang Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia. *Jurnal Mimbar Kesejahteraan Sosial*, 2(2), 30–39. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/jmks/article/viewFile/10605/7130>
- Ambarwati, P., & Supriyanti, E. (2020). Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Pasien Asma Bronchial. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 4(1), 27–34. <https://doi.org/10.33655/mak.v4i1.79>
- Ananda Muhamad Tri Utama. (2022). *No. 9*, 356–363.
- Burhan, S., Erika, K. A., & Said, S. (2022). The Effectiveness of Progressive Muscle Relaxation in Reducing Anxiety: A Literatur Review. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 8(1), 2022.
- Devani, D. E., & Irsyada, M. (2020). *Dan Lingkungan Latihan Yang Tidak Sesuai Dengan Prosedur Kesehatan*. 1–6.
- Febrianti, A. R., Setiawati, E., Surakarta, U. M., & Surakarta, U. M. (2025). Available at <http://jurnal.stie-aas.ac.id/index.php/jap>. 25(02), 1–9.
- Fitria, S. N., & Prameswari, G. N. (2021). Faktor Risiko Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 1(1), 472–478. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/IJPHN>

- Hasibuan. (2020). Konsep Perencanaan (Intervensi) Keperawatan Di Rumah Sakit. *Jurnal Keperawatan*, 1–7. Konsep perencanaan (intervensi) keperawatan di rumah sakit
- Hipertensi, P. (n.d.). *Lampiran 1 SOP Teknik Relaksasi Otot Progresif STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF* Definisi Terapi relaksasi otot progresif merupakan suatu terapi yang mengkombinasikan latihan nafas dalam dan serangkaian seri kontraksi da.
- Indrawati, L., & Dkk. (2022). *Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi di Posbindu Sartika 2 Bantar Gebang Kota Bekasi Tahun 2020* (Vol. 2020). <http://e-repository.stikesmedistra-indonesia.ac.id/xmlui/handle/123456789/494>
- Irsan, R., Studi, P., Lingkungan, T., & Tanjungpura, U. (2014). *Kabupaten Sintang*. 8, 1–10.
- Keperawatan, A., Pada, G., & Ny, K. (2020). *Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas 1 Denpasar Selatan Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali Tahun 2020*.
- Mampa, M., Wowor, R., & Rattu, A. J. . (2022). Analisis Penerapan Pelayanan Kesehatan Lanjut Usia di Puskesmas Pineleng pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesmas*, 11(4), 7–13.
- Muchtar, F., Eka, R., Octaviani, S., Effendy, D. S., Hartati, D. Y., Oktavia, D., Rutu, P. A., & Dina, S. M. (2025). *Pemeriksaan Tekanan Darah Sebagai Upaya Pencegahan Kejadian Hipertensi Di Desa Ranooha Raya*. 2, 388–396.
- Muhammad A, D., Rosyidawati, N. H., Sudrajat, A. A., Khairunnisa, N. H., Rahmawati, B. D. Z., Khatimah, W. H., Apriyani, P., Andriani, A. P. D., Widyastuti, P. A., Suryani, D. S., Nur Azizah, P. F. S., & Yuniasih, D. (2021). Anxiety of Final Semester Students: Mini Review. *Ahmad Dahlan Medical Journal*, 2(2), 85–92. <https://doi.org/10.12928/admj.v2i2.5432>
- Mujiadi, & Rachmah, S. (2022). Buku Ajar Keperawatan Gerontik. In *STIKes*

Majapahit Mojokerto.

- Nugraha, A. D. (2020). Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam. *IJIP : Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 2(1), 1–22. <https://doi.org/10.18326/ijip.v2i1.1-22>
- Pasien, K., Di, H., & Siti, R. S. (2023). *E-issn 2987-3703. 1*, 75–81.
- Permaini, T., Rauf, A., Soerawidjaya, R., Profesi, P., Banten, S., Keperawatan, P., Keperawatan, J., Sekolah, B., Ilmu, T., & Banten, K. (2024). *GAMBARAN KEPATUHAN KUNJUNGAN ULANG PASIEN HIPERTENSI DI KLINIK KIMIA FARMA MENDRISIO TAHUN 2023 terdiagnosa hipertensi agar tidak terjadi komplikasi . puskesmas saat mengeluhkan Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui Gambaran. 10*, 46–53.
- Posbindu, D. I., Bidara, W., & Rw, C. (2024). *EFFECT OF PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION THERAPY ON THE LEVEL OF ANXIETY IN THE ELDERLY IN POSBINDU AREA OF CHINA TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA LANSIA Salsabila Universitas Islam As-Syafiiyah Zuhriya Meilita Universitas Islam As-Syafiiyah ABSTRAK. 10*(1), 95–107.
- PPNI (2018). Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia: Definisi dan Diagnosis Keperawatan, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI.
- PPNI (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI.
- PPNI (2018). Standar Luaran Keperawatan Indonesia: Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI
- Purnomosidi, F., Rifa, F., & Rachmawati, A. (2024). Profil Kecemasan Pada Individu Terhadap Fenomena Lingkungan. *Bureaucracy Journal: Indonesia Journal of Law and Social-Political Governance*, 4(2), 1478–1484. <https://doi.org/10.53363/bureau>.
- Purwono, J., Sari, R., Ratnasari, A., & Budianto, A. (2020). Pola Konsumsi Garam Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 5(1), 531. <https://doi.org/10.52822/jwk.v5i1.120>

