

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurossidi, Novitasari, D., & Khasanah, S. (2021). Hubungan Aktifitas Fisik dengan Kestabilan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di UPTD Puskesmas I Kembaran Kabupaten Banyumas. Fakultas Kesehatan Universitas Harapan Bangsa.
- Abraham, C., & Sheeran, P. (2015). The Health Belief Model. In M. Conner & P. Norman (Eds.), *Predicting Health Behaviour* (3rd ed.). Open University Press.
- Adiputra, I Made Sudarma dan Trisnadewi, Ni Wayan dan Oktaviani, Ni Putu Wiwik dan Munthe, Seri Asnawati dan Hulu, Victor Trismanjaya dan Budiastutik, Indah dan Faridi, Ahmad dan Ramdany, Ahmad dan Ramdany, Rosmauli Jerimia dan Tania, Putu Oky Ari dan Rahmiati, Baiq Fitria dan Lusiana, Sanya Anda dan Susilawaty, Andi dan Sianturi, & Efendi and Suryana. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yayasan Kita Menulis.
- Astuti, S., & Purwanti, D. (2021). Hubungan Tingkat Pendidikan dan Kepatuhan Lansia dalam Mengikuti Senam Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Komprehensif*, 7(2), 101–108.
- Astuti, S., & Purwanti, D. (2021). Hubungan usia dan kepatuhan lansia dalam mengikuti senam hipertensi di Puskesmas Sukoharjo. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 9(1), 45–52.
- Astuti, S., & Purwanti, D. (2021). Hubungan Usia dan Kepatuhan Lansia dalam Mengikuti Senam Hipertensi di Puskesmas Sukoharjo. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 16(2), 88–96.
- Barreto, P. S., Ferrandez, A. M., Martin, F., & Cesari, M. (2021). Exercise interventions for hypertension in older adults: A systematic review and meta-analysis. *Ageing Research Reviews*, 70, 101400. <https://doi.org/10.1016/j.arr.2021.101400>
- Bonsignore, C., et al. (2023). Physical exercise in resistant hypertension: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Cardiovascular Medicine*.
- Bowling, C. B., Lee, A., & Williamson, J. D. (2021). Blood Pressure Control among Older Adults with Hypertension: Narrative Review and Introduction of a Framework for Improving Care. *American Journal of Hypertension*, 34(3), 258–266. <https://doi.org/10.1093/ajh/hpab002>
- BPJS Kesehatan. (2021, April 25). Program BPJS Kesehatan Untuk Penderita Penyakit Kronis. https://infobpjs.id/prolanis-program-bpjs-kesehatan-untuk-penderita-penyakit-kronis/#google_vignette
- Brunner, L. S., & Suddarth, D. S. (2016). *Textbook of Medical-Surgical Nursing*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.

- Cao, L., Li, X., Yan, P., Wang, L., & Yu, H. (2019). The effect of aerobic exercise on blood pressure in elderly with hypertension: A meta-analysis. *International Journal of Nursing Sciences*, 6(1), 94–101. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2018.12.001>
- Cao, L., Li, X., Yan, P., Wang, X., Li, M., Li, R., Shi, X., Liu, X., & Yang, K. (2019). The effectiveness of aerobic exercise for hypertensive population: A systematic review and meta-analysis. In *Journal of Clinical Hypertension* (Vol. 21, Issue 7, pp. 868–876). Blackwell Publishing Inc. <https://doi.org/10.1111/jch.13583>
- Cavalcante, F., et al. (2021). Combined exercise training improves blood pressure and antioxidant capacity in elderly with hypertension. *Clinical Interventions in Aging*, 16, 343–352.
- Cornelissen, V. A., & Smart, N. A. (2013). Exercise training for blood pressure: A systematic review and meta-analysis. *Hypertension*, 61(4), 975–982. <https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.111.00699>
- Dewi Nurpuspitasari, A., Panji Azali, L. M., & Syolihan Rinjani Putri, D. (2024). The Relationship Between Frequency Of Active Participation In Prolanis And Blood Pressure Consistency In People With Hypertension At Mojolaban Community Health Center In Sukoharjo Regency.
