

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, F., Syamsidar, & Widya Nengsih. (2020). Karakteristik Lanjut Usia Dengan Hipertensi Di Desa Banua Baru. *Bina Generasi : Jurnal Kesehatan*, 11(2), 6–8. <https://doi.org/10.35907/bgjk.v11i2.141>
- Amalia, V. N., & Sjarqiah, U. (2023). Gambaran Karakteristik Hipertensi Pada Pasien Lansia di Rumah Sakit Islam Jakarta Sukapura Tahun 2020. *Muhammadiyah Journal of Geriatric*, 3(2), 62. <https://doi.org/10.24853/mujg.3.2.62-68>
- American Heart Association (AHA). (2020). 2020 International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines. *Hypertension*, 75(6), 1334–1357. <https://doi.org/10.1161/hypertensionaha.120.15026>
- Andiyani, L., & Rusip, G. (2022). Pengaruh aktivitas fisik mahasiswa terhadap denyut nadi dan tekanan darah pada masa pandemi covid-19 di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. *Jurnal Ilmiah Maksitek*, 7(3), 19–25.
- Ardiyansyah, M, A. M. (2023). *Hipertensi*. 2(April), 1–14. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/nbk558907/>
- Betsytifani, P., Haryanto, J., & Pratiwi, I. N. (2020). Pengaruh JASE-PIRELAK (Jalan Sehat Dan Teknik Relaksasi Nafas Dalam) terhadap Tekanan Darah dan Ankle Brachial Index pada Lansia dengan Hipertensi. *Indonesian Journal of Community Health Nursing*, 5(1), 11. <https://doi.org/10.20473/ijchn.v5i1.13704>
- Damayantie, N. (2019). Hubungan Pengetahuan Tentang Hipertensi Dengan Sikap Perawatan Hipertensi Pada Pasien Hipertensi. *Netha*, 06, 224–232. <https://doi.org/10.26699/jnk.v5i3.ART.p224>
- Dhafin, A. A., Kusumawati, L. W., Putri, E. M., & Mawarni, O. I. (2024). Gambaran karakteristik pasien lansia dengan hipertensi di salah satu Rumah Sakit Kota Bengkulu. *Jurnal Inovasi Farmasi Indonesia*, 5(2), 80–86.
- Divine, J. (2014). *Program Olah Raga: Tekanan Darah Tinggi*. PT Citra Aji Pramana.
- Farida, R. V. (2023). *Hubungan karakteristik responden dan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa di Puskesmas Karang Kitri*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Keluarga.
- Firdaus, M., & Suryaningrat, W. C. (2020). HUBUNGAN POLA MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI KAPUAS HULU Muhammad Firdaus*, Windu CHN Suryaningrat* □ Abstrak. *Majalah Kesehatan*, 7, 110–117.
- Ghozali, W., Sekarini, N. N. A. D., Partiwi, P. I., & Putra, M. M. (2022). Derajat Hipertensi Dan Aktifitas Fisik Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukasada I. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 8(4),

650–655. <https://doi.org/10.33023/jikep.v8i4.1308>

- Gusty, R., Effendi, N., Abdullah, K. L., & Syafrita, Y. (2022). Association between Knowledge and Self-care Adherence among Elderly Hypertensive Patient in Dwelling Community. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 10, 206–212. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.8342>
- Hamzah, Akbar, H., Langingi, A. R. C., & Hamzah, S. R. (2021). Analisis Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health and Science Community*, 5(1), 194–201. <https://doi.org/10.35971/gojhes.v5i1.10039>
- Harahap, R. A., Rochadi, R. K., & Sarumpae, S. (2018). Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Laki-Laki Dewasa Awal (18-40 Tahun) Di Wilayah Puskesmas Bromo Medan Tahun 2017. *Jurnal Muara Sains, Teknologi, Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan*, 1(2), 68–73. <https://doi.org/10.24912/jmstkik.v1i2.951>
- Hardin, F. (2024). *Faktor Resiko Hipertensi Pada Usia Produktif*. 1–61. <https://bookchapter.optimalbynfc.com/index.php/kmb/article/view/9/9>
- Harrison, D. G., Coffman, T. M., & Wilcox, C. S. (2021). Pathophysiology of Hypertension: The Mosaic Theory and Beyond. *Circulation Research*, 128(7), 847–863. <https://doi.org/10.1161/CIRCRESAHA.121.318082>
- Jamaludin, J., Karyadi, K., & Munawarah, S. (2020). Pengaruh Jalan Santai Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Warga RW 005 Pisangan Barat Ciputat. *Seminar Nasional Keperawatan*, 6(1), 165–170.
- Jaya, T. K. S. (2021). Hubungan nilai tekanan Darah dan Frekuensi Nadi dengan Kualitas Hidup Penderita Hipertensi. *Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 1, 8.
- Koesherawati, T., Rejeki, H. S., Touvan, Y., & Samodra, J. (2022). Percepatan Recovery dengan Indikator Denyut Nadi : Kaitannya dengan Latihan yang Telah Dilakukan. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 8(2), 386–396.
- Kridasusworo, B., & Hakim, A. A. (2020). *No Title* (T. Lestari (ed.)). CV. Jakad Media Publishing. https://books.google.co.id/books?hl=en&lr=&id=r4nlDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=biomekanika+berjalan+santai&ots=22tLw6vvh4&sig=9fyUTF3g3IGI_X3qs548PJfvQEw&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Krisma Prihatini, & Ns. Ainnur Rahmanti. (2021). Penerapan Terapi Relaksasi Autogenic Terhadap Penurunan Insomnia Pada Pasien Hipertensi Di Kota Semarang. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 1(3), 45–54. <https://doi.org/10.55606/jrik.v1i3.39>
- Ladyani, F., Anggunan, Rival, A., & Zulkifli, D. R. (2024). Pengaruh aktivitas fisik senam dengan tekanan darah pada ibu rumah tangga yang didiagnosis hipertensi di Puskesmas Carenang Kabupaten Serang. 11(5), 876–882.
- Laura, D., Erwin, & Woferst, R. (2020). Perilaku Penderita Hipertensi dalam

