

DAFTAR PUSTAKA

- Agestin, N. (2020). *Asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut* [Karya Tulis Ilmiah, Poltekkes Kemenkes Denpasar]. Repository Institusi Poltekkes Denpasar. <https://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/id/eprint/10354>
- Ali, N., Afzal, S., Abbas, M. A., Mohsin, H., Mahmood, R., & Rehan, M. (2025). Effects of Surah Ar-Rahman therapy on the anxiety levels of medical students. *International Journal of Islamic and Complementary Medicine*. <https://islamicmedicine.or.id/index.php/ijim/article/view/109>
- American Heart Association. (2024). *Understanding blood pressure readings*. <https://www.heart.org/en/health-topics/high-blood-pressure/understanding-blood-pressure-readings>
- American Psychological Association. (2023). *Anxiety*. <https://www.apa.org/topics/anxiety>
- Arini, D. (2025). *Penerapan terapi hipnosis lima jari untuk menurunkan cemas pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan ansietas* [Skripsi, Universitas Muhammadiyah Ponorogo]. Repository Universitas Muhammadiyah Ponorogo. <https://eprints.umpo.ac.id/id/eprint/18352>
- Aspiani, R. Y. (2019). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien Gangguan Kardiovaskular Aplikasi NIC & NOC*. Jakarta: EGC.
- Astuti, R. T., Amin, M. K., & Purborini, N. (2017). Efektivitas Teknik Relaksasi Lima Jari terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi. *Jurnal Keperawatan dan Pemikiran Ilmiah*, 3(4), 16–25.
- Audhia, V., Mulia, M., & Damayanti, D. (2021). Gambaran teknik hipnosis lima jari dalam mengatasi kecemasan pada pasien hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 2(1), 11–15. <https://doi.org/10.57084/jiksi.v2i1.538>
- Berlianasari, R., & Fitriani, N. (2023). Efektifitas terapi hipnosis lima jari untuk menurunkan tingkat kecemasan pasien hipertensi. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 14(Nomor Khusus), 131–134. <https://doi.org/10.33846/sf14nk127>
- BPS Jatim. (2024). *Statistik kesehatan Provinsi Jawa Timur 2024*. Surabaya: BPS Jawa Timur.
- Bull, F. C., Al-Ansari, S. S., Biddle, S., Borodulin, K., Buman, M. P., Cardon, G., Carty, C., Chaput, J. P., Chastin, S., Chou, R., Dempsey, P. C., DiPietro, L., Ekelund, U., Firth, J., Friedenreich, C. M., Garcia, L., Gichu, M., Jago, R.,

- Katzmarzyk, P. T., ... Willumsen, J. F. (2020). World Health Organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behaviour. *British Journal of Sports Medicine*, 54(24), 1451–1462. doi.org
- Carey, R. M., Muntner, P., Bosworth, H. B., & Whelton, P. K. (2022). Prevention and control of hypertension. *Journal of the American College of Cardiology*, 79(20), 2054–2068.
- Centers for Disease Control and Prevention. (2022). *How smoking and secondhand smoke damage the heart*.
- Chrisnawati, G., & Aldino, T. (2019). Aplikasi pengukuran tingkat kecemasan berdasarkan skala HARS berbasis Android. *Jurnal Teknik Informatika*, 13(2), 277–282.
- Dalami, E., Nasihin, N., & Subiakto, T. (2023). Effect of five finger hypnosis anxiety hypertension clients at Puskesmas Neglasari, Tangerang City. *Journal of Smart Nursing and Health Science*, 1(1), 1–7. <https://doi.org/10.36743/josnhs.v1i1.442>
- Damansyah, H., Yunus, P., & Kasim, S. (2025). Efektivitas terapi hipnosis lima jari pada penurunan kecemasan pasien hipertensi di IGD. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(2), 40681. <https://doi.org/10.31004/jkt.v6i2.40681>
- DeWit, S. C., Stromberg, H. K., & Dallred, C. V. (2017). *Medical-surgical nursing: Concepts and practice* (3rd ed.). St. Louis, MO: Elsevier.
- Dinas Kesehatan Kota Kediri. (2025). *Laporan pemantauan penyakit tidak menular tahun 2025*. Kediri: Dinas Kesehatan Kota Kediri.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. (2023). *Profil kesehatan Provinsi Jawa Timur 2023*. Surabaya: Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. (2024). *Laporan kinerja instansi pemerintah (LKjIP) tahun 2023*. Surabaya: Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur.
- Fahmawati. (2018). *Penatalaksanaan farmakologi pada gangguan kecemasan*. Jurnal Keperawatan.
- Fauziah, L., dkk. (2024). *Metodologi Keperawatan*. Bandung: Cakra Publishing.
- Gusdiansyah, E., & Welly, W. (2022). Pengaruh Terapi Hipnotis 5 Jari Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Akibat Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, 13(2), 170–176.

