

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar. (2021). *Terapi Non Farmakologi pada Pasien Hipertensi*. Jln, Budaya Gowa: Pustaka Taman Ilmu.
- Atmanegara, Soni Patriot Wira. (2021). *Relaksasi Progresif Terhadap Perubahan Tekanan Darah dan Kualitas Tidur pada Lansia Penderita Hipertensi*. Jawa Timur : Strada Press.
- Azizah, Cindi Oktavia, dkk. (2021). Implementation of Progressive Muscle Relaxation Techniques to Blood Pressure of Hypertension Patients. *Jurnal Cendikia Muda*. 2021;1(4):502-510.
- Ainurrafiq, Dkk. (2019). *Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi*. 2019;2(3).192-198.
- Basri, Dkk. (2022). Relaksasi Otot Progresif Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*. 2022;11(2).455-462.
- Dines Kesehatan Jawa Barat. (2018). *Laporan Riskesdas Jawa Barat 2018*. Jawa Barat: Dines Kesehatan Provinsi Jawa Barat.
- Damanik, Dkk. (2018). *Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di RSUD Imelda*. 2018;1(2).96-103.
- Kurniadi, Helmanu & Nurrahmani, Ulfa. (2015). *Stop Diabetes Hipertensi Kolesterol Tinggi Jantung Koroner*. Yogyakarta:Istana Media.
- Lapum, Jennifer L. (2017). *Pengukuran Tanda Vital Sepanjang Umur-Edisi Kanada Ke-2*. Kanada:Universitas Ryerson.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Selemba Medika.
- Nurmaya, Siti (2018). *Pengaruh Dosis Pemberian Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi*. Jombang: Insan Cendekia Medika.

- Putriani, Devi. (2018). Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Prosiding Seminar Nasional Mahasiswa Unimus*. 2018;1(1).135-138.
- Prasetyaningrum, Yunita Indah. (2014). *Hipertensi Bukan untuk Ditakuti*. Jakarta:Fmedia.
- Penggabean, Sari Martinova. (2023). Penatalaksanaan Hipertensi Emergensi. *Jurnal Continuing Medical Education*. 2023;50(2).81-90.
- Sari, Yanita Nur Indah. (2017). *Berdamai Dengan Hipertensi*. Jakarta: Bumi Medika.
- Sylvestris, Alfa. (2014). *Hipertensi dan Retinopati Hipertensi*. *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Kedokteran Keluarga*. 2014;10(1).2-9.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Swarjana, I.K. (2016). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Andi.
- Tyani, Dkk. (2015). Efektifitas Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Esensial. *Jurnal Online Mahasiswa Program Studi Ilmu Kesehatan Universitas Riau*. 2015;2(2):1069-1073.
- Trisnawan, Adi. (2019). *Mengenal Hipertensi*. Semarang: Mutiara Aksara.
- Tersiana, A. (2022). *Metode Penelitian Dengan Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif*. Yogyakarta: Anak Hebat Indonesia.
- World Health Organization. (2023). *Hypertension*. Diakses 15 Januari 2024. Melalui link <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Wulandari, Tri. (2023). Efektivitas Terapi Relaksasi Otot Progresif dan Senam Hipertensi dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi. *Journal Kesehatan*. 2023;4(2).2336-2343.
- Wahyuningsih, Dkk. (2023). Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Di Ruang Teratai RSUD Dr.Soediran Mangun Sumarso Wonogiri. *Journal Kesehatan*. 2023;3(2).38-47.