

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, L. 2019. Determinan Hipertensi Pada Lanjut Usia. *Jambura Health and Sport Journal*. 1(2): 82–89.
- Amalia, A., dan Kristiana, D. 2021. Pengaruh Senam Aerobic Low Impact Terhadap Penderita Hipertensi Pada Lansia. *Narrative Review*.
- Astuti, Y., Depeda, A., Sari, R. P. dan Tangerang, S. Y. 2022. Pendampingan Pengelolaan Tekanan Darah Tinggi Dengan Senam Dan Diet Hipertensi Pada Kelompok Lansia Di Kelurahan Banyuurip. *Ejournal.Poltekkes-Smg.Ac.Id*. 1(9): 17–22.
- Cahyati, Y., Somantri, D. H. I. Cahyati, A. Rosdiana, I. Sugiarti, D. I. Iman, A. T. dan Puruhita, T. K. A. 2021. *Penatalaksanaan Terpadu Penyakit Tidak Menular*. CV Budi Utama.
- Damayanti, R., dan Hasnawati. 2022. Senam Aerobic Low Impact dan Slow Deep Breathing (SDB) terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Pasien dengan Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Silampari*. 5(2): 781–788.
- Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2020. Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi Bali 2020. *Kesehatan Provinsi Bali*. 3: 103–111.
- Ekayani, N. P. K., Meliati, L. dan Irmayani, I. 2022. Penerapan Senam Seniorita (Senam Aerobik Low Impact Dan Senam Tera) Terhadap Pengurangan Keluhan Ibu Premenopause di Desa Karang Bayan Kabupaten Lombok Barat. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*. 5(4): 457–462.
- Faj, N., Rahim, A. F. Nuriya, I. dan Khairunnisa. 2023. Terapi Latihan Pada Wanita Menopause Di Rumah Sakit Haji Surabaya. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*.
- Ferawati, Zahro, F., dan Hardianti, U. 2020. Pengaruh Senam Aerobik Low Impact Terhadap Perubahan Tekanan Darah Lansia Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Makia*. 10(2): 41–48.
- Fetriwahyuni, R., Rahmalia, S. dan Herlina. 2015. *Pengaruh Senam Aerobic Low Impact Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi*. 2(2).
- Handayani, R., Eliwarti, dan Sundari, M. 2022. Pengaruh Aktivitas Fisik Jalan Pagi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Pauh. *Al-Asalmiya Nursing Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Sciences)*. 10(2): 104–110.

- Hartati, S., Kamesyworu, Elviani, Y. dan Haryanti, E. 2023. Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi di Posbindu Pujasuma Kelurahan SP VI Sari Bungamas Tahun 2022. *Jurnal Abdi Kesehatan Dan Kedokteran*. 2(1): 92–102.
- Hasmiati, H., dan Rusli, M. 2022. Pengaruh Latihan Senam Aerobic Low Impact Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Klub Jantung Sehat Alfa Farma. *JOKER (Jurnal Ilmu Keolahragaan)*. 3(3): 120.
- Hastuti, A. P. 2022. *Hipertensi*. Jawa Tengah: Lakeisha.
- Isroni, A. 2022. *Hubungan Kombinasi Senam Bugar Lansia Dan Aerobic Low*. 3(47).
- Jayanti Dewi, K. 2023. *Senam Aerobik*. Media Sains Indonesia
- Kemendes RI. 2018. Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*. 53(9): 1689–1699.
- Kurnia, A. 2020. *Self-Management Hipertensi*. Surabaya: CV. Jakad Media Publishing.
- Lia, S. 2022. Penerapan Terapi Bekam Dalam Menurunkan Tekanan Darah Tinggi Terhadap Penderita Hipertensi. *UWHS*, 8.5.2017, 2003–2005.
- Manurung, N. 2018. *Keperawatan Medikal Bedah Konsep Mind Mapping dan Nanda NIC NOC, Solusi Cerdas Lulus UKOM Bidang Keperawatan* (Jilid 2). CV. Trans Info Media.
- Muhdiana, D., Umeda, M. Misparsih, Naryati, Sugiatmi, dan Risqiya, F. 2020. *Modul Kesehatan Lansia Dengan Hipertensi*.
- Mustika, I. W., and Sudiantara, K. 2019. Effects Of Health Promotion With Family Approaches On Blood Pressure And Headache Toward Elderly. *International Journal of Health Sciences*. 3(3): 8–16.
- Mustika, I. W., Sudiantara, K. and Lestari, A. S. 2021. Health Education With Audiovisual Media And Relaxation Massage In Lowering Blood Pressure And Improved Sleep Quality For The Elderly. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*. 9: 118–123.
- Nasrullah, D. 2016. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan Nanda, NIC-NOC*. CV. Trans Info Media.

