

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, R. M., & Mulyeni, S. (2024). Pengaruh Musik Klasik Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Klinik Ambalat SESKO TNI Bandung. *Journal of Educational Innovation and Public Health*, 2(1), 35–42. <https://doi.org/10.55606/innovation.v2i1.2069>
- Aini, M. H. (2024). Dampak Meditasi dan *Mindfulness* terhadap Struktur dan Fungsi Otak yang Berhubungan dengan Pengurangan Kecemasan. *Jurnal Ilmiah Nusantara*, 1(4), 250–254. <https://ejurnal.kampusakademik.co.id/index.php/jinu/article/view/1711%0Ah>
<https://ejurnal.kampusakademik.co.id/index.php/jinu/article/download/1711/1570>
- Aini, R., & Rohayani, L. (2023). Pengaruh Terapi Meditasi Pernafasan Terhadap Tekanan. *Jurnal Kesehatan Kartika*, 18(3), 126-135.
- Aji, P. T., Rizkasari, E., & Pujiyanto, P. (2022). Pengaruh Terapi *Guided Imagery* terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Jayengan Surakarta. *ASJN (Aisyiyah Surakarta Journal of Nursing)*, 3(2), 69–75. <https://doi.org/10.30787/asjn.v3i2.896>
- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2021). Konsep Umum Populasi Dan Sampel Dalam Penelitian. *JURNAL PILAR: Jurnal Kajian Islam Kontemporer*, 14(1), 103–116.
- Amin, R., Purwanita, P., Erna, R., Sari, P. M., Rahmadini, E., & Hestika, V. (2020). Skrining Retinopati Hipertensi Di Layanan Kesehatan Primer Di Palembang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Humanity and Medicine*, 1(3), 117–124. <https://doi.org/10.32539/hummed.v1i3.37>
- Ariyanti, A., Widyastuti, & Ridfah, A. (2023). Pengaruh Pelatihan *Mindfulness* Terhadap Penurunan Stres Dalam Pembelajaran Daring/Online Di Masa Pandemi Covid-19 Pada Siswa Kelas XI SMAN 1 Polewali. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 2(4), 579–588. <https://doi.org/10.56799/peshum.v2i4.1805>
- Asmah, N. S. Y. R. A. (2022). Penerapan Terapi Alternatif Komplementer Bekam Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi: Tinjauan Literatur. *Jurnal Keperawatan*, 14(3), 855–862. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>
- Babak, A., Motamedi, N., Mousavi, S. Z., & Ghasemi, N. (2022). Effects of *Mindfulness*-Based Stress Reduction on Blood Pressure, Mental Health, and Quality of Life in Hypertensive Adult Women: A Randomized Clinical Trial

- Study. *Journal of Tehran University Heart Center*, 17(3), 127–133.
<https://doi.org/10.18502/jthc.v17i3.10845>
- Benardi, Kumandang, C., & Kanaan, G. P. (2024). Pengaruh *Mindfulness, Self Control* Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Mahasiswa. *Jurnal Studia Ekonomika*, 22(1), 15–22.
- Bublitz, M. H., Salmoirago-Blotcher, E., Sanapo, L., Ayala, N., Mehta, N., & Bourjeily, G. (2023). *Feasibility, Acceptability, And Preliminary Effects Of Mindfulness Training On Antenatal Blood Pressure. Journal of Psychosomatic Research*, 165(111146), 1–13.
<https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2023.111146>
- Byun, H., Chung, J. H., Lee, S. H., Ryu, J., Kim, C., & Shin, J. H. (2021). *Association of Hypertension with the Risk and Severity of Epistaxis. JAMA Otolaryngology - Head and Neck Surgery*, 147(1), 34–40.
<https://doi.org/10.1001/jamaoto.2020.2906>
- Cendika, F. C., Ardiana, M., & Hidayati, H. B. (2023). *The Relationship Between Controlled Hypertension And Uncontrolled Hypertension With Quality Of Life In Cognitive Aspects In The Elderly. International Journal of Research and Review*, 3(1), 155–165.
- Crisafulli, S., Luxi, N., Coppini, R., Capuano, A., Scavone, C., Zinzi, A., Vecchi, S., Onder, G., Sultana, J., & Trifirò, G. (2021). *Anti-hypertensive drugs deprescribing: an updated systematic review of clinical trials. BMC Family Practice*, 22(208), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12875-021-01557-y>
- Delavera, A., Siregar, K.N., Jazid, R., Eryando, T. (2021). Hubungan Kondisi Psikologis Stress dengan Hipertensi pada Penduduk Usia Diatas 15 Tahun di Indonesia. *Bikfokes*, 1(3), 148-159.
- Dila, S. R., (2023). Faktor Penyebab Hipertensi Pada Pasien Dewasa Di Puskesmas Dinoyo Kota Malang. *Sainsbertek Jurnal Ilmiah Sains & Teknologi*, 3(2), 19–27. <https://doi.org/10.33479/sb.v3i2.217>
- Doloksaribu, M. (2020). Saraf Simpatis Pada Ibu Hamil Terhadap Dinamika Tekanan Darah. *Jurnal Kesehatan Saemakers PERDANA*, 3(2), 251–257.
- Fadlilah, S., Rahil, H., & Lanni, F. (2020). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Tekanan Darah Dan Saturasi Oksigen Perifer (SPO2). *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada-Januari*, 11(1), 21-30.
- Fandizal, M., Astuti, Y., & Sani, D. N. (2020). Implementasi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pda Klien Dengan Hipertensi Tidak Terkontrol. *Jurnal Ilmiah Pamenang*, 2(1), 17–21.
- Fatmawati, B. R., Suprayitna, M., & Istianah, I. (2021). *Self Efficacy Dan Perilaku*

- Sehat Dalam Modifikasi Gaya Hidup Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmiah STIKES Yarsi Mataram*, 11(1), 1–7. <https://doi.org/10.57267/jisym.v11i1.73>
- Fitria, N., Desnita, R., Guci, A., Sutiawan, A., Yeni, G. P., Amardya, V., Yudha, R. P., Putri, R. G. D., Indestri, F.W., & Richardson. (2023). Pendekatan Terapi Komplementer Untuk Penatalaksanaan Hipertensi. *Jurnal Abdi Mercusuar*, 3(1), 060–068. <https://doi.org/10.36984/jam.v3i1.391>
- Green, L., & Kreuter, M. (1991). *Health Promotion Planning An Educational and Environment Approach*. 2 nd. Ed. Mountain View. Mayfield Publishing Co.
- Hajri, Z., & Suprayitna, M. (2022). Faktor Resiko Terjadinya Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwivery, Environment, Dentist)*, 17(1), 82–88. <https://doi.org/10.36911/pannmed.v17i1.1272>
- Han, B. I., Lee, H. W., Ryu, S., & Kim, J. S. (2021). Tinnitus update. *Journal of Clinical Neurology (Korea)*, 17(1), 1–10. <https://doi.org/10.3988/jcn.2021.17.1.1>
- Handayani, P. A., Dwidiyanti, M., & Mu'in, M. (2021). Pengaruh *Mindfulness* Terhadap Tingkat Stres Pada Ibu Yang Bekerja Sebagai Perawat *Critical Care*. *Indonesian Journal of Nursing Research (IJNR)*, 4(1), 24. <https://doi.org/10.35473/ijnr.v4i1.879>
- Hartono, D., & Mariani. (2023). Pengaruh Latihan *Mindfulness* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Ibu Preeklamsia Di Puskesmas Pajajaran Kabupaten Probolinggo. *Professional Health Journal*, 5(1), 210–218. <https://doi.org/10.54832/phj.v5i1.619>
- Hasanudin, Adriyani, V. M., & Perwiraningtyas, P. (2018). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Masyarakat Penderita Hipertensi Di Wilayah Tlogosuryo Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. *Journal Nursing News*, 3(1), 787–799.
- Hernanda, R. (2020). Stabilitas Emosi Dengan Pengendalian Diri Pada Pasien Hipertensi. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(3), 482. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i3.5366>
- Indarti, E. T., & Harwatik. (2024). Hubungan Stress Dengan Tekanan Darah Dan Kualitas Hidup Penderita Hipertensi. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 10(1), 70–76.
- Irawan, D., Muhimmah, I., & Yuwono, T. (2019). *Prototype Smart Instrument Untuk Klasifikasi Penyakit Hipertensi Berdasarkan Inc-7*. *Jurnal Teknologi Informasi Dan Terapan*, 4(2), 111–118. <https://doi.org/10.25047/jtit.v4i2.68>
- K, B., & Wirmawanti, W. (2018). Upaya Pemeliharaan Tekanan Darah Bagi Pasien

- Hipertensi Di RSUD Syekh Yusuf Kabupaten Gowa. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 13(1), 9. <https://doi.org/10.32382/medkes.v13i1.93>
- Kabat-Zinn, J. (2013). *What physicians , psychologists , scientists , meditation teachers , educators , and leaders are saying about Full Catastrophe Living*.
- Kamila, L. (2023). Pengenalan Teknik Terapi *Mindfulness* (Meditasi) Dalam Upaya Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis. *Abdima Jurnal Pengabdian Mahasiswa*, 2(1), 1317–1323.
- Kappes, C., Marion-Jetten, A. S., Taylor, G., Schad, D. J., Dreßler, B., El-Hayek, S., Hansemann, J., Heine, R., Lindner, S., Melzner, L., Meyer, C., Pfister, B., Rogowski, K., Rose, R., Simson, K., & Stach, P. (2023). *The Role Of Mindfulness And Autonomous Motivation For Goal Progress And Goal Adjustment: An Intervention Study*. *Motivation and Emotion*, 47(6), 946–964. <https://doi.org/10.1007/s11031-023-10033-2>
- Kiha, R. R., Palimbong, S., & Kurniasari, M. D. (2018). Keefektifan Diet Rendah Garam I Pada Makanan Biasa Dan Lunak Terhadap Lama Kesembuhan Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 3(1). <https://doi.org/10.30651/jkm.v3i1.1574>
- Kurdi, F., Susumaningrum, L. A., Rasni, H., & Susanto, T. (2022). Implementasi Pencegahan Komplikasi Hipertensi Melalui *Therapeutic Nape Massage* Pada Lansia. *Diseminasi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 43–47. <https://doi.org/10.33830/diseminasiabdimas.v4i1.2177>
- Lainsamputty, F., Tampa'i, D. D., Hikmah, N., & Tasnim, T. (2021). Korelasi Domain Kelelahan Dan Kualitas Hidup Pada Pasien Hipertensi Di Indonesia. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 15(3), 367–381. <https://doi.org/10.33024/hjk.v15i3.4349>
- Laksono, S., & Sartika, D. R. (2022). Gambaran Disfungsi Diastolik pada Pasien Hipertrofi Ventrikel Kiri (LVH) Menggunakan Ekokardiografi. *Viva Medika: Jurnal Kesehatan, Kebidanan Dan Keperawatan*, 16(1), 90–96. <https://doi.org/10.35960/vm.v16i1.750>
- Langelo, W., & Simmin, F. (2021). Analisis Faktor Internal Dengan Kepatuhan Minum Obat Antihipertensi Pada Pasien Hipertensi. (*Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*), 6(1), 203–208. <https://doi.org/10.37887/jimkesmas.v6i1.16392>
- Li'wuliyya, S. (2024). Alternatif Pilihan Intervensi Non-Farmakologi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi: *Systematic Review*. *Quality : Jurnal Kesehatan*, 18(1), 27–38. <https://doi.org/10.36082/qjk.v18i1.1247>
- Lisdahayati, Saprianto, Zanzibar, Rustiati, N., & Saputra, M. Y. (2023). Edukasi

- Manajemen Stress Pada Anggota Keluarga Dengan Masalah Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*, 14(2), 116–124. <https://stikes-nhm.e-journal.id/NU/index>
- Loucks, E. B., Schuman-Olivier, Z., Saadeh, F. B., Scarpaci, M. M., Nardi, W. R., Proulx, J. A., Gutman, R., King, J., Britton, W. B., & Kronish, I. M. (2023). *Effect of Adapted Mindfulness Training in Participants With Elevated Office Blood Pressure: The MB-BP Study: A Randomized Clinical Trial*. *Journal of the American Heart Association*, 12(11), 1–12. <https://doi.org/10.1161/JAHA.122.028712>
- Manuntung, A. (2018). *Terapi Perilaku Kognitif Pada Pasien Hipertensi*. Malang: Wineka Media.
