

Daftar Pustaka

- Akhmadi, Abu. Psikologi Sosial. Jakarta: Rineka Cipta. 2009.
- Arikunto.2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Aryana, Kadek Oka, dkk. "Pengaruh Tehnik Telaksasi Benson Terhadap Penurunan Tingkat Stres Lansia Di Unit Rehabilitas Sosial WeningWardoyo Ungaran." *Jurnal Keperawatan Jiwa* 1.2 2013.
- Asmadi. Teknik prosedural keperawatan konsep dan aplikasi kebutuhan dasar klien. Jakarta :salemba medika. 2009.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2018. *Hasil Utama RISKESDAS 2018*:Jakarta.Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Bandiyah, Siti. Lanjut Usia Dan Keperawatan Gerontik. Yogyakarta: Nulia Medika. 2009.
- Benson, H & Proctor, W. Dasar-Dasar Respon Relaksasi. Bandung: Kaifa. 2000.
- Benson, H & Proctor, W. Dasar-Dasar Respon Relaksasi: Bagaimana Menggabungkan Respon Relaksasi dengan Keyakinan Pribadi Anda.Bandung: Kaifa. 2002.
- Brunner dan Suddart. *Keperawatan Medikal Bedah—Vol. 2 Ed.8*. Jakarta: EGC.2002.
- Dahlan, M. Sopiudin. Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan. Jakarta:Salemba Medika, 2011.
- Guyton dan Hall. 2008. Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. Edisi 11. Jakarta:Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Heriyanto, Bambang(2015).Tehnik Relaksasi Dzikir Nafas terhadap Kebutuhan Tidur Lansia Di Panti Hargo Dedali Surabaya
- Hidayat, A. A. Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data. Jakarta: Salemba Medika. 2007.
- Hidayati, Wahyu. C. Pengaruh Terapi Religius Zikir Terhadap Peningkatan Kemampuan Mengontrol halusinasi di RSUD DR. Amino Gondohutomo.2014.
- Kemenkes RI. “Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia” . Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan1, 2013.

- Kumala,Olivia Dwi.,Kusprayogi,Yogi,& Nashori, Fuad(2017). *Efektivitas Pelatihan dzikir dalam meningkatkan Ketenangan Jiwa Pada Lansia Penderita Hipertensi*. Jurnal Ilmiah Psikologi volume 4 No 1, 55-66.
- Mareta. 2016. *Pengaruh Kombinasi Teknik Relaksasi Benson dan Aromaterapi Lavender Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Primer di RSUD Dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri*. Stikes Kusuma Husada Surakarta.
- Marliani. (2007). *Hipertensi dan Faktor Resikonya Dalam Kajian Epidemiologi*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Notoadmodjo. 2010. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugroho. 2012. *Metode Kualitatif Pendekatan Pengambilan Keputusan Untuk Ilmu Sosial Dan Bisnis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nugroho, Wahjudi Keperawatan Gerontik dan Geriatrik. Edisi 3. Jakarta: EGC. 2008.
- Nurrahmani, U. (2012). *Stop Hipertensi*. Yogyakarta: Familia.
- Nurhidayat, S.(2015). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi*. Ponorogo. UNMUH Ponorogo Press.
- Nursalam.2016. *Metodologi penelitian Ilmu Keperawatan*.Jakarta:Salemba Medika.
- Padila, Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Cetakan Pertama.Yogyakarta: NuhaMedika, 2013.
- Pieter, H.Z., & Lubis, N.L. Pengantar psikologi dalam keperawatan. Jakarta: Kencana.2010.
- Prajayanti, Eska Dwi., Sari, Irma Mustika(2017).Relaksasi Benson Mempengaruhi Aspek Psikologis Pada Kualitas Hidup Pasien Pasca Kemoterapi CA MAMAE.*Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan* volume 13 No 2.
- Purwanto, Setiyo dan Siti Zulaekah. Pengaruh Pelatihan Relaksasi untuk Mengurangi Gangguan Insomnia. (Online) (<http://klinis.wordpress.com>). 2007.
- Pusat data dan Informasi. 2014. *Infodatin Hipertensi*.: Jakarta.Kementrian kesehatan Republik Indonesia
- Rifki, Hamdani. Pengaruh Terapi Dzikir terhadap Tekanan Darah Pada Lansia
- Rufaida, Zulfa., *Terapi Komplementer*. Mojokerto. STIKes Majapahit

- Sudiyanto, H dan Wahid, A. Pengaruh Terapi Dzikir terhadap Kualitas Tidur Pasien Hospitalisasi di RS Islam Sakinah Mojokoerto, *Jurnal Keperawatan Bina Sehat* Vol.9 No.1,78-86.2017
- Suhadak. 2010. *Pengaruh Pemberian The Rosella Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pada Lansia Di Desa Windu Kecamatan Larangbinangun Kabupaten Lamongan*. Lamongan: BPPM Stikes Muhammadiyah Lamongan.
- Solehati, T., & Kosasih, C.E. (2015). *Konsep & Aplikasi Relaksasi*. Bandung: Refika Aditama.
- Suiraoaka, IP. (2012). *Penyakit Degeneratif: Mengenal, Mencegah dan Mengurangi Faktor Risiko 9 Penyakit Degeneratif*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Trullyen, V. Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Section Ceasaria. 2013.
- Wiramihardjo, S. Pengantar Psikologi Klinis. Bandung: Retika Aditama. 2006.
www.trancesolutions.cominfo@trance solutions.com. 2006.
- Widharto. 2007. Bahaya Hipertensi.
- World Health Organization (WHO). *Global hipertions report 2012*. Switzerland. 2012
- Zainul Zen. Hidup Sehat dengan Olah Lahir, Fikir, & Zikir. Jakarta : Qultummedia. 2007.