- Mengontrol Tekanan Darah pada Pandemi Covid-19. *Humantech Jurnal Ilmiah Multi Disiplin Indonesia*, 2(2), 248–256.
- Lavie, C. J., Arena, R., Swift, D. L., Johannsen, N. M., Sui, X., Lee, D. C., Earnest, C. P., Church, T. S., O’Keefe, J. H., Milani, R. V., & Blair, S. N. (2015). Exercise and the cardiovascular system: Clinical science and cardiovascular outcomes. *Circulation Research*, 117(2), 207–219. <https://doi.org/10.1161/CIRCRESAHA.117.305205>
- Magfira Maulia, Henni Kumaladewi Hengky, & Herlina. (2021). Analisis Kejadian Penyakit Hipertensi Di Kabupaten Pinrang. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 4(3), 324–331. <https://doi.org/10.31850/makes.v4i3.614>
- Makawekes, E., Suling, L., & Kallo, V. (2020). Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Tekanan Darah Pada Usia Lanjut 60-74 Tahun. *Jurnal Keperawatan*, 8(1), 83. <https://doi.org/10.35790/jkp.v8i1.28415>
- Manungkalit, M., Nia Novita, S., & Natalia Andi Puput, N. (2024). Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *JPK : Jurnal Penelitian Kesehatan*, 14(1), 1–8. <https://doi.org/10.54040/jpk.v14i1.249>
- Musni, M. (2019). Hubungan Kebiasaan Merokok Dan Stres Dengan Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 14(3), 218–222. <https://doi.org/10.35892/jikd.v14i3.237>
- Nur Istiqomah, A., & Kartika Sari, D. (2023). Penerapan Jalan Kaki Dua Puluh Menit Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Dukuh Jati. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(4), 270–280.
- Nurhikmawati, Afiifah, I., Feby Irsandy SYahrudin, Ali Aspar, & Indah Lestari Daeng Kanang. (2024). Karakteristik Pasien Hipertensi dengan Gangguan Kardiovaskular. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 4(7), 513–520. <https://doi.org/10.33096/fmj.v4i7.479>
- Nursalam. (2013). *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis* (S. Sastroasmoro (ed.); 3rd ed.). CV. Sagung Seto.
- Nurti, W. D., Zulfitri, R., & Jumaini. (2022). Hubungan tingkat kemandirian lansia melakukan activity of daily living dengan kondisi kesehatan mental emosional pada lansia di Desa Banjar Guntung. *Jurnal Medika Utama*, 03(02), 2508–2518.
- P2PTM Kemenkes RI. (2019). Apa Saja Faktor Risiko Hipertensi. *P2PTM Kemenkes RI*. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/apa-saja-faktor-risiko-hipertensi>
- Pebrisiana, P., Tambunan, L. N., & Baringbing, E. P. (2022). Hubungan Karakteristik dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien Rawat Jalan di RSUD Dr. Doris Sylvanus Provinsi Kalimantan Tengah. *Jurnal Surya Medika*, 8(3), 176–186. <https://doi.org/10.33084/jsm.v8i3.4511>

