

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, F., Darmiati, D., Arfan, F., & Putri, A. A. Z. (2021). Pelatihan dan Pendampingan Kader Posyandu Lansia di Kecamatan Wonomulyo. *Jurnal Abdidas*, 2(2), 392–397. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v2i2.282>
- Aliya Ika Ramadhani, Y. D. P. S. (2022). Pengaruh Senam Lansia Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 2, 1–6.
- Andri D. Hernawan, Dedi Alamsyah, M. M. S. (2017). Efektivitas kombinasi senam aerobik low impact dan terapi murottal quran terhadap perubahan tekanan darah pada lansia hipertensi di upt panti sosial tresna werdha mulia dharma kabupaten kubu raya. *Jurnal Mahasiswa Dan Penelitian Kesehatan*, 1–15.
- Angga, D. ., & Sugiharto. (2006). Efek Iringan Musik Saat Berolahraga Terhadap Respon Jantung. *IPTEK Olahraga*, 11(1), 14–30.
- Daffa, F. M., & Vioneery, D. (2022). Pengaruh Terapi Seft Dan Terapi Benson Terhadap Penurunan Faculty of Health Sciences on Reducing High Blood Pressure in the Elderly. *Program Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta*, 17, 1–11.
- Dewi, R., & Rifki, M. (2020). Pengaruh Senam Aerobik Terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa. *Jurnal Stamina*, 3(6), 398–416. <http://stamina.ppj.unp.ac.id/index.php/JST/article/view/516>
- Dr. Sandu Siyoto, SKM, M. K. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*.
- Fatma ekasari, M. (2021). H i p e r t e n s i: kenali penyebab, tanda gejala dan penanganannya. *Hipertensi : Kenali Penyebab, Tanda Gejala Dan Penanganannya*.
- Fauziah, T., Nurmayni, Putri, R., Pidia, S., & Sari, S. (2021). Hipertensi Si Pembunuh Senyap “Yuk kenali pencegahan dan penanganannya.” In *Buku Saku*.
- Fredy Akbar, Hamdan Nur, U. I. H. (2020). *Karakteristik Hipertensi Pada Lanjut Usia Di Desa Buku*. 5, 35–42.
- Hasbi, H. Al, Ulfah, H. R., & Widyasari, I. (2023). Efektifitas Senam Aerobik Terhadap Tekanan darah Pada Penderita Hipertensi. *Indonesian Journal of Nursing and Health Sciences*, 1(1), 37–48.
- Hastuti, A. P. (2019). *Hipertensi*.
- Ifansyah, N., Herawati, & Diani, N. (2015). Senam lansia terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. *Jurnal Dk*, 3(1), 86–93.
- Indrawati, L. (2018). Pengaruh Senam Aerobik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Citra Delima : Jurnal Ilmiah STIKES Citra Delima Bangka Belitung*, 2(1), 31–38.

<https://doi.org/10.33862/citradelima.v2i1.10>

- Iqbal, M. F., & Handayani, S. (2022). Terapi Non Farmakologi pada Hipertensi. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 6(1), 41–51.
<https://doi.org/10.52643/jukmas.v6i1.2113>
- Jahirin, & Ela, N. (2018). Pengaruh Senam Jantung Sehat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Yang Menderita Hipertensi Di Panti Sosial. *Healthy Journal | Jurnal Ilmiah Kesehatan Ilmu Keperawatan*, VI(2), 19–28.
<https://ejournal.unibba.ac.id/index.php/healthy/article/view/481>
- Kemendes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kemendiknas Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Kristiani, B. R., & Dewi, A. A. (2021). Pengaruh Senam Lansia Terhadap Tekanan Darah Pada Hipertensi Di Posyandu Lansia Puntodewo Wilayah Penanggungan Rw 05 Surabaya. *Adi Husada Nursing Journal*, 3(2), 24–28.
- Kusumo, M. P. (2020). Buku Lansia. *Buku Lansia*, June, 64.
<https://id1lib.org/book/17513624/1d56ea>
- Marhabatsar, N. S., & Sijid, S. A. (2021). Review: Penyakit Hipertensi Pada Sistem Kardiovaskular. *Jurnal Biologi*, November, 72–78. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb>
- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis*.
- Paramita, D. P, Mustika I Wayan. . (2018). Physiological and psychosocial change and the need of health intervention model for elderly. *International Journal of Health Sciences (IJHS)*, 2(2), 61–67.
<https://doi.org/10.29332/ijhs.v2n2.160>
- Perdana, R. M., & Maliya, A. (2017). Senam Ergonomik dan Aerobic Low Impact Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi. *Berita Ilmu Keperawatan*, 10(1), 8–19.
<https://www.neliti.com/publications/337447/senam-ergonomik-dan-aerobic-low-impact-menurunkan-tekanan-darah-pada-lansia-hipe>
- Rahayu, N. P. D. S. (2019). SEHAT DAN BAHAGIA DENGAN SENAM BUGAR LANSIA. *SEHAT DAN BAHAGIA DENGAN SENAM BUGAR LANSIA*, 151, 10–17.
- Roza Fetriwahyuni, Siti Rahmalia, H. (2015). *PENGARUH SENAM AEROBIK LOW IMPACT TERHADAP TEKanan DARAH PENDERITA HIPERTENSI*. 2(2).
- Sari. (2016). Pengaruh Senam Poco Poco Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan*.
- Setiadi. (2013). *Konsep dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan (2nd ed)*.
- Soekarman, R. (2015). Senam Poco Poco Bagi Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*.

- Soekidjo, N. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Sudayasa, I. P., Rahman, M. F., Eso, A., Jamaluddin, J., Parawansah, P., Alifariki, L. O., Arimaswati, A., & Kholidha, A. N. (2020). Deteksi Dini Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular Pada Masyarakat Desa Andepali Kecamatan Sampara Kabupaten Konawe. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(1), 60–66. <https://doi.org/10.30994/jceh.v3i1.37>
- Sulistiyana, C. S. (2022). Pelatihan Senam Maumere Pada Penderita Hipertensi Di Kelurahan Tambak Wedi Surabaya. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 11–18. <https://doi.org/10.47560/pengabmas.v3i1.344>
- Sumiyarsi, I., Nugraheni, A., Cahyanto, E. B., & Musfiroh, M. (2021). Pengaruh tekanan darah terhadap aktivitas fisik lansia Effects of Blood Pressure on Physical Activity of the Elderyl. *PLACENTUM Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 9(1), 2021.
- Tulak, G. T., & Munawira Umar, D. (2017). Pengaruh Senam Lansia Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Penderita Hipertensi Di Puskesmas Wara Palopo. *Perspektif*, 02(01), 160–172. www.journal.unismuh.ac.id/perspektif
- Umeda, M., Naryati, Misparsih, Muhdiana, D., Jumaiyah, W., & Nurhayati. (2020). *Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jakarta i*.
- Yulianti, E. P., & Aminah, S. (2022). Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Stabilitas Tekanan Darah Penderita Hipertensi pada Lansia di UPT Puskesmas Bahagia Tahun 2022. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4, 1349–1358.