

DAFTAR PUSTAKA

- Abubakar, Rifa'i. 2021. *Pengantar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: SUKA-Press.
- Agustina, et al. 2014. *Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Lansia di Atas Umur 65 Tahun*. *Jurnal Kesehatan Komunitas* Vol.2 No.4.
- Andriani, et al. 2022. *Pengantar Keperawatan Gerontik*. Surakarta: Pradina Pustaka diakses pada tanggal 02 Maret 2023 dari <https://www.google.co.id/books>.
- Depkes RI. 2016. *Rencana Aksi Nasional Kesehatan Lanjut Usia Tahun 2016-2019*.
- Dian, Ika. 2017. *Pengaruh Jalan Pagi Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lanjut Usia Dengan Hipertensi di Desa Kalianget Timur Kecamatan Kalianget Kabupaten Sumenep*. *Journal Ners Lentera* Vol.5 No.1.
- Dinkes Provinsi Jawa Timur. 2021. *Profil Kesehatan 2021 Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur*. Surabaya: Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur.
- Donsu, et al. 2015. *Buku Panduan Praktik (2nd Edition) Kebutuhan Dasar Manusia 1*. Yogyakarta: Poltekes Yogyakarta.
- Fatimah, N. 2017. *Efektifitas Senam Ergonomik Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lanjut Usia Dengan Arthritis Gout*. *Jurnal Kesehatan* Vol.1 No.3.
- Gainau, Maryam B. 2016. *Pengantar Metode Penelitian* diakses pada tanggal 02 Juni 2023 dari <https://www.google.co.id/books>.
- Handayani, Sri Z., Rina Puspita S., & Wibisono. 2020. *Literature Riview Manfaat Senam Lansia Terhadap Kualitas Hidup Lansia*. *Jurnal BIMIKI* Vol.8, No.3.
- Hastjarjo, T Dicky. 2019. *Rancangan Eksperimen-Kuasi*. *Jurnal Buletin Psikologi* Vol.27, No.2.

- Hendra, et al. 2021. *Teori dan Kasus Manajemen Terapi Hipertensi*. Yogyakarta: Sanata Dharma University Press.
- Husin, Achmad. 2014. *Islam Dan Kesehatan*. Jurnal ISLAMUNA Vol.1 No.2.
- Ibrahim, Juliani. 2022. *Buku Metodologi Penelitian Kesehatan*. Pekalongan: PT Nasya Expanding Management diakses pada tanggal 23 Juli 2023 dari <https://www.google.co.id/books>.
- Iffah, Nur. 2019. *Pengaruh Senam Terhadap Penurunan Depresi Pada Lansia di Posyandu Kel.Madyopuro, Kec. Keungkandang Malang*. Jurnal Conference on Research & Community Services.
- Irfannuddin. 2019. *Cara Sistematis Berlatih Meneliti Merangkai Sistematika Penelitian Kedokteran Dan Kesehatan*. Jakarta: Rayyana Komunikasindo.
- Isnaeni, et al. 2023. *Aktivitas Fisik Lansia Untuk Mengontrol Hemodinamik Melalui Kombinasi Senam Tera dan Senam Pernafasan (SETAPA) Pada Lansia Dengan Hipertensi*. Jurnal Riset Kesehatan Masyarakat Vol.3 No.3.
- Isnawan, Muhammad G. 2020. *Kuasi-Eksperimen*. Nusa Tenggara Barat: Nashir Al-Kutub Indonesia.
- Ilmaskal, et al. 2023. *The Impact Of Tera Gymnastics On The Reduction Of Hypertension In The Elderly*. Journal Syntax Health Sains Vol.4, No.1.
- Jabani, dkk. 2021. *Prevalensi dan Faktor Risiko Hipertensi Derajat 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Poasia Kota Kendari*. Jurnal Nursing Update Vol.12 No.4.
- Jawapos. 2022. *Darah Tinggi Puncaki Daftar Penyakit Paling Banyak Diderita* diakses pada tanggal 26 Februari 2023 dari <https://radarmadiun.jawapos.com>.

- Kemenkes. 2019. *Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat* diakses pada tanggal 26 Februari 2023 dari <https://www.kemkes.go.id>.
- Khasanah, Uswatul & Siti Nurjanah. 2020. *Pengaruh Senam Tera Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi*. Indonesian Journal Of Nursing Science and Practice Vol. 3 No.1.
- Kholifah, Siti Nur. 2016. *Keperawatan Gerontik*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kiik, et al. 2018. *Peningkatan Kualitas Hidup Lanjut Usia (LANSIA) di Kota Depok Dengan Latihan Keseimbangan*. Jurnal Keperawatan Indonesia Vol.21, No.2.
- Kowel, dkk. 2016. *Pengaruh Senam lansia Terhadap Derajat Depresi Pada Lansia di Panti Werda*. Jurnal e-Biomedik (eBm) Vol.4 No.1.
- Kumalasari, et al. 2022. *Senam Tera Dalam Meningkatkan Kebugaran Jantung & Paru Pada Lansia*. Kediri: Lembaga mega Medika.
- Kurniawan, Wawan & Aat Agustini. 2021. *Metodologi Penelitian Kesehatan dan Keperawatan*. Cirebon: Rumah Pustaka diakses pada tanggal 02 Juni 2023 dari <https://www.google.co.id/books>.
- Mardius, Ali & Yuni Astuti. 2017. *Pengaruh Senam Lansia Terhadap Kebugaran Jasmani Warga Perumahan Pondok Pinang Kelurahan Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tangah Kota Padang*. Journal Of Education Research and Evaluation Vol.1(3) pp. 147-152.
- Maryanti, Dwi. 2023. *Perbandingan Efektifitas Senam Anti Hipertensi Dan Senam Tera Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Di Desa Senduro Kecamatan Senduro*. Jurnal Nursing Update Vol.14 No.4.
- Mauk, Kristen L. 2017. *Gerontological Nursing Competencies For Care Fourth Edition*. USA: Jones & Bartlett learning, C, an Ascend earning Company diakses tanggal 26 Februari 2023 dari <https://books.google.co.id>.

- Nindiana, et al. 2023. *Pengaruh Pemberian Senam Tera Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi*. *Aspiration of Health Journal* Vol.9 No.1.
- Notoatmojo. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Noviyanto, Antonius H. 2017. *Aplikasi Sensor Tekanan MPXM2053GS Pada Alat Uji Tekanan Sphygmomanometer Berbasis Mikrokontroler ATMEGA328*. *Jurnal Penelitian* Vol.21, No.1.
- Nuraini, Bianti. 2015. *Riks Factors Of Hypertension*. *Journal JMAJORITY* Vol.4 No.5.
- Nurarif, Amin Huda & Hardhi Kusuma. 2015. *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis & NANDA NIC NOC*. Jogjakarta: Mediacion Jogja.
- P2PTM Kemenkes RI. 2019. *Know Your Number, Kendalikan Tekanan Darahmu Dengan CERDIK* diakses pada tanggal 26 Februari 2023 dari <https://p2ptm.kemkes.go.id>.
- Pamungkas, Mohammad R. 2016. *Pengaruh Senam Bugar Lansia Terhadap Kualitas Hidup Lansia Usia 60 Tahun di Posyandu Lansia Karang Werdha kedurus Surabaya*. *Jurnal Kesehatan olahraga* Vol.06, No.2.
- Pratiwi & Siti Khoiroh M. 2021. *Pengaruh Senam Tera Terhadap Tekanan Darah dan Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pada Lansia di PSTW Nirwana Puri Samarinda*. *Borneo Student Research* Vol.3 No.1.
- Purwanto. 2018. *Teknik Penyusunan Instrumen*. Magelang: StaiaPress.
- Putri, Astuti. 2022. *Pengaruh Senam Tera Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi di Puskesmas Gunung Medan*. Vol.02 No.1.
- Rahmiati, Cut & Tjut Irma Z. 2020. *Pengaruh Senam Lansia Terhadap tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi*. *Jurnal Penjaskesrek* Vol.7, No.1.