- Hall, J. E. (2021). *Guyton and Hall textbook of medical physiology* (14th ed.). Philadelphia: Elsevier.
- Hall, J. E., do Carmo, J. M., da Silva, A. A., Wang, Z., & Hall, M. E. (2021). Obesity-induced hypertension: Interaction of neurohumoral and renal mechanisms. *Circulation Research*, 128(7), 991–1008.
- Handayani, R. (2018). Pengaruh komunikasi terapeutik terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi. *Jurnal Kesehatan*, 9(1).
- Handayani, S., dkk. (2023). Mekanisme Relaksasi Neuroendokrin dalam Penurunan Tekanan Darah melalui Intervensi Non-Farmakologis. *Jurnal Fisiologi Terapan*, 5(2), 110–118.
- Himpunan Perawat Medikal Bedah Indonesia. (2016). *Standar praktik keperawatan medikal bedah*. Jakarta: HIPMEBI.
- Imelisa, R., Roswendi, A. S., Wisnusakti, K., Ayu, I. R., Restiana, N., Kafkaylea, A., & Premium, C. (2021). *Keperawatan kesehatan jiwa psikososial*. Tasikmalaya: Edu Publisher.
- Inayati, A., & Aini, S. (2023). Efektivitas terapi hipnotis lima jari terhadap penurunan tekanan darah dan tingkat kecemasan pada pasien hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 19(1), 44–52.
- Indah, I. (2019). *Asuhan keperawatan pada pasien "Tn. R" dengan diagnosa medis hipertensi di Ruang Melati RSUD Bangil Pasuruan* [Karya Ilmiah Akhir Ners, STIKES Ngudia Husada Madura]. Repository STIKES Ngudia Husada Madura.
- Indra Ruswadi, Kayubi, & Nafisah Itsna Hasni. (2024). Five-Finger Hypnosis Lowers Anxiety in Elderly Hypertensive Patients. *Professional Health Journal*, 6(2), 675–680. <https://doi.org/10.54832/phj.v6i2.870>
- Indrawati, L., & Saryono. (2021). *Manajemen nyeri non-farmakologi pada pasien hipertensi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Indriani, T., Jarkawi, J., & Ridhani, A. R. (2024). Dhikr therapy: Overcoming life anxiety with Islamic counseling based on QS Ar-Ra'd verse 28. *Al-Hayat: Journal of Islamic Education*, 8(2), 562–571. <https://www.alhayat.or.id/index.php/alhayat/article/view/477>
- Joseph, G., Pham, V. T., Andersen, P. K., Marott, J. L., Møgelvang, R., Biering-Sørensen, T., & Torp-Pedersen, C. (2024). Cardiovascular events according to blood pressure thresholds recommended by ACC/AHA. *Blood Pressure*, 33(1), 2380346. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39018201/>

