

DAFTAR PUSTAKA

- Aldiansa, Prima & Maliya, Arina. (2023). Hubungan Perilaku Pencegahan Komplikasi Dengan Activity Daily Living Dan Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Health Information Jurnal Penelitian*, 15. 806-807
https://drive.google.com/file/d/1ihesqpbjmsnpukd2tigc2v1hgj_Zqd_vb/view?usp=sharing
- Azizah, Cindi Oktavia., Hasanah, Uswatun & Pakarti, Asri Tri. (2021). Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Jurnal Cendikia Muda*. 1(4) 503-504.
https://drive.google.com/file/d/1s9wfb9buncnpuu3lib8eaknulvr_Wp_dn/view?usp=sharing
- Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan. **Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018**. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan, 2019.
<https://drive.google.com/file/d/1fbwn4qyhyfdpggekfpbqemtip7akszg-/view?usp=sharing>
- Chrisnawat, Giatika & Aldino, Tutuk. (2019). Aplikasi Pengukuran Tingkat Kecemasan Berdasarkan Skala Hars Berbasis Android. *Jurnal Teknik Komputer*. 5(2) 277-279
https://drive.google.com/file/d/1wvhic3w0ruysjnttbxqoidofo2pvs_k/view?usp=sharing
- Dedi, Irawan., Hasballah Kartini & Kamil, Hajjul. (2021). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Stres Dan Ketakan Darah Pada Hipertensi: The Effects Of The Progressive Muscle Relaxation Towards Stres And Blood Pressure On The The Hypertesion Patients. *Jurnal Ilmu Keperawatan*. 6(1) 71-73.
https://drive.google.com/file/d/1VofxGOM9YQxGL0tf_QsDBrDU4UVcs3tC/view?usp=sharing
- Faozi, Ahmad., Adzani Azmi Akhmad., Izza Nur Syifa Destrian Dkk. (2023). Dampak Kecemasan Masyarakat Terhadap Kesehatan Mental Di Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Mercusuar*. 3(1).
https://drive.google.com/file/d/1hzvnfbenyvk0obvhg2k1lfgtwggsyp_ec/view?usp=sharing
- Gultom, Mai Debora Gultom. (2023). Hubungan Hipertensi Dengan Kejadian Gagal Ginjal Kronik Di Rsud Dr. Djasamen Saragih Kota Pematang Siantar Tahun 2020. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas* . 8(1) 41-42
<https://drive.google.com/file/d/1f8mxfbvvgop25-T3NB-5bogwwn2wsfcqu/view?usp=sharing>
- Indarti , Erni Tri & Harwatic. (2024). Hubungan Stres Dengan Tekanan Darah Dan Kualitas Hidup Penderita Hipertensi: The Relationship Of Stress With

Blood Pressure And Quality Of Life In Hipertension Patients. *Jurnal Peneltian Keperawatan*. 10(1)72-71.

https://drive.google.com/file/d/1ylyzg_Awi08bxqjimpjdghn6jzqxd6jc4/view?usp=sharing

Indriani, Bella., Fitri, Nurylutfiatil & Utami, Indhit Tri. (2021). Pengaruh Penerapan Aktivitas Mandiri : Kebersihan Diri Terhadap Kemandirian Pasien Defisit Perawatan Diri Di Ruang Kutilang Rsj Daerah Provinsi Lampung: The Influence Of Independent Activities Implementation: Personal Cleanliness On The Independence Of Self-Care Deficit Patients In The Kutilang Room, Lampung PROVINCE. *Jurnal Cendikia Muda*. 1(3) 382-385.
https://drive.google.com/file/d/1ledb5reayh1vw_Znkf0kjfcirawcw9my/view?usp=sharing

Jaya, Herawati., Ningsih, Ratna & Syokumawena. (2024). Implementasi Keperawatan Teknik Relaksasi Otot Progresif Pada Pasien Post Sectio Caesarea Dengan Nyeri Akut. *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)*. 4(1) 52-27.

https://drive.google.com/file/d/1Mc_Tqvxwwytkraatt7dorpyb9_Vmgf0B/view?usp=sharing

