

DAFTAR PUSTAKA

- Adrian, S. J. (2019). Hipertensi esensial: Diagnosis dan tatalaksana terbaru pada dewasa. *Cermin Dunia Kedokteran*, 46(3), 172–178. <https://doi.org/10.55175/cdk.v46i3.491>
- American College of Sports Medicine. (2021). *ACSM's guidelines for exercise testing and prescription* (11th ed.). Wolters Kluwer.
- Anggraini, D., & Fithria, A. (2022). Analisis faktor yang mempengaruhi outcome pasien perdarahan intraserebral. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 4(1), 210–220.
- Ardiana, M. (2022). *Buku ajar menangani hipertensi* (M. Ardiana, Ed.). Airlangga University Press.
- Aspiani. (2016). *Buku ajar asuhan keperawatan klien gangguan kardiovaskular aplikasi NIC dan NOC*.
- Buku ajar menangani hipertensi*. (2022). Airlangga University Press.
- Damanik, S. M. (2019). *Modul bahan ajar keperawatan gerontik*.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Kediri. (2024). *Profil kesehatan Kabupaten Kediri*. Pemerintah Kabupaten Kediri.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Kediri. (2025). *Profil kesehatan Kabupaten Kediri tahun 2024*. Dinas Kesehatan Kabupaten Kediri.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. (2023). *Profil kesehatan Provinsi Jawa Timur tahun 2022*. Pemerintah Provinsi Jawa Timur.
- Dinkes Jatim. (2022). *Profil kesehatan Provinsi Jawa Timur tahun 2022*. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur.
- Gunawan, L. (2020). *Buku ajar ilmu penyakit dalam: Hipertensi* (Edisi 2). Penerbit FKUI.
- Handayani, P., & Sari, P. (2020). Studi komprehensif proses penuaan dan dampak psikososial pada lanjut usia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*.
- Harmiady, R., & Syah, M. (2025). Efektivitas senam tera terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. *Jurnal Keperawatan Komunitas*. <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol11.Iss1.2048>
- Harmiady, R., Dalle, A., & Syah, T. D. (2025). Implementasi senam tera pada lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kassi-Kassi: Implementation of tera

exercises to reduce blood pressure in hypertensive elderly in Kassi-Kassi Community Health Center working area. *Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 16(1), 64–68.

Haryono, R., & Utami, M. P. S. (2020). *Keperawatan medikal bedah dengan gangguan sistem persarafan*. Pustaka Baru Press.

Indirasia, S. A. P., & Noorratri, E. D. (2024). Penerapan senam tera terhadap perubahan tekanan darah tinggi pada lansia di Kelurahan Joyotakan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Mandira Cendikia*, 3(6), 93–104.

Kemenkes RI. (2018). *Hasil utama Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

Kemenkes RI. (2023). *Laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.

Kementerian Kesehatan RI. (2016). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2016 tentang Rencana Aksi Nasional Kesehatan Lanjut Usia*. Kemenkes RI.

Khasanah, & Nurjanah. (2020). Menarik dan menghembuskan napas secara teratur membantu jantung bekerja lebih efisien dan menurunkan stres fisik dan mental. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*.

Kumalasari, dkk. (2022). *Standar operasional prosedur senam tera indonesia dan manfaat kesehatan*.

Kurniawati, E. D., Prihananto, D. I., & Risnasari, N. (2024). Penerapan relaksasi otot progresif untuk menurunkan nyeri pada anggota keluarga yang mengalami gangguan rasa nyaman (nyeri) dengan diagnosa medis hipertensi di Puskesmas Sukorame Kota Kediri (Studi Kasus). *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan, Sains dan Pembelajaran*, 4(1), 432–436. <https://doi.org/10.29407/6gvh7788>

Mubarak, W. I. (2021). *Buku ajar keperawatan medikal bedah: Gangguan sistem persarafan*. Salemba Medika.

Mubarak, W. I., dkk. (2021). *Buku ajar keperawatan dasar kasus dan aplikasi klinis*. Salemba Medika.

Mustopa, D. E. (2019). *Hubungan perilaku masyarakat terkait faktor resiko hipertensi dengan derajat hipertensi di masyarakat di wilayah Dukuh Pelem Guruh Desa Jenangan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo* [Thesis tidak dipublikasikan]. Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