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Laporan nasional survei kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Pedoman pengendalian hipertensi di Indonesia*. Jakarta: Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular.
- Khairunnisa, A. (2019). Manfaat yoga dalam menurunkan tingkat kecemasan. *Jurnal Medika*.
- Khoirun, A. (2023). Asuhan Keperawatan Keluarga dengan Masalah Hipertensi dalam Pemenuhan Kebutuhan Istirahat dan Tidur. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(1), 45-52.
- Khoirunisa, D., Aeni, Q., Nurwijayanti, A., & Arisdiani, T. (2022). The Effect of Five Finger Therapy on Hypertension Elderly on Anxiety Reduction. *Proceedings of the International Conference on Nursing and Health Sciences*, 3(1), 79-88. <https://doi.org/10.37287/picnhs.v3i1.1132>
- Lakhsmi, B. S., & Yudyawati, A. I. (2021). Hipertensi masa kini dalam perspektif kesehatan masyarakat. *Sanus Medical Journal*, 1(1). <https://journal.uhamka.ac.id/index.php/smj/article/view/6606>
- Larasati, A., & Prihatanta, H. (2019). Pengaruh terapi musik terhadap tingkat kecemasan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*.
- Lestari, N. (2023). *Hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur mahasiswa Pondok Pesantren Khoirul Huda (PPMKH) Surabaya dan implementasinya sebagai media edukasi e-booklet* [Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surabaya]. Repository Universitas Muhammadiyah Surabaya. <https://repository.um-surabaya.ac.id/id/eprint/9444>
- Libby, P., Buring, J. E., Badimon, L., Hansson, G. K., Deanfield, J., Bittencourt, M. S., Tokgözoğlu, L., & Lewis, E. F. (2019). Atherosclerosis. *Nature Reviews Disease Primers*, 5(1), 56.
- Majid, N. H. (2024). *Mekanisme Pikiran dan Gelombang Otak dalam Hipnoterapi Modern*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Mancia, G., Kreutz, R., Brunström, M., Burnier, M., Grassi, G., Januszewicz, A., Muiesan, M. L., Tsioufis, K., Agabiti-Rosei, E., Algharably, E. A. E., Azizi, M., Benetos, A., Borghi, C., Hitij, J. B., Cifkova, R., Coca, A., Cornelissen, V., Cruickshank, J. K., Dawson, J., ... Williams, B. (2023). 2023 ESH Guidelines for the management of arterial hypertension The Task Force for the management of arterial hypertension of the European Society of Hypertension: Endorsed by the International Society of Hypertension (ISH)

- and the European Renal Association (ERA). *Journal of Hypertension*, 41(12), 1874–2071.
- Mawarti, H., & Yuliana. (2021). Efektivitas terapi hipnosis lima jari dalam menurunkan kecemasan. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*.
- Mawarti, I. (2021). Hipnotis Lima Jari pada Klien Ansietas. *Jambi Medical Journal: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 9(3), 297–304.
- Mawarti, I., & Yuliana, Y. (2021). Hipnotis lima jari pada klien ansietas. *Jambi Medical Journal: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 9(3), 297–304.
- Mayo Clinic. (2023). *Caffeine: How does it affect blood pressure?*. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/high-blood-pressure/expert-answers/blood-pressure/faq-20058543>
- Mills, K. T., Stefanescu, A., & He, J. (2020). The global epidemiology of hypertension. *Nature Reviews Nephrology*, 16(4), 223–237.
- Mulyadi, E., dkk. (2023). *Metodologi Penelitian Keperawatan: Teori dan Aplikasi dalam Praktik Klinis*. Padang: PT Global Eksekutif Teknologi.
- Murray, C. J. L., Aravkin, A. Y., Zheng, P., et al. (2020). Global burden of 87 risk factors in 204 countries and territories, 1990–2019: A systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. *The Lancet*, 396(10258), 1223–1249.
- Murtiani, R., & Purnamawati, I. G. A. D. (2018). *Asuhan Keperawatan Pada Anak Dengan Epilepsi*. Jakarta: Akademi Keperawatan Pasar Rebo.
- Muyasaroh, H., Baharudin, Y. H., Fadjarin, N. N., Pradana, T. A., & Ridwan, M. (2020). *Kajian jenis kecemasan masyarakat Cilacap dalam menghadapi pandemi Covid-19*. Cilacap: LP2M Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali.
- Nasir, A., & Muhith, A. (2021). *Dasar-dasar keperawatan jiwa: Pengantar dan teori*. Jakarta: Salemba Medika.
- Norkhalifah, Y., & Mubin, M. F. (2022). Pengaruh hipnotis lima jari terhadap kecemasan pada penderita hipertensi. *Ners Muda*, 3(3), 268–275. <https://doi.org/10.26714/nm.v3i3.10390>
- Nugraha, A. F. (2023). *Asuhan keperawatan dengan pemberian terapi relaksasi benson untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi Kecamatan Cipayung Jakarta Timur* [Diploma thesis, Universitas Bhakti Kencana]. Repository Universitas Bhakti Kencana. <https://repository.bku.ac.id/id/eprint/1373/>