- Podungge, Y. (2020). Hubungan Umur dan Pendidikan dengan Hipertensi pada Menopause. *Gorontalo Journal of Public Health*, 3(2), 154–161.
- Putra, S., Syahrani Jailani, M., & Hakim Nasution, F. (2021). Penerapan Prinsip Dasar Etika Penelitian Ilmiah. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 27876–27881.
- Putri, A., Sjaaf, F., Eldrian, F., & Oktora, M. Z. (2024). Gambaran Tingkat Pengetahuan Upaya Pencegahan Kekambuhan Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Nanggalo Tahun 2023. *Scientific Journal*, 3(3), 123–130. <https://doi.org/10.56260/sciena.v3i3.131>
- Rahmawati, R., & Kasih, R. P. (2023). Hipertensi Usia Muda. *GALENICAL : Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Mahasiswa Malikussaleh*, 2(5), 11. <https://doi.org/10.29103/jkkmm.v2i5.10478>
- Ratnaningrum, E. D. (2022). *Hubungan aktivitas fisik dengan tekanan darah sistol pada lansia penderita hipertensi di Desa Kalirejo Kab. Kendal* (Vol. 9).
- Reka Kusuma, G., Wahyu Basuki, S., Diana Risanti, E., & Hernawan, B. (2019). NADI ISTIRAHAT DAN NADI PEMULIHAN DIPENGARUHI OLEH RUTINITAS OLAHRAGA (Resting pulse and heart rate recovery influenced by routinely exercise). *Herb-Medicine Journal*, 3(2012), 85–90.
- Riskedas. (2018). Riset Kesehataab Dasar. In *Departemen Kesehatan Republik Indonesia*.
- Riskedes. (2023). *Laporan tematik survei kesehatan Indonesia* (S. frans olivia & M. Widiastuti (eds.)). Kemestrian Kesehatan RI.
- Sahroni, S., Anshari, D., & Krianto, T. (2019). Determinan Sosial Terhadap Tingkat Literasi Kesehatan Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Kota Cilegon. *Faletehan Health Journal*, 6(3), 111–117. <https://doi.org/10.33746/fhj.v6i3.94>
- Samodra, Y. T. J., & Sudrazat, A. (2021). Denyut Nadi Indikator Istirahat dalam Kegiatan Sehari-Hari. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 7(1), 150–159.
- Sari, G. M. (2023). Efek olahraga berjalan kaki pada denyut nadi dan tekanan darah. *Universitas Ailangga*.
- Sari, N. N., & Wulandari, R. (2022). Jalan Kaki Terstruktur Sebagai Alternatif Intervensi Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 6(1), 1–6. <https://doi.org/10.33655/mak.v6i1.124>
- Sarida, S., Raisah, P., & Zahara, H. (2023). Karakteristik Penderita Hipertensi Lansia di Posyandu Lansia Kecamatan Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 3(12), 3999–4010. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i12.11909>
- Sastroasmoro, S., & Ismael, S. (2014). *Dasar - dasar Metodologi Penelitian Klinis*. CV. Sagung Seto.
- Silwanah, A. S., Yusuf, R. A., & Hatta, N. (2020). Pengaruh Aktifitas Jalan Pagi

- Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Pusat Pelayanan Sosial Lanjut Usia Mappakasunggu Pare-Pare. *Journal of Aafiyah Health Research (JAHR)*, 1(2), 74–83. <https://doi.org/10.52103/jahr.v1i2.283>
- Sitohang, M., & Elon, Y. (2020). Hubungan aktivitas fisik dengan tekanan darah pada orang dewasa. *CMHK Nursing Scientific Journal*, 4(2), 199–204.
- Situngkir, R., Lidya, H. P., & Ledor, E. U. (2023). Hubungan Perubahan Peran Sosial Dengan Depresi Pada Lansia di Kelurahan Lette Kota Makassar. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 6(1), 27–32. <https://doi.org/10.52774/jkfn.v6i1.110>
- Sudayasa, I. P., Rahman, M. F., Eso, A., Jamaluddin, J., Parawansah, P., Alifariki, L. O., Arimaswati, A., & Kholidha, A. N. (2020). Deteksi Dini Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular Pada Masyarakat Desa Andepali Kecamatan Sampara Kabupaten Konawe. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(1), 60–66. <https://doi.org/10.30994/jceh.v3i1.37>
- Syntya, A. (2021). Hypertension and Heart Disease: Literature Review. *Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 11, 541–550.
- Virani, S. S., Alonso, A., Benjamin, E. J., Bittencourt, M. S., Callaway, C. W., Carson, A. P., Chamberlain, A. M., Chang, A. R., Cheng, S., Delling, F. N., Djousse, L., Elkind, M. S. V., Ferguson, J. F., Fornage, M., Khan, S. S., Kissela, B. M., Knutson, K. L., Kwan, T. W., Lackland, D. T., ... Tsao, C. W. (2020). Heart disease and stroke statistics—2020 update a report from the American Heart Association. In *Circulation* (Vol. 141, Issue 9). <https://doi.org/10.1161/CIR.0000000000000757>
- Wijoyo, I. P. M. (2014). *Rahasia Penyembuhan Hipertensi Secara Alami* (A. . Bani & E. Rochmiyati (eds.); cetakan pe). Bee Media Agro.
- Wulandari, A., Sari, S. A., & Ludiana. (2023). Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rsud Jendral Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2022. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(2), 163–171.
- Yunus, M., Aditya, I. W. C., & Eksa, D. R. (2021). Hubungan usia dan jenis kelamin dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Haji Pemanggilan Kecamatan Anak Tuha Kab. Lampung Tengah. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 8(3), 229–239.
- Yunus, M. H., Kadir, S., & Lalu, N. A. S. (2023). Hubungan pola konsumsi garam dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Kota Tengah. *Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health and Science Community*, 7(1), 163–171. <https://doi.org/10.35971/gojhes.v7i1.16279>
- Yupita, R., Andre, K., & Salmah, S. (2024). Pengaruh jalan pagi terhadap perubahan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin. *Profesional Health Journal*, 5 no 2. <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/4153067>