

DAFTAR PUSTAKA

- Aisah, N. M., & Rejeki, H. (2021). *Penerapan Isometric Handgrip Exercisedan Slow Deep Breathing Exercise Untuk Menurunkan Tekanan Darah. Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 1, 730–736. <https://doi.org/10.48144/prosiding.v1i.742>
- Anggriani, L. M. (2018). *Deskripsi Kejadian Hipertensi Warga Rt 05 Rw 02 Tanah Kali Kedinding Surabaya. Jurnal PROMKES*, 4(2), 151. <https://doi.org/10.20473/jpk.v4.i2.2016.151-164>
- Fitri S.M. .,Sri.H. & Agus S. (2023). *Penerapan Isometric Handgrip Exercise Pada Lansia Penderita Hipertensi Di RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri. Jurnal Ventilator*, 1(3), 155–163. <https://doi.org/10.59680/ventilator.v1i3.470>
- Harjo, M. S., Setiyawan, S., & Rizqie, N. S. (2019). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi Dengan sikap pencegahan komplikasi hipertensi pada lansia Peserta Prolanis Upt Puskesmas Jenawi Karanganyar* <https://jurnal.uns.ac.id/placentum/article/view/29734>
- Kadir, A. (2018). *Hubungan Patofisiologi Hipertensi dan Hipertensi Renal. Jurnal Ilmiah Kedokteran Wijaya Kusuma*, 5(1), 15. <https://doi.org/10.30742/jikw.v5i1.2>
- Nirnasari,M.,Tania,M & Ernawati; *Efektifitas Isometric Handgrip Exercise Terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. Jurnal Keperawatan* <https://jurnal.stikesht-tpi.ac.id/index.php/jurkep/article/view/133>
- Prastiani, D. B., Rakhman, A., & Umaroh, S. (2023). *Penerapan Isometric Handgrip Exercise Untuk Menurunkan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Derajat 1. SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 2(2), 447–454. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v2i2.1829>
- Sugiarto, H., & Waluyo, U. N. (2025). *Edukasi pijat refleksi kaki sebagai upaya mengurangi tanda dan gejala hipertensi di lingkungan walitelon utara temanggung*. 8, 27–32. <https://e-abdimas.unw.ac.id/index.php/jpmmi/article/view/495>
- Yahya, M. N., Fatmawati, B. R., & Suprayitna, M. (2025). *Penerapan Isometric Handgrip Exercise terhadap Perubahan Intensitas Nyeri Akut pada Penderita Hipertensi*. 17–26. <https://journal.stikesyarsimataram.ac.id/index.php/jik/article/view/445>
- Yuliantino, T. V. & Setiyawan. *Penerapan Isomatric Handgrip Exercise Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di IGD RS Indriati Solo Baru*. 39. <https://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/8432/>
- Yunus.M.,Aditia,C,W., & Eksa,R,D.,(2023). *Hubungan Usia Dan Jenis Kelamin Dengan*

Kejadian Hipertensi. Di Puskesmas Haji Pemanggilan Kecamatan Anak Tuha Kab. Lampung Tengah Jikkhc, 06(02), 1–6.

<https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kesehatan/article/view/5193>

Zainuddin, R. & LabdulLah,P(2020). *Efektivitas Isometric Handgrip Exercise dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. Effectiveness Of Isometric Handgrip Exercise In Reducing Blood Pressure In Hypertension Patients. Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, 9(1), 615–624.*

<https://media.neliti.com/media/publications/462800-effectiveness-of-isometric-handgrip-exer-80d0e11b.pdf>