- Dewi, R., & Ramadhani, D. (2020). Hubungan jenis kelamin dengan kepatuhan lansia dalam mengikuti senam hipertensi di Posyandu Lansia Kecamatan Tanjung. *Jurnal Ilmu Kesehatan Komunitas*, 11(2), 88–94.
- Diaz, K. M., & Shimbo, D. (2013). Physical activity and the prevention of hypertension. *Current Hypertension Reports*, 15(6), 659–668. <https://doi.org/10.1007/s11906-013-0386-8>
- Dika Lukitaningtyas, E. A. C. (2023). Hipertensi; Artikel Review. *Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 2(2), 100–117.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Ponorogo. (2023). Jumlah penderita hipertensi di kabupaten Ponorogo tahun 2023. <https://dashboard.ponorogo.go.id/datasets>
- Ehret, G. B., & Caulfield, M. J. (2013). Genes for blood pressure: an opportunity to understand hypertension. *European Heart Journal*, 34(13), 951–961. <https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehs455>
- Ekasari, F. M., Suryati, S. E., Badriah, S., Narendra, R. S., & Amini, I. F. (2021). H I P E R T E N S I: Kenali Penyebab, Tanda Gejala Dan Penangannya (A. Jubaedi, Ed.).
- Fauziah, D. W. & Mulyani, E. (2022). Hubungan Pengetahuan Terhadap Tingkat Kepatuhan Minum Obat Anti Hipertensi. *Indonesian Journal of Pharmaceutical Education*, 2(2), 94–100. <https://doi.org/10.37311/ijpe.v2i2.15484>
- Fitriani, L., & Wulandari, A. (2021). Hubungan Kebiasaan Memeriksa Tekanan Darah dan Kepatuhan Senam Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Medika*, 11(1), 22–29.

- Fitriani, R., & Wulandari, A. (2021). Hubungan kebiasaan cek tekanan darah dan stabilitas tekanan darah lansia. *Jurnal Keperawatan Medika*, 11(2), 33–41.
- Franco, M., et al. (2023). Adherence to aerobic training combined with high protein intake is associated with low blood pressure in older adults. *Aging Clinical and Experimental Research*.
- Ganong, W. F. (2019). *Review of Medical Physiology* (26th ed.). McGraw-Hill.
- Ganong, W. F., & Hall, J. E. (2016). *Review of Medical Physiology* (25th ed.). McGraw-Hill Education.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi analisis multivariat dengan program IBM SPSS 23*.
- Gonzalez, R., et al. (2022). Using the immediate blood pressure benefits of exercise to improve exercise adherence: A randomized clinical trial. *Preventive Medicine Reports*, 26, 101727.
- Handayani, R., & Utami, S. (2021). Tingkat kepatuhan minum obat dan dampaknya terhadap stabilitas tekanan darah. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 9(2), 60–67.
- Hasanah Haris, R. N., Masrida, W. O., Fitriana Muhammad Ali, N., Fitriani, R. D., Irwan, & Hayati, S. (2021). *Gambaran kepatuhan minum obat pasien Prolanis di Puskesmas Wua-Wua*. SAINTEKES: Jurnal Sains, Teknologi dan Kesehatan. <https://doi.org/10.55681/saintekes.v3i1.294>
- Hidayat, A. S. L. T. A. R. (2024). *Metodologi Penelitian Kuantitatif* (S. Shadiq, Ed.; Pertama). Takaza Innovatix Labs.
- Huang, H. L., et al. (2021). Effects of exercise and education programs on blood pressure control and adherence in older adults. *Journal of Geriatric Cardiology*, 18(3), 234–242.
- Indrayani, R., Sulastri, M., & Yuliana, E. (2022). Perbedaan tingkat kepatuhan lansia laki-laki dan perempuan dalam mengikuti senam hipertensi di Puskesmas Ujung Pandang, Makassar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 8(1), 33–39.
