

DAFTAR PUSTAKA

- Alifatun, Veni Dwi. (2019). *Pengaruh Senam Ergonomik terhadap Tekanan Darah Lansia mengalami Hipertensi Di Dusun Kanugrahan Desa Kanugrahan Kecamatan Maduran Kabupaten Lamongan tahun 2019*. Laporan Tugas Akhir: Program Studi D-III Keperawatan.
- Andari, Fatsiwi, Nunik. dkk. 2020. *Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Senam Ergonomis*. *Jurnal Of Telenursing*.
- Andini, A., dan N., Indra, 2016. *Perbedaan Pengaruh Frekuensi Latihan Senam Aerobik Terhadap Penurunan Persentase Lemak Tubuh Dan Berat Badan Pada Members Wanita*. *Medikora*. 4(1): 9-15.
- American Heart Association (AHA). (2016). *Ejection Fraction Heart Failure Measurement*.
- Asmadi. (2013). *Teknik Prosedural Keperawatan : Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Jakarta : Salemba Medika.
- Aziza, Lucky.(2007). *Hipertensi The Silent Killer*. Jakarta : Yayasan Penerbit IDI.
- Azizah. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Edisi 1. Yogyakarta: Graham Ilmu.
- Bandiyah, Siti. (2009). *Lanjut Usia dan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Carpenito, Lynda Juall (2009). *Buku Sku Diagnosa Keperawatan Edisi 6* Jakarta:EGC

Chobanian, A. 2003. The JNC 7 Hypertension Guidelines--Reply. *JAMA: The Journal of the American Medical Association*, 4(3): 360-370.

Departemen Kesehatan RI. (2015). Pedoman Pembinaan Kesehatan Usia Lanjut bagi Petugas Kesehatan. Jakarta.

Despopoulos, A. dan S, Silbernagl. 2010. *Color Atlas of Physiology*. New York USA: At a Glance.

Devicaesaria, A. 2014. *Hipertensi Krisis*. *Medicinus*. 1(1): 7-12.

Doufesh, Hazem, et all. (2013). *Assessment of Heart Rates and Blood Pressure in Different Salat Positions*. *Journal of Physical Therapy Science*. Kuala Lumpur, Malaysia. Vol. 25, No. 2.
<https://www.researchgate.net/publication/270440119>

Eliopaulos, Charlotte. (2017). *Gerontological nursing 7th edition*. China: Wolters Kluwer.

Emmelia, Rahmawati. (2016). *Buku Asuhan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: KEDJAJAAN BANGSA

Fasya, H., & Supratman, L. P. (2018). Komunikasi Terapeutik Perawat Pada Pasien Gangguan Jiwa. *Penelitian Komunikasi*, 21(1), 15–28.
<https://doi.org/10.20422/jpk.v21i1.491>.

Friedman, M.M. (2014). *Keperawatan Keluarga Teori dan Praktek Edisi 3*. Alih Bahasa: Debora R.L& Asy. Y. Jakarta: EGC.

Guyton, A. dan J. Hall. 2010. *Fisiologi Kedokteran*. Jakarta: EGC.

- Guyton, H. (2007). *Fisiologi Kedokteran, Aktivitas Otak-Tidur, Gelombang Otak, Epilepsi, Psikologis*. Jakarta: EGC.
- Hardani, dkk. (2016). *Relaksasi Otot Progresif Dalam Mengatasi Insomnia Di Panti Tesna Werdha*. Jurnal Keperawatan.
- Hartono, B. 2011. Analisis Faktor Risiko Hipertensi di Kelurahan Gunung Sarik Kecamatan Kuranji. *Jurnal Wiyata*. 2(3): 12-23.
- Haryati, Sagita & Lucia Ani Kristanti. (2020). *Pengaruh Senam Ergonomik Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Gunungsari Kecamatanmadiun Kabupaten Madiun*. *Jurnal of Nursing Care & Biomolecular*.
- Ilmi, dkk. (2019). *Analisis Asuhan Keperawatan Gerontik Dengan Masalah Keperawatan Utama Gangguan Pola Tidur Dengan Senam Yoga Di Desa Sidoharum Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen*. *Jurnal Keperawatan*.
- Infodatin. 2014. *Mencegah Dan Mengontrol Hipertensi Agar Terhindar Dari Kerusakan Organ Jantung, Otak dan Ginjal*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Jian, R. (2011). *Pengobatan alternatif untuk mengatasi tekanan darah*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama
- JNC VII. 2004. *The Seventh Report of the Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure*. USA: U.S Departement of Health and Human Services.

