

DAFTAR PUSTAKA

- Agrina, A., Rini, S. S., & Hairitama, R. (2011). Kepatuhan Lansia Penderita Hipertensi Dalam Pemenuhan Diet Hipertensi. *Sorot*, 6(1), 46–53. <https://doi.org/10.31258/sorot.6.1.2001>
- Alvionita, S., Wongkar, D., & Pasiak, T. F. (2022). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif terhadap Kecemasan. *EBiomedik*, 10(1), 42–49.
- Apsari, P. I. B. (2019). Meditation For A Better Life As A Potential Wellness Tourism In Bali. *WICAKSANA, Jurnal Lingkungan & Pembangunan*, 3(2), 71–83. <https://ejournal.warmadewa.ac.id/index.php/wicaksana>
- Atika, S., Hs, S., Hasanah, U., Fitri, N. L., Dewi, T. K., & Ph, L. (2024). Efektivitas Kombinasi Relaksasi Autogenik Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Stikes Kendal, Jurnal Keperawatan*, 16(1), 283–290. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>
- Brigita, M., & Wulansari, S. (2022). Pengaruh Relaksasi Autogenik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di RSUD Kab Tangerang. *Jurnal Kesehatan*, 11(2), 175–179. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v11i2.452>
- Damayantie, N., Heryani, E., & Muazir, M. (2018). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Penatalaksanaan Hipertensi oleh Penderita di Wilayah Kerja Puskesmas Sekernan Ilir Kabupaten Muaro Jambi tahun 2018. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 5(3), 224–232. <https://doi.org/10.26699/jnk.v5i3.art.p224-232>
- Dewi, W. K., & Syukrowardi, A. D. (2019). Perbandingan Pengaruh Antara Rebusan Air Daun Salam Dan Air Rebusan Daun Sirsak Terhadap Tekanan Darah Kelompok Pre- Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Gembong, Serang Wiranti. *Chmk Health Journal*, 3(2), 1–9.
- Dinas Kesehatan Sidoarjo. (2022). profil kesehatan kabupaten sidoarjo 2022. In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952.
- Dinkes Jatim. (2021). Profil Kesehatan Jatim. *Analisis Standar Pelayanan Minimal Pada Instalasi Rawat Jalan Di RSUD Kota Semarang*, 3, 103–111.
- Ekarini, N. L. P., Krisanty, P., & Suratun, S. (2018). Pengaruh Relaksasi Autogenik terhadap Tingkat Kecemasan dan Perubahan Tekanan Darah pada Pasien Riwayat Hipertensi. *Jkep*, 3(2), 108–118. <https://doi.org/10.32668/jkep.v3i2.206>
- Fadlilah, S., Hamdani Rahil, N., & Lanni, F. (2020). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Tekanan Darah Dan Saturasi Oksigen Perifer (Spo2). *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada, Spo* 2, 21–30. <https://doi.org/10.34035/jk.v11i1.408>

- Gustiana, E., & Islami, C. C. (2021). Metode Relaksasi untuk Mengurangi Tingkat Stress pada Ibu dalam Mendampingi Anak di Era Pandemi. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(3), 2159–2167. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i3.1810>
- Hikmah, A. (n.d.). *Mengelola Emosi Dengan Relaksasi*.
- Istianah, U., Hendarsih, S., & Sugeng. (2016). Relaksasi Autogenik Untuk Menurunkan Tekanan Darah dan Tingkat Kecemasan Penderita Hipertensi Esensial di Panti Sosial Tresna Wredha Abiyoso Pakem Yogyakarta. *Jurnal Teknologi Kesehatan*, 12(2), 92–100. <https://e-journal.poltekkesjogja.ac.id/index.php/JTK/article/view/128>
- Kemendes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kemendagri Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Kemendes RI, P. (2019). Cegah Hipertensi dengan CERDIK. *Kemendagri Kesehatan RI*.
- Kholifah, S. N. (2016). *Keperawatan Gerontik*. Badan Pengembangan dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan.
- Kusuma, A. S., Kristiani, E., Kusuma, A. S., & Kristiani, E. (2021). Pengaruh Teknik Relaksasi Autogenik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Jurnal Kesehatan*, 10(1), 44–48.
- Mardiono, S. (2016). PENGARUH RELAKSASI AUTOGENIK TERHADAP PENURUNAN TEKanan DARAH PADA KLIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS 23 ILIR PALEMBANG TAHUN 2015. *Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing)*, 11(3), 193–200. <http://jks.fikes.unsoed.ac.id/index.php/jks/article/view/185/86gmban>
- Moniaga, V. (2013). Pengaruh Senam Bugar Lansia Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Bplu Senja Cerah Paniki Bawah. *Jurnal E-Biomedik*, 1(2), 785–789. <https://doi.org/10.35790/ebm.1.2.2013.3635>
- Muhdiana, D., Umeda, - Miciko, Misparsih, -, Naryati, -, Sugiati, -, & Risqiya, - Fauza. (2020). *Modul Kesehatan Lansia Dengan Hipertensi* (D. Muhdiana, - Miciko Umeda, - Misparsih, - Naryati, - Sugiati, & - Fauza Risqiya (eds.)). Fakultas Ilmu Keperawatan- Universitas Muhammadiyah Jakarta. http://repository.umj.ac.id/1107/18/Buku_Saku_Pengmas_Keshatan_lansia_ISBN.pdf#page=40
- Mujiadi, & Rachmah, S. (2022). Buku Ajar Keperawatan Gerontik. In *CV Jejak, anggota IKAPI*.
- Nurhidayati, I., Wulan, A. N., & Halimah, H. (2018). Pengaruh Relaksasi Autogenic Terhadap Insomnia Pada Penderita Hipertensi Di Rsd Bagas Waras Klaten. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 5(September), 444–450.
- PARDOSI, S., BUSTON, E., RIZAL, A., EFENDI, P., & ASTUTI, R. S. (2022). Pengaruh Terapi Relakasi Autogenik Sambil Mendengarkan Musik Klasik

- Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu Tahun 2019. *Journal of Nursing and Public Health*, 10(2), 40–47. <https://doi.org/10.37676/jnph.v10i2.3126>
- Priyo, ., Margono, ., & Hidayah, N. (2018). Efektifitas Relaksasi Autogenik & Akupresur Menurunkan Sakit Kepala & Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Daerah Rawan Bencana Merapi. *Profesi (Profesional Islam) : Media Publikasi Penelitian*, 15(2), 44. <https://doi.org/10.26576/profesi.258>
- Ridwan, M. (2017). *Mengenal, Mencegah & Mengatasi Sillent Killer Hipertensi* (S. Ika (ed.)). https://books.google.co.id/books?hl=en&lr=&id=qbJVEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=mengenal+hipertensi&ots=73KJNa3BHR&sig=Ms8SMDM_2LA2AYkkVjvHA55yCs&redir_esc=y#v=onepage&q=mengenal+hipertensi&f=false
- Salam, A. Y., & Laili, N. (2020). Efek Buerger Allen Exercise terhadap Perubahan Nilai ABI (Ankle Brachial Index) Pasien Diabetes Tipe II. *Jl-KES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 3(2), 64–70. <https://doi.org/10.33006/ji-kes.v3i2.149>
- Saputra S, H. S. (2023). Penurunan Nyeri Kepala Melalui Teknik Relaksasi Autogenic Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan Vol.14*, 14(1), 345–353.
- Saragih, M., & Karimah, I. (2023). Faktor-Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Hipertensi Pada Dewasa Muda. *Jurnal Ners*, 7(1), 573–577. <https://doi.org/10.31004/jn.v7i1.14077>
- Sasmalinda, L., Syafriandi, & Helma. (2013). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perubahan Tekanan Darah Pasien di Puskesmas Malalo Batipuh Selatan dengan Menggunakan Regresi Linier Berganda. *Journal of Mathematics UNP*, 1(2), 36–42.
- Setiawan, A. R. (2021). Penerapan Teknik Relaksasi Autogenik Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Cendika Muda*, 1(1), 1–5. <http://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/viewFile/173/84>
- Sucipto, A., MM Qorahman, W., & Agustin, L. (2022). Pengaruh Relaksasi Autogenik Terhadap Tekanan Darah Sistolik Dan Diastolik Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Borneo Cendekia*, 6(2), 1–12. <https://journal.stikesborneocendekiamedika.ac.id/index.php/jbc/article/view/301>
- Syatoto, inta abid failasuf. (2018). Pengaruh Teknik Relaksasi Deep Breathing Terhadap Penurunan Kecemasan Akademik Siswa Kelas Xi the Effect of Deep Breathing in Decreasing Academic Anxiety Class Xi Students. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 4(8), 435–448.
- trisnawan, adi. (2019). *Mengenal Hipertensi* (Ade (ed.)).
- Widari, N. P., & Erika, U. P. (2018). Teknik relaksasi autogenik dan relaksasi otot progresif terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. *Ilmu*

Keperawatan Respati, 4(2), 68–79.

Wikipedia, E. (2023). *No Title*. Wikipedia.
https://en.wikipedia.org/wiki/Johannes_Heinrich_Schultz

yanita nur indah sari. (2022). *Berdamai Dengan Hipertensi* (Y. Indah (ed.); cetakan pe). bumi medeka.
https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=yAVjEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=hipertensi&ots=NNxwmA3kGA&sig=yW2OnrIAnZ42xUe6ZS-ad0dEriM&redir_esc=y#v=onepage&q=hipertensi&f=false

Yentika, Y. (2018). Konsep Diri LANSIA di Pantj Jompo. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 46. <https://doi.org/10.23916/08431011>

Yunus, M. H., Kadir, S., & Lalu, N. A. S. (2023). the Relationship Between Salt Consumption Patterns and the Incidence of Hypertension in the Elderly At the Kota Tengah Health Center. *Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health and Science Community*, 7(1), 163–171.
<https://doi.org/10.35971/gojhes.v7i1.16279>