- Masruro, Z., Kusyairi, A., & Hartono, D. (2023). Pengaruh Meditasi *Mindfulness* Terhadap Penurunan Tingkat Stress dan Peningkatan *Self Management*. *Jurnal Keperawatan*, 2(2), 35–49.
- Maulana, N. (2022). Pencegahan Dan Penanganan Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 4(1), 163–168.
- Marhabatsar, N. S., & Sijid, A. (2021). *Review: Penyakit Hipertensi Pada Sistem Kardiovaskular. Prosiding Biologi Achieving The Sustainable Development Goals With Biodiversity In Confronting CLimate Change*, 7(1), 72–78. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb>
- Márquez, P., Feliu-Soler, A., Solé-Villa, M. J., Matas-Pericas, L., Filella-Agullo, D., Ruiz-Herrerias, M., Soler-Ribaudi, J., Roca-Cusachs Coll, A., & Arroyo-Díaz, J. A. (2018). *Benefits Of Mindfulness Meditation In Reducing Blood Pressure And Stress In Patients With Arterial Hypertension*. *Journal of Human Hypertension*, 33(3), 237–247. <https://doi.org/10.1038/s41371-018-0130-6>
- Mayasari, M., Waluyo, A., Jumaiyah, W., & Azzam, R. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 1(2), 344–353. <https://doi.org/10.31539/joting.v1i2.849>
- Memah, M., Kandou, G. D., & Nelwan, J. E. (2019). Hubungan Antara Kebiasaan Merokok Dan Konsumsi Alkohol Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Kombi Kecamatan Kombi Kabupaten Minahasa. *Kesmas*, 8(1), 68–74.
- Misniar, E., & Widyana, R. (2024). Pengaruh Pelatihan *Mindfulness* terhadap Penurunan Emosi Negatif Penderita Hipertensi. 8(2), 138–154.
- Mitrouska, I., Bolaki, M., Vaporidi, K., & Georgopoulos, D. (2022). *Respiratory System As The Main Determinant Of Dyspnea In Patients With Pulmonary Hypertension*. *Pulmonary Circulation*, 12(1), 1–10. <https://doi.org/10.1002/pul2.12060>

- Munazilah, M., & Hasanat, N. U. (2018). Program *Mindfulness Based Stress Reduction* Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Individu Dengan Penyakit Jantung Koroner. *Gajah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 4(1), 22–32. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.45346>
- Muthanna, A., Chaaban, Y., & Qadhi, S. (2024). *A Model Of The Interrelationship Between Research Ethics And Research Integrity*. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-Being*, 19(1), 1-9. <https://doi.org/10.1080/17482631.2023.2295151>
- Mutmainna, A., Mina, W., & Isa, L. (2022). Pengontrolan Tekanan Darah Dengan Teknik *Mindfulness* Dan *Self Management* Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 4(3), 425–437.
- Nasution, D. S., & Nasution, M. E. S. (2020). Hubungan Hipertensi dengan Gangguan Pendengaran di Rumah Sakit Bhayangkara TK II Medan. *Jurnal Pandu Husada*, 1(4), 221-225. <https://doi.org/10.30596/jph.v1i4.5434>
- Nuraeni, E. (2019). Hubungan Usia Dan Jenis Kelamin Beresiko Dengan Kejadian Hipertensi Di Klinik X Kota Tangerang. *Jurnal JKFT*, 4(1), 1-6. <https://doi.org/10.31000/jkft.v4i1.1996>
- Nurhayati., Limbong, M., Arniyanti, A., Hatlah, A., & Desriani. (2020). Edukasi dan Deteksi Gejala Hipertensi di Wilayah Puskesmas Maccini Sawah. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara (Pengabmas Nusantara)*, 2(4), 26–32.
- Nursalam, N. (2015). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis (4th ed.). Jakarta: Salemba Medika.
- Pebriani, R. (2023). Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 18(2), 1–7.
- Pebriyani, U., Triswanti, N., Prawira, W. F., Pramesti, W. (2022). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Angka Kejadian Hipertensi Pada Usia Produktif Di Puskesmas Kedaton Bandar Lampung. *Medula*, 12(2), 261-267.