- Nugroho, A. S. (2016). *Teori dan Praktik Keperawatan Jiwa*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nurchayani, A. A. (2024). *Asuhan keperawatan pada klien lansia dengan hipertensi di Desa Bedah Lawak Tembelang Jombang* [Karya tulis ilmiah, ITS Kes ICME Jombang]. Repository ITS Kes ICME. <http://repository.itskesicme.ac.id/id/eprint/7619>
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2017). *Fundamentals of nursing* (9th ed.). St. Louis, Missouri: Elsevier.
- Potter, P. A., Perry, A. G., Stockert, P. A., & Hall, A. M. (2021). *Potter & Perry's essentials of nursing practice*. St. Louis, MO: Elsevier.
- Price, S. A., & Wilson, L. M. (2018). *Patofisiologi: Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit* (Edisi 6, Vol. 1). Jakarta: EGC.
- Priyono, P. (2021). *Penerapan hipnosis lima jari terhadap ansietas sedang pada Ny. F dengan hipertensi* [Karya Ilmiah, Universitas Muhammadiyah Magelang]. Repository Unimma. <https://repositori.unimma.ac.id/id/eprint/2944>
- Puput, A. (2023). *Penerapan terapi relaksasi otot progresif untuk menurunkan tekanan darah dan kecemasan pada pasien hipertensi* [Skripsi, Universitas Muhammadiyah Ponorogo]. Repository Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
- Puspita, N. (2020). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Manajemen Diri pada Penderita Hipertensi*. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 8(2), 112-120.
- Putri, A., dkk. (2021). Analisis faktor-faktor yang memengaruhi tingkat kecemasan pada masa pandemi. *Jurnal Kesehatan Terpadu*, 5(2), 88-95.
- Saputri, N. (2019). *Asuhan keperawatan pada pasien dengan gangguan sistem kardiovaskular*. Semarang: Unimus Press.
- Saputro, H., & Fazrin, I. (2017). *Anak sakit wajib bermain di rumah sakit: Penerapan terapi bermain anak sakit; proses, manfaat dan pelaksanaannya* (E. A. Yaletyarini, Ed.). Ponorogo: Forum Ilmiah Kesehatan (Forikes).
- Sari, N. K., dkk. (2024). *Komunikasi Terapeutik dan Teknik Wawancara dalam Asuhan Keperawatan*. Bandung: Cakra Publishing.
- Septian, A., & Ginanjar, R. (2024). Analisis Stimulasi Nervus Vagus dan Pelepasan Asetilkolin pada Teknik Relaksasi Hipnosis Lima Jari. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 9(1), 22-31.