- Riset Kesehatan Dasar. 2013. *Badan dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi.
- Riskesdas Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Hipertensi Membunuh Diam-diam Ketahui Tekanan Darah Anda* diakses pada tanggal 26 Februari 2023 dari <https://www.kemkes.go.id>.
- Riyanto, Slamet & Andi Rahman P. 2022. *Metode Riset Penelitian Kesehatan & Sains*. Yogyakarta: DEEPUBLISH.
- Sartika, et al. 2020. *Senam Lansia Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia*. Journal of Telenursing (JOTING) Vol.2, No.1.
- Segita, Riri. 2022. *Pengaruh Pemberian Senam Tera Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Lansia Hipertensi*. Jurnal Public Health Vol.9, No.1.
- Setiana, Anang & Rina Nuraeni. 2018. *Riset Keperawatan*. Cirebon: ovRinz Publishing.
- Sitinjak, et al. 2022. *Pengaruh Senam Tera Indonesia Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Desa Pasar Melintang Kecamatan Lubuk Pakam*. Jurnal Kesehatan dan Fisioterapi Vol.2, No.3.
- Sofiyetti, et al. 2023. *Bunga Rampai Statistik Kesehatan*. Banyumas: PT. Pena Persada Kerta Utama diakses pada 23 juli 2023 dari <https://www.google.co.id/books>.
- Sukendra, I Komang & I Kadek Surya A. 2020. *Instrumen Penelitian*. Bali: Mahameru Press.
- Sunaryo, et al. 2015. *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: CV. ANDI OFFSET diakses pada 02 Desember 2023 dari <https://www.google.co.id/books>.

- Swarjana, I Ketut. 2023. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: CV Andi Offset diakses pada tanggal 24 Juli 2023 dari <https://www.google.co.id/books>.
- Sya'diyah, Hidayatus et al. 2023. *Keperawatan Dasar*. Jambi: PT. Sonpedia Publishing Indonesia diakses pada tanggal 02 Desember 2023 dari <https://www.google.co.id/book>.
- Syarli, Setiadi & Larasuci Arini. 2021. *Faktor Penyebab Hipertensi Pada Lansia: Literature Riview*. Ahmar Metatasis Health Journal Vol.1 No.3 Hal. 112-117.
- Triyanto, E. 2014. *Pelayanan keperawatan bagi penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Tulak, Grace Tedy & Munawira Umar. 2017. *Pengaruh Senam Lansia Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Penderita Hipertensi di Puskesmas Wara Palopo*. Jurnal Perspektif Vol.02, No.01.
- Yanita. 2017. *Berdamai Dengan Hipertensi*. Jakarta: Tim Bumi Medika diakses pada tanggal 01 Desember 2023 dari <https://books.google.co.id>.
- Yanti, Meyi., Alkafi & Defi Yulita. 2021. *Senam Lansia Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi*. JIK (Jurnal Ilmu Kesehatan) Vol.5, No.1 Hal.44-51.
- Yantina, Yuli & Ajeng Saputri. 2019. *Pengaruh Senam Lansia Terhadap Tekanan Darah Pada Wanita Lansia Dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Banjarsari Metro Utara Tahun 2018*. Jurnal Farmasi Malahayati Vol.2 No.1.
- Yuliawan, Kristia. 2021. *Pelatihan SmartPLS 3.0 Untuk Pengujian Hipotesis Penelitian Kuantitatif*. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Vol.5, No.1.
- Whelton, et al. 2018. *2017 ACC/AHA/AAPA/ABC/ACPM/AGS/AphA/ASH/ASPC /NMA/PC Guideline for the Prevention, Detection, Evaluation, and*

Management of High Blood Pressure in Adults: Executive Summary: A Report of the American College of Cardiology/American Heart Association Task Force on Clinical Practice Guidelines. Journal Hypertension Vol.71, Issue.6.

Widiyono, et al. 2022. *Aktivitas Fisik Untuk Mengatasi Hipertensi*. Kediri: Lembaga Chakra Brahmanda Lentera diakses pada tanggal 5 Maret 2023 dari <https://www.google.co.id>.

Windri, Tabita M et al. 2019. *Pengaruh Aktvitas Fisik dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi di Panti Werdha Maria SUDarsih Ambarawa*. Jurnal Mitra Pendidikan (JMP Online) Vol.3 No.11.