- Peronika, F., Efitra., & Rachmadanur, N. (2024). Hubungan Motivasi Dan Dukungan Keluarga Dalam Pengendalian Hipertensi Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Sehat Mandiri*, 2(1), 58–66.
- Pujiastuti, T. T. (2018). Pengaruh Pemberian Meditasi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Desa Sindumartani Ngemplak Sleman Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(2), 1029–1039. <https://doi.org/10.47317/jkm.v11i2.62>
- Putra, K. R. A., Landra, N., & Puspitawati, N. M. D. (2022). Pengaruh Motivasi Kerja Dan Pengalaman Kerja Terhadap Produktivitas Kerja Karayawan pada LPD Se-Kecamatan Tabanan. *Jurnal EMAS*, 3(9), 126–137.

- Putri, D. M. P. (2016). Pengantar Riset Keperawatan: Konsep Dan Aplikasi Riset Dalam Keperawatan. Yogyakarta: Pustaka Baru Press. [http://repository.akperkyjogja.ac.id/103/1/Buku Pengantar Riset Keperawatan Lengkap.pdf](http://repository.akperkyjogja.ac.id/103/1/Buku%20Pengantar%20Riset%20Keperawatan%20Lengkap.pdf)
- Putri, A. S., & Dyahariesti, N. (2021). Analisis Efektivitas Biaya Kombinasi Obat Antihipertensi Pada Pasien Rawat Inap Di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta Tahun 2020. *Indonesian Journal of Pharmacy and Natural Product*, 4(2), 95–106. <https://doi.org/10.35473/ijpnp.v4i2.1296>
- Rahma, N., Mokhtar, S., Irmayanti., Rachman, M., & Dwimartyono, F. (2022). Pengaruh Terapi Relaksasi Membaca Alquran Terhadap Perubahan Tekanan Darah Dan Denyut Nadi Sesaat. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 2(11), 830–836. <https://doi.org/10.33096/fmj.v2i11.145>
- Rohmawati, R., & Helmi, A. (2020). Penurunan Tingkat Kecemasan Dan Gula Darah Pada Penderita DM Tipe 2 Melalui Spiritual *Mindfulness Based On Benson Relaxation*. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(2), 161–168. <https://doi.org/10.26714/jkj.8.2.2020.161-168>
- Ronny, Setiawan., & Fatimah, S. (2009). Fisiologi Kardiovaskular Berbasis Masalah Keperawatan. Jakarta: EGC.
- Rustam, A., Suratman., Suprpti, B., Iriani, R., Dahlan, A., Fahlevi, R., & Noorma, N. (2023). Pengaruh Pengetahuan Pertolongan Pertama Pada Pasien Hipotensi Ortostatik. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(10), 624–630.
- Santi, A., Zulkarnaini, & Adriani, L. (2024). Hubungan Lama Menderita Hipertensi Dengan Tingkat Kecemasan. *Darussalam Indonesian Journal of Nursing and Midwifery*, 6(2), 124-132.
- Sari, E., Amvina, A., & Lubis, A. H. (2023). Pengetahuan Penderita Hipertensi Tentang Faktor Stres Penyebab Hipertensi. *Healthcaring: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 2(1), 1–7. <https://doi.org/10.47709/healthcaring.v2i1.2037>
- Sastroasmoro, S., & Ismael, S. (2011). *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis*.
- Setiawan, Y. Y., & Pramadi, A. (2023). *Mindfulness-Based Cognitive Therapy* untuk Menurunkan Kecemasan dalam Masa *Quarter Life*. *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah*, 15(1), 1–15. <https://doi.org/10.15294/intuisi.v15i1.40545>
- Setyawati, N., Yulawuri, H. (2023). Metodologi Riset Kesehatan. In *Eureka Media Aksara*.