- Shaltout, H. A., Rosenberger, E. W., & Kemper, K. J. (2021). Effectiveness of Progressive Muscle Relaxation, Deep Breathing, and Guided Imagery in Promoting Psychological and Physiological States of Relaxation. *Global Advances in Health and Medicine*, 10, 1–11.
- Siahaan, A. J. M. (2022). Hubungan kecemasan mahasiswa menghadapi dinas praktek klinik keperawatan pada saat pandemic covid 19 varian omicron. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*, 13(1).
- Sintiawati, Sinta., Dewi, Sri Kurnia., & Mulyadi, Egi. (2024). Pengaruh Pemberian Hipnotis Lima Jari Terhadap Ansietas Pada Lansia Hipertensi di Wisma Assisi Kota Sukabumi. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 4(1), 50–58.
- Siregar, A. Y. (2024). Metodologi studi kasus dalam penelitian kualitatif: Kajian konsep, desain, dan manfaatnya. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(3), 45305–45314.
- Siswanto. (2016). *Aplikasi Hipnoterapi dalam Layanan Kesehatan*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Sitanggang, Y. F., dkk. (2024). *Buku Ajar Pengkajian dalam Keperawatan*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Sitorus, A. I. (2018). *Karakteristik Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisa dengan Riwayat Hipertensi*. *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia*, 2(1), 18-25.
- Sontani, R. E. (2021). *Psikologi keperawatan*. Jakarta: Pustaka Baru Press.
- Spruill, T. M. (2019). Chronic psychosocial stress and hypertension. *Current Hypertension Reports*, 21(2), 10.
- Stuart, G. W. (2016). *Prinsip dan praktik keperawatan kesehatan jiwa Stuart* (B. A. Keliat & H. S. Pasaribu, Eds.; Edisi Indonesia). Singapore: Elsevier.
- Stuart, G. W. (2021). *Principles and practice of psychiatric nursing* (11th ed.). St. Louis: Elsevier.
- Sulistiyan, I., Sumiarsih, S., & Rahmawati, A. N. (2025). Penerapan relaksasi hipnosis 5 jari pada pasien dengan ansietas. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 7(1), 459-462.
- Suriyati, Adriana, S., & Murtilita. (2022). Tingkat kecemasan pada lansia di Panti Graha Kasih Bapa Kabupaten Kubu Raya. *Jurnal Mahasiswa Keperawatan FK UNTAN*, 1(1), 1–10.

- Surji, N. P. V. A. (2024). *Implementasi terapi hipnosis 5 jari dengan penurunan tingkat ansietas pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Banjarangkan I Tusan Tahun 2024* (Karya Tulis Ilmiah, Poltekkes Kemenkes Denpasar). Repository Poltekkes Denpasar.
- Tandan, N., Lavie, C. J., Stewart, M. H., Milani, R. V., & Ventura, H. O. (2023). Secondary hypertension: Evaluation and management. *Current Opinion in Cardiology*, 38(4), 318–325. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37115960/>
- Tarigan, R., & Siregar, D. (2020). The Influence of Deep Breath Relaxation Techniques and Five-Finger Hypnotic Therapy on Preoperative Patient Anxiety. *Journal of Nursing*, 5(2), 74-81
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). *Standar diagnosis keperawatan Indonesia: Definisi dan indikator diagnostik* (Edisi 2). Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar intervensi keperawatan Indonesia: Definisi dan tindakan keperawatan* (Edisi 1). Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2019). *Standar luaran keperawatan Indonesia: Definisi dan kriteria hasil keperawatan* (Edisi 1). Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- Townsend, M. C., & Morgan, K. I. (2018). *Psychiatric mental health nursing: Concepts of care in evidence-based practice* (9th ed.). Philadelphia: F.A. Davis.
- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., Khan, N. A., Poulter, N. R., Prabhakaran, D., Ramirez, A., Schlaich, M., Stergiou, G. S., Tomaszewski, M., Wainford, R. D., Williams, B., & Schutte, A. E. (2020). 2020 International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines. *Hypertension*, 75(6), 1334–1357.
- Watanabe, E., Fukuda, S., Hara, H., Maeda, Y., Ohkubo, T., & Shirakawa, T. (2018). Effects of breathing exercises on anxiety and physiological parameters. *Journal of Physical Therapy Science*, 27(8), 2607–2610.
- Wati, E. M., Hidayati, H., & Atika, S. (2024). Asuhan Keperawatan Keluarga pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 4(1), 50.
- World Health Organization. (2021). *Guideline for the pharmacological treatment of hypertension in adults*. Geneva: World Health Organization.
- World Health Organization. (2023). *Global report on hypertension: The race against a silent killer*. World Health Organization.
- World Health Organization. (2023). *Hypertension*.