- Rahmawati, I., Suryandari, D., & Rizqiea, N. S. (2020). Peningkatan Pengetahuan Lansia tentang Hipertensi Emergensi melalui Pendidikan Kesehatan. *Jurnalempathy.Com*, 1(1), 58–63. <https://doi.org/10.37341/jurnalempathy.v1i1.9>
- Ratnawati, D., & Rosiana, R. (2020). Terapi Komplementer Relaksasi Otot Progresif Jacobson Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Interest : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 9(2), 149–159. <https://doi.org/10.37341/interest.v9i2.205>
- Relica, C., & Mariyati. (2024). Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal. *Peran Mikronutrisi Sebagai Upaya Pencegahan Covid-19*, 14(3), 75–82. <https://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM/article/view/1979/1260>
- REZAPUTRA, I. R. (2024). Logoterapi Untuk Menurunkan Kecemasan Lansia Penderita Hipertensi Halama N. *Universitas Muhammadiyah Malang*.
- Rimadia, A., & Khoiriyah, K. (2023). Penurunan Tekanan Darah Tinggi pada Pasien Hipertensi yang Menerapkan Terapi Relaksasi Otot Progresif. *Ners Muda*, 4(2), 133. <https://doi.org/10.26714/nm.v4i2.10450>
- Saripi, L. D. (2025). *Pentingnya pengetahuan terkait penyakit pada lansia*. 2022(1), 1–4.
- Savikri. (2021). Asuhan keperawatan dengan masalah ansietas pada klien hipertensi di puskesmas andalas kota padang karya tulis ilmiah. *Ilmu Kesehatan Padang*.
- Septiana Dwi Eka Wahyuningsih, & Riyani Wulandari. (2023). Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Anestesi*, 1(4), 202–215. <https://doi.org/10.59680/anestesi.v1i4.539>
- Sesrianty, V., Amalia, E., Fradisa, L., & Arif, M. (2020). Pemberian Edukasi Tentang Pencegahan Hipertensi Di Posyandu Lansia Cendrawasih Bukittinggi. *Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis*, 1(2), 50–54.
- Seta, H. M. T. (2022). Pengalaman Lansia Dalam Menjalani Kehidupan Dengan

- Hipertensi Di Dusun Kalikendel Desa Sugihan Kecamatan Tenganan. *Journal of Human Health*, 2(1), 45–60.
<https://doi.org/10.24246/johh.vol2.no12022.pp45-60>
- Shelemo, A. A. (2023). *Nucl. Phys.*, 13(1), 104–116.
- Suciana, F., Agustina, N. W., & Zakiatul, M. (2020). Korelasi Lama Menderita Hipertensi Dengan Tingkat Kecemasan Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 9(2), 146.
<https://doi.org/10.31596/jcu.v9i2.595>
- Watung, G. I. V. (2024). *Penatalaksanaan Hipertensi Pada Lansia Di Desa Modayag*. 3(1), 26–33.
- Yohanda, R. (2020). Metode Studi Kasus: Upaya-Upaya Guru Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa SMA Negeri 14 Pekanbaru. *Kordinat: Jurnal Komunikasi Antar Perguruan Tinggi Agama Islam*, 19(1), 113–130.
<https://doi.org/10.15408/kordinat.v19i1.17178>
- Yulianto, A. A., & Alhamdi, F. (2022). Jurnal Hasi Penelitian Dan Pengkajian Ilmiah Eksakta. *Jppie*, 01(01), 59–64.
<http://jurnal.unidha.ac.id/index.php/jppie>
- Zahro, A. L. A., Widiyanto, A., & Isnani, N. (2022). *Journal of Language and Health Volume 3 No 2 , October 2022*. 3(2), 71–78.