- Indrayani, T., Latifah, N. S., & Rifiana, A. J. (2022). Pengaruh senam terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 14(4), 1047–1052. <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v14i4.506>
- Karim, J., Ramli, H., Razi, S. Z. M., & Hassan, N. H. (2021). Relationship of Psychosocial Factors towards Medication Adherence among Hypertension Patients in A Tertiary Hospital. *IIUM Medical Journal Malaysia*, 20(2). <https://doi.org/10.31436/imjm.v20i2.1236>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Hipertensi*. Jakarta: Depkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman pengendalian penyakit tidak menular (P2PTM)*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit, Kementerian Kesehatan RI. <https://p2ptm.kemkes.go.id>

- Kesmas. (2024, December 13). Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis): Langkah Efektif Meningkatkan Kesehatan Masyarakat. <https://kesmas-id.com/program-pengelolaan-penyakit-kronis-prolanis-langkah-efektif-meningkatkan-kesehatan-masyarakat/>
- Khasanah, S., & Irma Susanti, M. P. (2019). Studi Kestabilan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Dan Faktor Yang Memengaruhinya. *Viva Medika: Jurnal Kesehatan, Kebidanan Dan Keperawatan*, 11(02), 84–96. <https://doi.org/10.35960/vm.v11i02.429>
- Khodijah, K., & Pramita Widodo, Y. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Melakukan Senam Lansia Di Kelompok Lanjut Usia Puskesmas Tegal Selatan. *Bhamada: Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan (E-Journal)*, 11(2), 6. <https://doi.org/10.36308/jik.v11i2.241>
- Korsager Larsen, M., & Matchkov, V. v. (2016). Hypertension and physical exercise: The role of oxidative stress. *In Medicina (Lithuania)* (Vol. 52, Issue 1, pp. 19–27). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/j.medici.2016.01.005>
- Lestari, R., Handayani, N., & Fitriani, A. (2021). Hubungan usia dengan kestabilan tekanan darah pada lansia hipertensi. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 9(1), 32–40.
- MacDonald, H. V., et al. (2016). Isometric exercise training for blood pressure management: A systematic review and meta-analysis. *Mayo Clinic Proceedings*, 91(4), 469–478.
- Mahabatsar, S. N., & Sijid, A. (2021). *Review: Penyakit Hipertensi Pada Sistem Kardiovaskular*.
- Mahmoodi, M., et al. (2022). Effect of exercise based on ACSM recommendations on blood pressure: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Hypertension*.
- Maksuk, M., Yusnelli, Y., & Shobur, S. (2020). Pengaruh Senam Prolanis Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 15(2), 99–105. <https://doi.org/10.36086/jpp.v15i2.616>
- Morisky, D. E., Ang, A., Krousel-Wood, M., & Ward, H. J. (2008). Retracted: Predictive Validity of a Medication Adherence Measure in an Outpatient Setting. *The Journal of Clinical Hypertension*, 10(5), 348–354. <https://doi.org/10.1111/j.1751-7176.2008.07572.x>
- Mulyadi, A., Cahyo Sepdianto, T., Hernanto, D., Kemenkes, P., & Keperawatan, M. J. (2019). Gambaran Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Yang Melakukan Senam Lansia. In *Journal of Borneo Holistic Health* (Issue 2).
- Mulyadi, A., et al. (2019). Pengaruh senam lansia terhadap kualitas tidur dan tekanan darah. *Jurnal Kesehatan*, 10(1), 21–29.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Rineka Cipta.

- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (Revisi Cetakan ke-1). PT Rineka Cipta.
- Novianti, T., Setyawan, H., & Anggraini, D. (2021). Kepatuhan Lansia terhadap Senam Hipertensi Meskipun Patuh Minum Obat. *Jurnal Keperawatan Komprehensif*, 9(1), 38–45.
- Noviati, E. (2022). Pengaruh senam terhadap penurunan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi di Dusun Cintasari Kecamatan Parigi Kabupaten Pangandaran. *Jurnal Kesehatan STIKes Muhammadiyah Ciamis*, 8(2), 14–25.
- Nurhalimah, N., & Isnawati, I. (2021). Perbedaan tingkat kepatuhan dalam mengikuti senam hipertensi antara perempuan dan laki-laki. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 123–130.