KEMENKES RI. (2017). *Analisis Lansia*. Pusat Data dan Informasi.

Kementerian Kesehatan RI. 2014. *Hipertensi*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi
Kementrian Kesehatan RI.

_____. _____. *Infodatin Hipertensi*. Jakarta: Pusat Data
dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.

_____. _____. *Mencegah dan Mengontrol Hipertensi*.
Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.

Komnas Lansia. (2010). *Profil Penduduk Lanjut Usia 2009*. Jakarta.

Machfoedz, I & Suryani, E. (2013). *Pendidikan Kesehatan Bagian Dari Promosi
Kesehatan*. Yogyakarta: Fitramaya.

Mahardani, N.M.A.F. (2010). *Pengaruh Senam Jantung Sehat terhadap
Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di klub
Jantung Sehat Klinik Kardiovaskuler Rumah Sakit Hospital Cinere
tahun 2010*. Skripsi: program Studi S-1 keperawatan.

Manembu, M., Rumampuk, J., & Danes, V.R. (2015). *Pengaruh Posisi Duduk dan
Berdiri terhadap Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik pada Pegawai
Negeri Sipil*.

Manikone, S. Dkk. (2016). *Gambaran Konsumsi Makanan Laut Penderita
Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Dago Kecamatan Tamako*.

Maryam, dkk. (2011). *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta:
Selemba Medika.

Miller, C.A. (2012). *Nursing For Wellness In Older Adults*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.

Mubarak. (2006). *Ilmu Keperawatan Komunitas Konsen dan Aplikasi*. Jakarta: Salemba Medika.

Novia Putri Ningsih, 2015. Pengaruh Senam Ergonomis Terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi Di Posyandu Lansia Ayah Bunda Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Padang. <http://scholar.unand.ac.id/384/>.

Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta : Rineka Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

Nugroho. (2008). *Keperawatan Gerontik*. Buku Kedokteran. EGC. Jakarta : Salemba Medika.

Nugroho, W. H. 2012. *Keperawatan Gerontik & Geriatrik*. Ed. 3. Jakarta : EGC

Osama, Muhammad & Reem Javed Malik. (2019). *Salat (Muslim Prayer) As A Therapeutic Exercise*. *Journal of the Pakistan Medical Association*. Pakistan. K Vol. JAJAA 69, BANGSA No. 3. <https://www.researchgate.net/publication/331224621>

Padila. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik, Dilengkapi Aplikasi Kasus Asuhan Keperawatan Gerontik, Terapi Modalitas, Dan Sesuai Kompetensi Standar*. Yogyakarta : Penerbit Nuha Medika.

Potter, P. A., & Perry, A. G. (2010). *Fundamental Keperawatan* (Ed. 7 Vol. 2). Jakarta: Salemba Medika.

Priyoto, (2015). *NIC Dalam Keperawatan Gerontik*. Jakarta. Selemba Medika.

Priyanti, K. (2016). Pengaruh Senam Ergonomik Secara Kelompok dan Individu Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi di Kelurahan Gisikdrono Semarang dari <http://ejournal.stikestelogorejo.ac.id/index.php/ilmukeperawatan/article/view/577> diakses pada tanggal 28 Maret 2019.

Ratnawati. E. (2015). *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: PT. Pustaka Baru.

Retnaningsih, Dwi & Khoirunnisa Nur Afriani. 2019. *Ergonomics Gymnastic Influence On Elderly Blood Pressure With Hypertension. European Journal Of Pharmaceutical And Medical Research*.

Rizqiyatiningsih, S. (2014). Pengaruh Senam Ergonomik Terhadap Penurunan Tekanan Darah dengan Hipertensi Derajat I pada Lansia di Desa Wironanggan Kecamatan Gatak Sukoharjo dari <http://eprints.ums.ac.id/30725/> diakses pada tanggal 13 Februari 2019.

Sagiran. 2013. *Mukjizat Gerakan Shalat*. Jakarta.

Setyowati, S. 2015. *The Effect Of Ergonomis Gymnastic Toward Elderly Sleep Quality In Bantul Yogyakarta. University Research Coloquium*. 3(1): 190– 200.

Sherwood, Laura Iee. (2011). *Fisiologi Manusia*. Jakarta : EGC.

Silverthorn, D. 2010. *Fisiologi Manusia*. Jakarta: EGC.

Smeltzer, Suzanne C, Brenda G Bare. (2002). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddart Edisi 8 Vol 2*. Jakarta: EGC.

So'emah, Nur Eka., dkk. (2017). *Pengaruh Gimnastik Ergonomi Terhadap Profil Lipid Dan Tekanan Darah Pada Pasien Dengan Hipertensi Di Desa Sumber Agung Kabupaten Jatirejo Kabupaten Mojokerto*.
Jurnal Internasional Keperawatan dan Kebidanan

Soenarta, A. 2015. *Pedoman Tatalaksana Hipertensi Pada Penyakit Kardiovaskuler*. Jakarta: Indonesia Heart Association.

Stanhope, M., & Lancaster, J. (2016). *Public health nursing population centered health care in the community (9th Ed)*. Missouri : Elsevier.

Sutanto. (2010). *Cekal (Cegah dan Tangkal) Penyakit Modern Hipertensi, Stroke, Jantung, Kolesterol, dan Diabetes*. Yogyakarta: C.V Andi Offset.

Syahfitri, M. (2015). Efektifitas Senam Jantung dan Senam Ergonomik Kombinasi Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Primer. Volume 2. Halaman 1251, 1255-1256.
dari [https://jom.unri.ac.id/index.php/JO MPSIK/article/view/8290](https://jom.unri.ac.id/index.php/JO_MPSIK/article/view/8290)
diakses pada tanggal 13 Februari 2019.

Tamher, S & Noorkasiani. (2009). *Kesehatan Usia Lanjut dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*. Jakarta: Selemba Medika.

Taufan, N. (2011). *Anatomi fisiologi Jantung dan Pembuluh Darah*. Jakarta: EGC

Thahir, Andi. (2014). *Pengaruh Progressive Muscle Relaxation Terhadap Insomnia Pada Lansia Di Panti Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Natar Provinsi Lampung*. Jurnal Keperawatan.

Triyanto, Endang. (2014). *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Udjianti, Wajan. (2011). *Keperawatan Kardiovaskular*. Jakarta: Salemba Medika.

Upriani & Wiwin P. H. (2018). *Pengaruh Senam Ergonomik Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta*. Jurnal Kesehatan Madani Medika.

WHO. 2013. *About Cardiovascular Diseases*. World Health Organization. Geneva. Cited July 15th 2018. Available from URL : http://www.who.int/cardiovascular_diseases/about_cvd/en/ accessed on

World Health Organisations. (2015). *Interesting Facts About Ageing*.

Wratsongko, M. (2014). *Mukjizat Gerakan Shalat & Rahasia 13 Unsur Manusia*. Jakarta: Mizan Digital Publish.

Yonata, A., Satria, A. (2016). *Hipertensi sebagai Faktor Pencetus Terjadinya Stroke*. Majority Vol. 5 No. 3.

Zunaidi, Ahmad. (2014). Pengaruh Pijat Refleksi terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Klinik Sehat Hasta Therapetika Tugurejo Semarang. (Pengaruh Pijat Refleksi terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Klinik Sehat Hasta Therapetika Tugurejo Semarang). Diakses tanggal 20 Januari 2016 dari <http://jurnal.unimus.ac.id/index.php/psn12012010/ar>