DAFTAR PUSTAKA

Aliefanny, Z., & Hastuti, M. (2025). Penerapan Relaksasi Otot Progresif Pada Pasien Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Pada Ny. N Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Medan Sunggal. *Jurnal Praba: Jurnal Rumpun Kesehatan Umum, 3*(3), 157–162. https://doi.org/10.62027/praba.v3i3.538

American Heart Association. (2019). Guideline for the Prevention, Detection, Evaluation, and Management of High Blood Pressure in Adults. *Journal of the American College of Cardiology, 71*(19), e127–e248. https://doi.org/10.1016/j.jacc.2017.11.006

Aspiani, R. Y. (2016). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien Gangguan Kardiovaskular: Aplikasi NIC & NOC*. Jakarta: EGC.

Damawiyah, S., & Kamariyah, N. (2022). Implementasi Terapi Slow Stroke Back Massage Dengan Minyak Serai Terhadap Intensitas Nyeri Kepala Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah, 7*(1), 258–264. https://doi.org/10.30651/jkm.v7i1.10746.

Ekarini, N. L. P., Heryati, H., & Maryam, R. S. (2019). Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Respon Fisiologis Pasien Hipertensi. *Jurnal Kesehatan, 10*(1), 47–52. https://doi.org/10.26630/jk.v10i1.1139.

Febriani, I., Lestari**,** I., Erman, I., & Athiutama, A. (2025). Implementasi Keperawatan Teknik Relaksasi Otot Progresif Pada Lansia Penderita Hipertensi Dengan Masalah Nyeri. *JKM: Jurnal Keperawatan Merdeka, 5*(1), 31–35. https://doi.org/10.36086/jkm.v5i1.2830.

Haekal, M., Alifio, M. D., Zain, M. S., Ahmad, N., & Susanto, R. P. (2021). Upaya Pengendalian Dan Pencegahan Penyakit Hipertensi Pada Keluarga. *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 1*(1), 60–66. https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v1i1.14.

Hamzah, N. H., Yahya, F., Abdullah, M. F. I. L. B., et al. (2024). Efficacy of Progressive Muscle Relaxation in Adults for Stress, Anxiety, and Depression: A Systematic Review**.** *Psychology Research and Behavior Management, 17*, 561–581. https://doi.org/10.2147/PRBM.S437277

Hasanuddin, I., Nurdin, S., Zainab, & Hasnah. (2025). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi (The Effect Of Progressive Muscle Relaxation On Blood Pressure In Hypertensive Elderly). *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing), 11*(2), 185–195. https://doi.org/10.33023/jikep.v11i2.2510.

Hinkle, J. L., & Cheever, K. H. (2018). *Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing* (14th ed.). Wolters Kluwer.

Irli, A. H., Wahyuningsih, I. S., & Noor, M. A. (2025). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Nyeri Dan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. OBAT*: Jurnal Riset Ilmu Farmasi dan Kesehatan, 3*(2), 206–220.https://doi.org/10.61132/obat.v3i2.1181.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2025). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2024*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Listiana, E., & *Faradisi*, F. (2021). Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan, 1*, 1572–1578. https://doi.org/10.48144/prosiding.v1i.755.

Mutawadingah, L., & Kurniawan, W. E. (2022). Asuhan keperawatan lansia pada Tn. S dengan masalah utama nyeri akut di Wisma 3 PPSLU Panti Dewanata Cilacap. *Jurnal Keperawatan Mandira Cendikia, 1*(1), 94–99. https://doi.org/10.70570/jkmc.v1i1.13.

Natalia, D., Lestari, R. M., & Prasida, D. W. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Surya Medika (JSM), 8*(1). https://doi.org/10.33084/jsm.v8i1.3441.

Nugroho, S. A. (2021). Analisis Kasus–Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi. *OSF Preprints*. https://doi.org/10.31219/osf.io/c63b7.

Nurhidayat, S. (2015). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.

Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* (Edisi ke-5). Jakarta: Salemba Medika.

OpenStax. (2023). *Fundamentals of Nursing*. Chapter 30: Pain Assessment. https://openstax.org/books/fundamentals-nursing/pages/30-4-pain-assessment.

Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia (PERHI). (2021). *Konsensus Penatalaksanaan Hipertensi 2021: Update konsensus PERHI 2019*. Jakarta: Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia. ISBN 978-602-61624-8-9.

Potter, P. A., Perry, A. G., Stockert, P. A., & Hall, A. M. (2021). *Fundamentals of Nursing* (10th ed.). Elsevier.

Putri, R. S. M., & Mazarina, H. (2022). Terapi komplementer untuk mengatasi hipertensi. *JAPI (Jurnal Akses Pengabdian Indonesia), 7*(1), 1–6. https://doi.org/10.33366/japi.v7i1.3279.

Raziansyah, & Sayuti, M. (2022). Penerapan Relaksasi Otot Progresif Pada Pasien Hipertensi Yang Mengalami Kecemasan Di Puskesmas Martapura 2. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat, 10*(2), 93–99. https://doi.org/10.54004/jikis.v10i2.96.

Rochmawati, D. H. (2018). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kemampuan Mengontrol Marah Pada Pasien Risiko Perilaku Kekerasan di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan, 10*(1).

Smeltzer, S. C., Bare, B. G., Hinkle, J. L., & Cheever, K. H. (2021). *Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing*. Lippincott Williams & Wilkins.

Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik* (Edisi 1). Jakarta: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.

Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan* (Edisi 1). Jakarta: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.

Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2019). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia: Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan* (Edisi 1). Jakarta: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.

UPTD Puskesmas Plaosan. (2025). *Laporan Program Penyakit Tidak Menular (PTM) UPTD Puskesmas Plaosan Tahun 2025*. Magetan: UPTD Puskesmas Plaosan.

World Health Organization. (2021). *Hypertension*. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension.