

## DAFTAR PUSTAKA

- Anna Palmer dan Bryan Williams. (2007). *Tekanan Darah Tinggi* . Jakarta: Erlangga.
- Ardiana, R. (2015). *Pengaruh Terapi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Ruang Yudistira Rumah Sakit Umum Daerah Kota Semarang*.
- Azizah, R dan Hartanti, R.D. (2016). *Hubungan antara Tingkat Stres dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Wonopringgo Pekalongan*. Jurnal Research Coloquium 2016. Program Studi Ners STIKES Muhammadiyah Pekajangan.
- Amirudin, R. (2022). *Pengaruh Brisk Walking Exercise Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Lambuya Kabupaten Konawe*.
- Bruner&Suddart,(2013). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Edisi 8 volume 2*. Jakarta EGC
- Candra et al.2018. *Perbedaan pemberian Buklet Hipertensi dan Pendampingan Keluarga pada Perubahan Asupan Makan dan Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Puskesmas Gondokusuman 1*, Thesis Poltekes Kemenkes Yogyakarta
- Depkes RI, 2015. *Buku Pedoman Kesehatan Jiwa*. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Efendi, M. (2018). *Efektifitas Brisk Walking Exercise dan Stretching Aktif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di puskesmas Selayu, Kabupaten Solok*.
- Fadilah, A, dkk. (2017). *Hubungan Antara Manajemen Hipertensi dan Manajemen Stress dengan Kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Cempaka*.
- Fajar, A, dkk. (2016). *Terapi Relaksasi Nafas Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi*.
- Febriyanto, dkk. (2018) *Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi*.
- Haryanto, J, dkk. (2017). *Efektifitas Stretching Exercise dan Pernafasan Yoga Terhadap Regulasi Tekanan Darah dan Kualitas Hidup Klien ERSD yang Menjalani Hemodialisa*.

- Izzah,N,dkk. (2019). *Pengaruh Neck Stretching Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hpertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Wonoprigo.*
- Khairina, R, ddk. (2017). *Kombinasi Stretching dan Brisk Walking Exercise Terhadap Penurunan Tekanan Darah Klien Hipertensi.*
- Gama,I,K., Sarmadi,I.w.,& Harini,I 2014. Faktor Penyebab Ketidapatuhan Kontrol Penderita Hipertensi.
- Gray et al.2005, Hipertensi. Lecturer Notes Kardiologi, Edisi ke-4, Jakarta: Erlangga.
- Musakkar, & Djafar,T. (2021). Promosi Kesehatan : *Penyebab Terjadinya Hipertensi* (H. Aulia ed).CV.Pena Persada.
- Nelson,Arnold G and Kokkonen,2007, *Stretching Anatomy*,Champaign,Human Kinetics
- Nisihiwaki,M,dkk.(2015).*Four Weeks Of Regular Static Stretching Reduces Arterial Stiffness In Middle Age Men*.SpringerPlus.
- Nurasalam.(2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Edisi 3. Jakarta Salemba Medika.
- Nursalam.(2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta. Salemba Medika.
- Nursalam.(2020).*Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*.Jakarta. Slemba Medika.
- Noviyanti. (2015). *Hipertensi : kenali, Cegah, dan obati*. Yogyakarta: Notebook
- Putra, K. (2013). *Pengaruh Latihan Nafas Dalam Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Kecamatan KarasKabupaten Magetan.*
- Wardani. D. W.(2015). *Pengaruh Tehnik Relaksasi Nafas Dalam Sebagai Terapi Tambahan Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Tingkat I.*
- WHO. Hypertension (internet). (cited 2018 aug 5). Availabke from: <http://www.who.int/topics/hypertension/en/>.
- Wismanto. (2011). *Latihan Metode Aktive Isolated Stretching Lebih Efektif Daripada Contract Relax Stretching Dalam Meningkatkan Fleksibilitas Otot Hamstring*. Jurnal Fisioterapi Indonesia. Volume 11. No.1. 2011.
- Wulan, S, dkk. (2017). *Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di RSUD dr.Loekmono Hadi Kudus.*

Yonata,A.,& Pratama, A S. P.(2016). *Hipertensi sebagai pencetus terjadinya stroke*.  
Jurnal Majority.5(3), 17-21.