- Nugroho, A., & Lestari, D. (2022). Patofisiologi dan penatalaksanaan risiko perfusi serebral tidak efektif pada pasien hipertensi. *Jurnal Keperawatan Medikal Bedah*.
- Nurarif, A. H., & Kusuma, H. (2015). *Aplikasi asuhan keperawatan berdasarkan diagnosa medis & NANDA*.
- Nursalam. (2020). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pendekatan praktis* (Edisi 5). Salemba Medika.
- Pikir, B. S., dkk. (2021). *Hipertensi: Manajemen komprehensif*. Airlangga University Press.
- Pramana, K. D. (2020). *Penatalaksanaan krisis hipertensi* [Thesis tidak dipublikasikan]. Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar.
- Prasetyo, B., & Wardhani, R. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia. *Journal of Health Science and Prevention*, 4(2), 120–126.
- Prasetyo, Y. (2020). Manifestasi klinis gangguan perfusi serebral pada pasien stroke iskemik akut. *Jurnal Keperawatan Neurologi*, 12(2), 45–55.
- Pratama, A. S., & Wijayanti, T. (2022). Hubungan penurunan massa otot dan massa tulang dengan risiko jatuh pada lansia. *Jurnal Keperawatan Gerontik*.
- Priscilla, H., dkk. (2017). Karakteristik dan faktor risiko kejadian hipertensi pada orang dewasa. *Jurnal Keperawatan Indonesia*.
- Puskesmas Ngasem. (2024a). *Data rekapitulasi penyakit tidak menular tahun 2021-2023*. Puskesmas Ngasem, Kabupaten Kediri.
- Puskesmas Ngasem. (2024b). *Laporan tahunan penyakit tidak menular Puskesmas Ngasem Kabupaten Kediri*. Puskesmas Ngasem.
- Puspita, A. M. (2023). Analisis faktor penyebab hipertensi. *Journal of Public Health Education*, 2(2), 112. <https://doi.org/10.53801/jphe.v2i2.112>
- Putri, M. A., & Kristiyawati, S. P. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi penurunan daya tahan fisik dan kerentanan penyakit pada lansia. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*.
- Rahmawati, D. F., Prihananto, D. I., & Risnasari, N. (2025). Penerapan terapi bekam basah dengan minyak zaitun untuk menurunkan tekanan darah pada anggota keluarga yang mengalami resiko perfusi serebral tidak efektif dengan diagnosa medis hipertensi di Puskesmas Tarokan Kabupaten Kediri. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan, Sains dan Pembelajaran*, 5(1), 136–140. <https://doi.org/10.29407/ffmemh57>

- Rahmawati, I., & Sari, D. P. (2021). Hubungan antara hipertensi dan kualitas hidup lansia di komunitas. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 7(1), 1–8. <https://doi.org/10.22487/htj.v11i4.1790>
- Rini, S., & Utami, S. (2023). Perubahan anatomis fisiologis dan hubungannya dengan kualitas hidup lanjut usia. *Jurnal Keperawatan Klinis dan Komunitas*.
- Ruhardi, A., dkk. (2021a). *Teori keperawatan medikal bedah*. Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia Anggota IKAPI Jawa Barat.
- Ruhardi, A., et al. (2021b). Analisis penatalaksanaan dan definisi klinis hipertensi pada pasien geriatri. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*.
- Santoso, M., & Wijaya, A. (2022). Prinsip dan kontraindikasi aktivitas fisik pada kelompok lanjut usia dengan komorbiditas kronis. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*.
- Sari, D., & Fitriani, R. (2023). Pencegahan komplikasi stroke pada pasien dengan risiko perfusi serebral tidak efektif. *Jurnal Ilmu Keperawatan*.
- Sari, M., & Fitriani, D. (2023). Gambaran tingkat pengetahuan lansia tentang pencegahan stroke pada penderita hipertensi. *Jurnal Ners Community*, 14(1), 88–95.
- Sari, M., & Maritta, S. (2022). Intervensi non-farmakologis relaksasi untuk menurunkan gejala risiko perfusi serebral tidak efektif. *Jurnal Praktik Keperawatan*.
- Sari, N. P., & Fithria, A. (2019). Hubungan antara gangguan perfusi serebral dengan defisit neurologis fokal pada pasien stroke. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 1(2), 120–130.
- Sari, N. P., & Maritta. (2022). Pengaruh risiko perfusi serebral tidak efektif terhadap pemberian relaksasi otot progresif pada pasien hipertensi di RSHD Kota Bengkulu. *Journal of Nursing and Public Health*, 10(2), 31–39. <https://doi.org/10.37676/jnph.v10i2.3125>
- Sari, N., & Sari, M. (2022). Pengaruh risiko perfusi serebral tidak efektif terhadap pemberian relaksasi otot progresif pada pasien hipertensi di RSHD Kota Bengkulu. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 31–39. <https://doi.org/10.37676/jnph.v10i2.3125>
- Segita, R. (2022). Pengaruh pemberian senam tera terhadap penurunan tekanan darah tinggi lansia hipertensi. *Jurnal Public Health*, 9(1), 16–24. <http://dx.doi.org/10.32883/jph.v9i1.1945>

- Syta, A., & Erika, Y. (2024). Pengaruh senam tera terhadap tekanan darah lansia di komunitas. *Jurnal Keperawatan Gerontik*.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). *Standar diagnosis keperawatan Indonesia: Definisi dan indikator diagnostik* (Edisi 1). DPP PPNI.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2019). *Standar diagnosa keperawatan Indonesia: Definisi dan indikator diagnostik*. DPP PPNI.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar intervensi keperawatan Indonesia: Definisi dan tindakan keperawatan*. DPP PPNI.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2019). *Standar luaran keperawatan Indonesia: Definisi dan kriteria hasil keperawatan*. DPP PPNI.
- Triyanto, E. (2015). *Pelayanan keperawatan bagi penderita hipertensi secara terpadu*. Graha Ilmu.
- Untari, I. (2018). *Buku ajar keperawatan gerontik terapi tertawa & senam cegah pikun*. Buku Kedokteran EGC.
- Wahyuni, S. (2021). Faktor-faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian stroke iskemik. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Stroke*, 3(1), 15–25.
- WHO. (2021). *Global report on hypertension: The race against a silent killer*. World Health Organization.
- WHO. (2023). *Hypertension fact sheet*. World Health Organization.
- Widiyona, I., & Astuti, T. B. (2022). *Aktivitas fisik untuk mengatasi hipertensi*. Lemba Chakra Brahmanda Lentera.
- Wijayanti, T., & Setiawan, H. (2022). Senam tera sebagai intervensi non-farmakologi dalam menurunkan tekanan darah: A systematic review. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 8(2), 150–162.