- Situmorang, E., Juniarti, N., Riyanto, A., Nurharlinah, N., & Ropei, O. (2022). Meditasi *Mindfulness* Dengan *Deep Focus Music* Terhadap Tekanan Darah Dan Stres Pada Penderita Hipertensi Lanjut Usia. *Jurnal Keperawatan*

- Silampari, 6(1), 566–576. <https://doi.org/10.31539/jks.v6i1.4611>
- Senjaya, S., Sriati, A., Maulana, I., & Kurniawan, K. (2022). Dukungan Keluarga Pada Odha Yang Sudah Open Status Di Kabupaten Garut. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(3), 1003–1010. <https://doi.org/10.53625/jcijurnalcakrawalailmiah.v2i3.4037>
- Sumadewi, K., Dewi, A., & Kerans, F. (2023). Edukasi Hipertensi Dan Pelatihan Meditasi Untuk Penderita Hipertensi Pada Kelompok Prolanis. *Warmadewa Minesterium Medical Journal*, 2(3), 132–139.
- Supriadi, F. E., Fitri, N. L., & Dewi, N. R. (2024). Penerapan *Slow Deep Breathing* Terhadap Nyeri Kepala Pasien Hipertensi Di Ruang Penyakit Dalam RSUD Jend. Ahmad Yani Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 4(4), 542–551.
- Susanti, N., Aghniya, S., Almira, S., & Anisa, N. (2024). Hubungan Usia, Jenis Kelamin Dengan Penyakit Hipertensi Di Klinik Utama Paru Soeroso. *PREPOTIF : Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 3597–3604.
- Susanti, N. N. (2020). Pengaruh Meditasi Terhadap Hipertensi Pada Lansia Di UPTD Puskesmas II Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Timur. *Jurnal Medika : Karya Ilmiah Kesehatan*, 5(2). <https://doi.org/10.35728/jmkik.v5i2.108>
- Syawali, M., & Ciptono, F. (2022). Hubungan Kadar Asam Urat Dengan Hipertensi Pada Lanjut Usia Di Puskesmas Sukanagalih Kecamatan Pacet Kabupaten Cianjur. *Tarumanagara Medical Journal*, 4(2), 295–301. <https://doi.org/10.24912/tmj.v4i2.17740>
- Tejena, N. R., & Sukmayanti, L. M. K. (2018). Meditasi Meningkatkan Regulasi Emosi Pada Remaja. *Jurnal Psikologi Udayana*, 05(2), 147–158.
- Tika, T. T. (2021). Pengaruh Pemberian Daun Salam (*Syzygium polyanthum*) Pada Penyakit Hipertensi. *Jurnal Medika*, 3(1), 1260–1265.
- Tumanduk, W. M., Nelwan, J. E., & Asrifuddin, A. (2019). Faktor-Faktor Risiko Hipertensi Yang Berperan Di Rumah Sakit Robert Wolter Mongisidi. *E-CliniC*, 7(2), 119–125. <https://doi.org/10.35790/ecl.v7i2.26569>
- Utama, R., Kurniawan, T. S., & Rakhmawati, N. (2021). Pengaruh Terapi Meditasi *Mindfulness* Spiritual Islam Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Jaten. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(1), 1–7.
- Varvarousis, D., Kallistratos, M., Poulimenos, L., Triantafyllis, A., Tsiniwizov, P., Giannakopoulos, A., Kyfnidis, K., & Manolis, A. (2020). *Cardiac arrhythmias in arterial hypertension*. *Journal of Clinical Hypertension*, 22(8), 1371–1378. <https://doi.org/10.1111/jch.13989>

- Waruwu, M. (2023). Pendekatan Penelitian Pendidikan: Metode Penelitian Kualitatif, Metode Penelitian Kuantitatif dan Metode Penelitian Kombinasi (*Mixed Method*). *Jurnal Pendidikan Tambusai* , 7(1), 2896–2910.
- Wu, S., Xu, Y., Zheng, R., Lu, J., Li, M., Chen, L., Huo, Y., Xu, M., Wang, T., Zhao, Z., Wang, S., Lin, H., Dai, M., Zhang, D., Niu, J., Qin, G., Yan, L., Wan, Q., Chen, L., ... Ning, G. (2022). *Hypertension Defined by 2017 ACC/AHA Guideline, Ideal Cardiovascular Health Metrics, and Risk of Cardiovascular Disease: A Nationwide Prospective Cohort Study. The Lancet Regional Health - Western Pacific*, 20, 1–11. <https://doi.org/10.1016/j.lanwpc.2021.100350>