

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, R., Mardiana, E., & Haryanto, S. (2023). "Faktor Risiko Hipertensi pada Dewasa Muda di Perkotaan." *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 15(1), 42-50.
- Amir, F. M., & Hidayati, K. (2021). "Mekanisme Pengaturan Tekanan Darah dan Dampaknya terhadap Kesehatan". *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(1), 45-50.
- 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.
- Asfar, A., & Susanti, E. (2022). "Perbandingan Akurasi Pengukuran Tekanan Darah Sphygmomanometer Manual dan Digital". *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(3), 215-223.
- Astriana, A., Evayanti, Y., Isnaini, N., & Rosmiyati, R. (2020). Senam jantung sehat. *Jurnal Perak Malahayati: Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 94-104.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2022). Hasil Riset Kesehatan Dasar 2022. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Baeha, R. A., Tobing, B. L., Waruwu, B. J. W., Zebua, C. A. P., & Nababan, T. (2020). Pengaruh senam jantung terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di UPT Puskesmas Helvetia Medan 2020. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 6(2), 105-110.
- Budiarto, A. (2021). *Dasar-Dasar Kardiologi*. Jakarta: Penerbit EGC.
- Choesaeri, M. A., Muflihatin, N. S. K., & Kep, M. (2022). Pengaruh Senam Jantung Sehat Terhadap Tekanan Darah Dan Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pada Lansia Di PSTW Nirwana Puri Samarinda. *Borneo Studies and Research*, 3(3), 2780-2787.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. (2023). Laporan Kesehatan Masyarakat Kota Surabaya 2023. Surabaya: Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur.
- Ela, N. (2018). Pengaruh Senam Jantung Sehat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Yang Menderita Hipertensi Di Panti Sosial. *Healthy Journal*, 6(2), 19-28.

- Fitria, N., Lidyana, L., Iskandar, S., Lubis, L., & Purba, A. (2019). Senam jantung sehat seri-I tiga kali seminggu meningkatkan kebugaran jasmani lansia.
- Hartati, S. et al. (2021). "Dampak Senam Jantung Sehat terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi." *Jurnal Kesehatan Gigi dan Mulut*, 3(1), 56-63.
- Hastuti, D., & Nugraha, Y. (2021). "Pengaruh Teknik Mengukur Tekanan Darah terhadap Akurasi Hasil". *Jurnal Kedokteran Indonesia*, 33(2), 123-130.
- Iswahyuni, S. (2017). Hubungan antara aktifitas fisik dan hipertensi pada lansia. *Profesi (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 14(2), 1-4.
- Ivanali, K., Amir, T. L., Munawwarah¹, M., & Pertiwi, A. D. (2021). Hubungan antara aktivitas fisik pada lanjut usia dengan tingkat keseimbangan.
- Junaidi, I., Prasetyo, Y., & Utami, S. (2022). "Peran Pemantauan Tekanan Darah dalam Pencegahan Komplikasi Kardiovaskular". *Jurnal Kardiologi Indonesia*, 14(1), 47-54.
- Kadarusman, R. (2021). "Dampak Hipertensi pada Sistem Kardiovaskular". *Jurnal Kardiologi Indonesia*, 12(3), 77-83.
- Kemenkes RI. (2023). Laporan Kesehatan Lansia di Indonesia 2023. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Lestari, N. P., Pramono, A., & Dewi, S. (2021). "Penggunaan Teknologi Wearable dalam Monitoring Kesehatan: Fokus pada Pengukuran Tekanan Darah". *Jurnal Teknologi Kesehatan*, 3(2), 89-97.
- Moonti, M. A., & Suhartini, W. D. (2024). Efektivitas senam jantung sehat dan senam lansia terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Garawangi. *Journal of Public Health Innovation*, 4(02), 394-401.
- Novita, F., & Suparno, A. (2023). "Tren Prevalensi Hipertensi pada Lansia di Indonesia Tahun 2023." *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 21(2), 60-70.
- Nugroho, H. (2021). "Peran Sistem Renin-Angiotensin dalam Pengaturan Tekanan Darah". *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(2), 67-72.
- Peringatan Hari Jantung Sedunia 2021: Jaga Jantungmu untuk Hidup Lebih Sehat. (2021, September 29). Retrieved October 11, 2024, from Kemkes.go.id website: <https://ayosehat.kemkes.go.id/peringatan-hari-jantung-sedunia-2021-jaga-jantungmu-untuk-hidup-lebih-sehat>.

- Pramono, S., & Shinta, L. (2023). "Prevalensi Hipertensi pada Lansia: Studi di Beberapa Puskesmas." *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 16(3), 201-210.
- Prihanto, A., & Mardiyah, I. (2021). "Pengaruh Senam Jantung Sehat Terhadap Kinerja Jantung Lansia." *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 12(1), 44-50.
- Puspitasari, D., & Sari, R. (2023). "Evaluasi Sphygmomanometer Digital dalam Pengukuran Tekanan Darah di Masyarakat". *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 123-130.
- Salim, I., & Asri, P. (2023). *Hipertensi dan Kesehatan Jantung*. Yogyakarta: Penerbit Kesehatan.
- Saragih, H., Ginting, A. A. Y., Barus, M., & Sitepu, D. F. H. (2023). Pengaruh Senam Jantung Sehat terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Riwayat Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 15(4), 1487-1496.
- Sari, E. (2021). Pengaruh Senam Jantung Sehat Terhadap Tekanan Darah Lansia Di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya. *Jurnal Keperawatan*, 10(1), 29-39.
- Sukmawaty, M. N. (2022). Efektivitas Senam Jantung Sehat Terhadap Tekanan Darah Dan Kualitas Tidur Pada Warga Gunung Kupang Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cempaka. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 10(2), 123-129.
- Tjiptadi, A., & Suwandi, B. (2021). *Dasar-Dasar Pengukuran Tekanan Darah*. Jakarta: Penerbit EGC.
- Widaningsih, E. (2021). "Peranan Aktivitas Fisik dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia." *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 9(2), 88-95.