Karang, Maria Theodorin Agnes & Rizal, Ahmad. (2021). Efektifitas Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi
<https://drive.google.com/file/d/1v9rd1xy68myahlod4rzketumrvh3gdy/view?usp=sharing>

Kayubi., Asyari, Hasim & Ruswadi, Indra. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Preoperasi Sectio Caesarea Di Rumah Sakit Ma Sentot Patrol Indramayu. *Jurnal Fisioterapi Dn Ilmu Kesehatan Sisthana*. 3(1).
https://drive.google.com/file/d/1lv8_Dhi50nhitwitxe1jegmiuooqooxc/view?usp=sharing

Marhabatsar, Nahda Syaidah Sijid & Aisyah. (2021). Review: Penyakit Hipertensi Pada Sistem Kardiovaskular. Jurusan Biologi, Jurnal Fakultas Sains Dan Teknologi, Uin Alauddin Makassar. 8. 72-77.
<https://drive.google.com/file/d/1d-Zw5BSgr-Aj0zbPKI7V7wUtrcXKUygY/view?usp=sharing>

Nurfritri., Safruddin & Akbar, Asfar. (2021) Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Peningkatan Tekanan Darah Pada Lansia Di Puskesmas Jumpandang Baru. *Window Of Nursing Jurnal* 2(2) 139-141.
https://drive.google.com/file/d/1oqjmjadrvbtdkem_Xzgpqrqhvhbb0wk/view?usp=sharing

Nusa, Tiara Nurbaiti., Damansyah, Haslinda & Monoarfa, Susanti Dkk (2023). Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Pasien

Stemi Di Ruangan Cvcu Rsud Prof.Aloei Saboe. *Jurnal Ventilator: Jurnal Riset Ilmu Kesehatan Dan Keperawatan*. 1(2) 89-98

<https://drive.google.com/file/d/1ryiuuiqp1jajizl00ofzeavuovz8o6fv/View?Usp=Sharing>

Octavianie, Gina., Pakpahan, Judika., Maspupah, Tari Dkk. (2022). Promosi Kesehatan Hipertensi Pada Usia Produktif Sampai Lansia Di Wilayah Desa Lulut Rt 04 Rw 02 Kec. Klapanunggal Kab. Bogor. *Jurnal Riste Ilmu Kesehatan Dan Keperawatan*. 1(2).
https://drive.google.com/file/d/1rQpidEKioHu07fjf0QutObAh_JaQgiqf/view?usp=sharing

Sirait, Rachel Inekeputri& Ronoatmodjo, Sudarto. (2024). Hubungan Frekuensi Konsumsi Makanan Instan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Penduduk Berusia ≥ 18 Tahun Di Indonesia (Analisis Data Riskesdas. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*. 12(1) 91-93
https://drive.google.com/file/d/1bemx4NieipPsIx7PQgh_ni9k0TnHAo1M/view?usp=sharing

Rahayu, Sri Mulyati., Hayati, Nur Intan & Asih, Sandra Lantika. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi.
<https://drive.google.com/file/d/1c136hfplnuizeh9hxkkvr2bpczfH-J7N/View?Usp=Sharing>

Raziansyah & Sayuti, Muhammad. (2022). Penerapan Relaksasi Otot Progresif Pada Pasien Hipertensi Yang Mengalami Kecemasan Di Puskesmas Martapura. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*. 10 (2) 93-95.
https://drive.google.com/file/d/1ji2ZxGeTID9vt8N_cqTaFKs-CP7ik0wv/view?usp=sharing

Silvianah, Anita. Indrawati, Indrawati. (2024). Hubungan Kepatuhan Minum Obat Hipertensi Dengan Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Di Posyandu Lansia. *Jurnal Keperawatan*. 52-54.
<https://drive.google.com/file/d/1shc4bucz8oobhebf4pislilmrymsg0o-/View?Usp=Sharing>

Suciana, Fitri. Agustina, Nur Wulan. Zakiatul, Mifta. (2020). Korelasi Lama Menderita Hipertensi Dengan Tingkat Kecemasan Penderita Hipertensi. *Cendekia Utama Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Stikes Cendekia Utama Kudus*. 9 (2) 147-148.
https://drive.google.com/file/d/1Ln2nZYwTXZX5OLF58UGSsGz6_Sijarm/View?Usp=Sharing