- Nurhalimah, N., & Isnawati, S. (2021). Perbedaan kepatuhan senam hipertensi antara lansia laki-laki dan perempuan di Puskesmas Cibinong. *Jurnal Keperawatan Medika*, 9(2), 56–63.
- Nurhasanah, S., Lestari, I., & Andriani, D. (2020). Dukungan sosial dan kepatuhan lansia terhadap senam hipertensi. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 9(1), 20–28.
- Nurhayati, L., & Yusuf, A. (2021). Hubungan jenis pekerjaan dan kepatuhan lansia dalam program Prolanis. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 9(2), 77–83.
- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* (P. Lestari, Ed.; 4th ed.). Salemba Medika.
- Obinna, C., et al. (2021). Aerobic exercise and hypertension in African adults: A meta-analysis. *Journal of Hypertension in Developing Countries*.
- Oliveros, E., Patel, H., Kyung, S., Fugar, S., Goldberg, A., Madan, N., & Williams, K. A. (2020). Hypertension in older adults: Assessment, management, and challenges. In *Clinical Cardiology* (Vol. 43, Issue 2, pp. 99–107). John Wiley and Sons Inc. <https://doi.org/10.1002/clc.23303>
- Park, S. H., Lee, J., Oh, M., & Kim, Y. (2021). Impact of physical activity on blood pressure in hypertensive patients: A meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Human Hypertension*, 36, 80–89. <https://doi.org/10.1038/s41440-021-00715-0>
- Pescatello, L. S., Buchner, D. M., Jakicic, J. M., Powell, K. E., Kraus, W. E., Bloodgood, B., Campbell, W. W., Dietz, S., Dipietro, L., George, S. M., Macko, R. F., Mctiernan, A., Pate, R. R., & Piercy, K. L. (2019). Physical Activity to Prevent and Treat Hypertension: A Systematic Review. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 51(6), 1314–1323. <https://doi.org/10.1249/MSS.0000000000001943>
- Priliana, A., et al. (2024). Efektivitas senam hipertensi terhadap tekanan darah pada lansia. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 12(1), 33–41.

- Priliana, K. W., Sumardino, & Khasanah, E. M. (2024). Implementasi Senam Hipertensi Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia. *Bhakti Sabha Nusantara*, 3(1), 45–48.
- Putri, N. A., & Andini, T. (2020). Senam hipertensi dan stabilitas tekanan darah lansia. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 12(2), 61–68.
- Putri, N., & Handayani, T. (2021). Pengaruh tingkat pendidikan terhadap kepatuhan lansia mengikuti senam hipertensi. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 9(1), 39–46.
- Putri, R. A., & Hartati, T. (2021). Pengaruh edukasi dan motivasi terhadap kepatuhan senam hipertensi pada peserta Prolanis. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 9(2), 123–130.
- Rahayu, I., & Santoso, T. (2020). Kepatuhan lansia dalam program Prolanis ditinjau dari aspek farmakologis dan non-farmakologis. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 10(2), 69–77.
- Rahma, S., & Suryani, N. (2020). Durasi hipertensi dan kepatuhan aktivitas fisik pada lansia. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 7(1), 61–68.
- Rahmawati, D., & Astuti, W. (2022). Hubungan antara kepatuhan senam hipertensi dan pengendalian tekanan darah pada lansia. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 10(1), 50–58.
- Rahmawati, S., & Yunita, I. (2020). Hubungan Tingkat Pendidikan dengan Kepatuhan Lansia Mengikuti Senam Hipertensi. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8(1), 45–53.
- Ramadhani, F., Subekti, N., & Kurniawan, D. (2022). Hubungan lama menderita hipertensi dengan kepatuhan lansia mengikuti senam. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 98–105.
- Rifai, A., Rambey, H., Kasim, F., Wasliati, B., Widyaningsih, F., & Nurhayati, N. (2023, November). Determinan kepatuhan konsumsi obat pasien hipertensi. *Haga Journal of Public Health*, 1(1), 1–7. <https://doi.org/10.62290/hjph.v1i1.8>
- Santaularia, N., Caminal, J., Arnau, A., Perramon, M., Montesinos, J., Abenoza Guardiola, M., & Jaarsma, T. (2017). The efficacy of a supervised exercise training programme on readmission rates in patients with myocardial ischemia: results from a randomised controlled trial. *European Journal of Cardiovascular Nursing*, 16(3), 201–212. <https://doi.org/10.1177/1474515116648801>
- Saqlain, M., et al. (2019). Determinants of non-adherence to hypertension treatment in Pakistan: A multicenter cross-sectional study. *BMJ Open*, 9(3), e024349. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-024349>
- Saqlain, M., Riaz, A., Malik, M. N., Khan, S., Ahmed, A., Kamran, S., & Ali, H. (2019). Medication Adherence and Its Association with Health Literacy and Performance in Activities of Daily Livings among Elderly Hypertensive

- Patients in Islamabad, Pakistan. *Medicina*, 55(5), 163. <https://doi.org/10.3390/medicina55050163>
- Sarfika Rika, I. M. Moh. Y. S. (2024). *Perawatan Diri Penderita Hipertensi Usia Dewasa: Berbasis Teori dan Riset* (Emy Rizka Fadilah, Ed.). Deepublish Digital.
- Sari, I. N. Y. (2022). *Berdamai Dengan Hipertensi*. Tim Bumi Medika.
- Sari, N., Utami, R., & Fitriyah, A. (2023). Kepatuhan Lansia dalam Mengikuti Senam Hipertensi Berdasarkan Jenis Kelamin. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 112–120.
- Sari, P. R., Sarimah, U., Fdiyah, U., Komalasari, U., & Narayani, T. (2024). Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tahun 2024. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(4).
- Sugiyono, Dr. P. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D* (Sutopo, Ed.; Kedua). ALVABETA.
- Suharti, S., & Widiastuti, I. (2020). Kombinasi intervensi obat dan senam hipertensi dalam pengelolaan tekanan darah lansia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 61–68.
- Suhartini, T., Widodo, D., & Sari, E. (2021). Hubungan jenis pekerjaan dengan stabilitas tekanan darah pada lansia. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 9(2), 61–68.
- Suling, W. R. F. (2018). *Hipertensi* (A. Simatupang, Ed.; 1st ed.). Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia.
- Sutton, S. (2001). Health Behavior: Psychosocial Theories. In *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences* (pp. 6499–6506). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B0-08-043076-7/03872-9>
- Syafitri, R., Nasution, Y., & Siregar, S. (2020). Faktor yang berhubungan dengan kepatuhan lansia mengikuti senam hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 18(2), 84–91.
- Waclawovsky, A., et al. (2020). Effect of exercise training on ambulatory blood pressure in resistant hypertension: A randomized clinical trial. *JAMA Cardiology*.
- Kusumawati, R. N., & Ismawati, I. (2021). Hubungan Kepatuhan Minum Obat dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan*, 8(1), 33–40.
- Widiyono, A. (2022). Analisis perbedaan jenis kelamin terhadap efektivitas senam lansia. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 6(3), 88–95.
- Williams Bryan, M. G. S. W. (2018). The Task Force for the management of arterial hypertension of the European Society of Cardiology (ESC) and the European Society of Hypertension (ESH). *European Heart Journal*, 40(5), 3021–3104.
- World Health Organization. (2023, March). *Hypertension*. *World Health Organization*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>

- Wu, M., Yang, Y., Zhang, D., et al. (2023). Effects of aerobic and resistance exercise on blood pressure in people with hypertension: A systematic review and network meta-analysis. *Hypertension Research*, 46, 2702–2713. <https://doi.org/10.1038/s41440-023-01499-2>
- Wulandari, D., & Putri, N. (2020). Hubungan kepatuhan senam hipertensi terhadap stabilitas tekanan darah lansia. *Jurnal Keperawatan*, 8(2), 40–47.
- Wulandari, E., & Pramesti, D. (2022). Hubungan Antara Kepatuhan Minum Obat dan Partisipasi Senam Hipertensi pada Lansia. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 14(1), 33–40.
- Yanti Meyi, A. Y. D. (2021). Senam Lansia Terhadap Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan (JIK)*, 5(1), 44–52.