- Ningsih, A. T. M. dan Kartika, R. 2021. Pengaruh Senam Lansia terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia. *Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan*. 8(1): 18–23.
- Nurafifah, A. S. 2021. Senam Aerobik Low Impact dapat Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi. *Dohara Publisher Open Access Journal*. 01(01): 1–6.
- Nursalam. 2017. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis* (4 ed). Jakarta: Salemba Medika.
- Pangastuti, K. R. W. P. Putra, G. N. W. dan Ridayanti, P. W. 2022. Pengaruh Terapi Slow Stroke Back Massage (Ssbm) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di. *Jurnal Kesehatan Midwinerslion*. 7: 39–44.
- Prasetyo, D. M. dan Burhanto. 2021. Pengaruh Intervensi Terapi Musik Klasik Terhadap Kestabilan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Desa Sidomulyo Kecamatan Tabang Kabupaten Kutai Kartanegara. *Borneo Student Research*. 3(1): 517–525.
- Priyanto, A. 2018. *Modul Sehat Negeriku dengan Senam Aerobik* (Modul Tema). Direktorat Pembinaan Pendidikan Keaksaraan dan Kesetaraan-Ditjen Pendidikan Anak Usia Dini dan Pendidikan Masyarakat-Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Putri, A. I. 2021. Pengaruh Senam Aerobic Low Impact Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Panti Sosial. 1–103.
- Ramadhani, A. Ika. dan Santik, Y. 2022. Indonesian Journal of Public Health and Nutrition Pengaruh Senam Lansia Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Article Info. *Ijphn*. 2(1): 2022–2023.
- Ramdhani, R. R., Yulita, E. dan Erika. 2021. Pengaruh Senam Lansia terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Panti SosialTresna Werdha Khusnul Khotimah Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Maharatu*. 2(2): 60–70.
- Ratnawati, E. 2017. *Asuhan Keperawatan Gerontik* (1st ed.). Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Rinaldi, S. F. dan Mujiyanto, B. 2017. *Metodologi Penelitian dan Statistik* (1st ed.). Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan Badan Pengembangan dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan.
- Rusnoto, Prasetyawati, N. dan Ahmad. 2022. Pengaruh Terapi Progressive Muscle

- Relaxation dengan Perubahan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Batealit Kabupaten Jepara. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan Vol.13 No.2*. 1(1): 425–431.
- Saputra, S. dan Syaefunnuril, H. A. 2023. Penurunan Nyeri Kepala Melalui Teknik Relaksasi Autogenic Pada Penderita Hipertensi. 14(1): 345–353.
- Saragih, F. L. Harianja, E. S. Damanik, R. K. dan Sembiring, R. 2023. *Terapi Senam Lansia Untuk Penurunan Tekanan Darah Di Yayasan Guna Budi Bakti Medan*. 4(1): 89–94.
- Sari, N. A. dan Sarifah, S. 2016. *Senam Aerobik Low Impact Intensitas Sedang Terhadap Perubahan Tekanan Pada Lansia*. 13: 50–54.
- Siskamulyani, Apriyanto. dan Yanti, S. 2020. Pengaruh Senam Low Impact Terhadap Tekanan Darah Pra Lansia Dengan Hipertensi di Puskesmas Sail Kota Pekanbaru. *Ensiklopedia of Journal*. 2(2): 155–164.
- Sitanggang, Y. F. Frisca, S. Sihombing, R. M. Koerniawan, D. Tahulending, P. S. Febrina, C. Purba, D. H. Saputra, B. A. Rahayu, D. Y. S. Paula, V. Pranata, L. dan Siswandi, Y. 2021. *Keperawatan Gerontik*. Yayasan Kita Menulis.
- Sulistianto, E. Wirakhmi, I. N. dan Susanto, A. 2021. Pengaruh Senam Hipertensi terhadap Penurunan Tekanan Darah di Desa Panerusan Kulon Wilayah Kerja Puskesmas Susukan 2 Kabupaten Banjarnegara. *Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*. 637–647.
- Sumartini, N. P. Zulkifli, dan Adhitya, M. A. P. 2019. *Pengaruh Senam Hipertensi Lansia Terhadap Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cakranegara Kelurahan Turida Tahun 2019*. 1(2): 47–55.
- Syafitri, R. Safitri, Y. dan Dhillon, D. A. 2023. *Pengaruh Terapi Musik Islami Terhadap Kecemasan Pada Penderita Hipertensi Di Desa Batu Belah Wilayah Kerja Puskesmas Air Tiris*. 01(02): 144–154.
- Syukkur, A. Vinsur, E. Y. Y. dan Nurwiyono, A. 2022. Pemberdayaan Kader Lansia Dalam Upaya Penatalaksanaan Hipertensi. *Selaparang Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*. 6(2): 624–629.
- Telaumbanua, A. C. dan Rahayu, Y. 2021. Penyuluhan Dan Edukasi Tentang Penyakit Hipertensi. *Jurnal Abdimas Saintika*. 3(1): 119.
- WHO. 2015. *World Health Organization Technical Report Series 862*.
- Widjayanti, Y. Silalahi, V. Merrianda, P. 2019. Pengaruh Senam Lansia Aerobic

Low Impact Training Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*. 4(2): 137–142.

Wijaya, A. S. dan Yessie, M. P. 2013. *Keperawatan Medikal Bedah Keperawatan Dewasa Teori Dan Contoh Asuhan Keperawatan* (1st ed.). Nuha Medika.