Sulistyarini, Indahria. (2013). Terapi Relaksasi Untuk Menurunkan Tekanan Darah Dan Meningkatkan Kualitas Hidup Penderita Hipertensi. *Jurnal Psikologi*. 40 (1) 28-31.
<https://drive.google.com/file/d/1u6culv1NJgo0pXsYZnSdOlSernoA-DoN/view?usp=sharing>

- Utami, Ni Kadek Indryawati Putri. Irawan, Dimas Sondang & Gamar. (2025). Hamilton Anxiety Rating Scale Untuk Mengetahui Gangguan Kecemasan Pada Lansia Di Puskesmas Mulyorejo, Kota Malang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Menteri*. 1 (8) 332-333. <https://drive.google.com/file/d/1jv2cur0c0mgit7b88ang6v8hf4iqtmoi/view?usp=sharing>
- Weky, Norman Delvano., Manurung, Imelda., Handoyo, Nicholas Dkk. (2024). Analisis Determinan Kepatuhan Berobat Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Sikumana Kota Kupang. *Malahayati Helath Student Jurnal*. 4 (11) 5026-5029. https://drive.google.com/file/d/11egl6oc_gfp1ciyjo51oycqzjoyubzj2/view?usp=sharing
- Wibawa & Suharjo. (2021). Identifikasi Gejala Penyakit Hipertensi Berdasarkan Citra Iris Mata Menggunakan Jaringan Syaraf Tiruan Dan Metode Backpropagation. *Jurnal Konvergensi Teknologi Dan Sistem Informasi*. 181-182. <https://drive.google.com/file/d/10Uy9c4dsHJ4lnaFWfXrHsxIARuCBhBG1/view?usp=sharing>
- Wulandari , Fitri Wahyuni Ekawat, Dianita., Harokan Ali Dkk. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Aisyiyah Palembang*. 8 (1) 287-288. https://drive.google.com/file/d/1W_Joovfc6kqbbnhwdgvgu2mqxjvi ohpr/view?usp=sharing
- Wulandari, Tri Andini. (2024). Proses Asuhan Gizi Terstandar Pasien Diabetes Mellitus, Decompensasi Cordis, Dan Hipertensi. *Jurnal Aisyiyah Palembang*. 5 (2) 4457-4458. https://drive.google.com/file/d/1Rq8x_Nslq6o-8dv7mec6d282mexoztqp/view?usp=sharing
- World Health Organization. (2023). *Global Report On Hypertension: The Race Against A Silent Killer*. <https://www.who.int/news/item/19-09-2023-first-who-report-details-devastating-impact-of-hypertension-and-ways-to-stop-it>
- Utomo, Sigit & Rahayu Winarti. (2021). Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Untuk Menu Runkan Kecemasan Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ners Widya Husana*. 8 (3) 1-8. https://drive.google.com/file/d/1p1UMYIjeBgoLxiSaakenu5e6e_O7SCJp/view?usp=sharing
- Lorentina , Dyah Isyti Qomah Ayu., AM, Ady Irawan & Firdaus, Insanul. (2024). Efektivitas Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Mean Arterial Presurrepada Lansia Penderita Hipertensi. *Journal Of Health Research Science*. 4(2) 277-280.

<https://drive.google.com/file/d/1w8jxyfktma6solgdnwsr2bdy74eg4fo/view?usp=sharing>

Solikhah, Rahma Nur & Prajayanti Eska Dwi. (2023). Penerapan Teknik Relaksasi Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Hipertensi Di Desa Jeporo Kecamatan Jatipurno Kabupatenwonogiri. *Jurnal Ilmiah Penelitian*. 96-100.

<https://drive.google.com/file/d/1z5xdysylh4nketsjaqkbunf4-97pvhv/View?Usp=Sharing>

Nisa, Fakhrun., Fiddaroini & Karisma Dwi Ana (2024). Hubungan Kepatuhan Diet Rendah Garam Dengan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Klinik Intan Husada Jatirogo Tuban. *Jurnal Of Nursing & Health*. 1-6.

<https://drive.google.com/file/d/1OmPDGpt837EN9PQm8X8eJrtvG7foOXmr/view?usp=sharing>