

DAFTAR PUSTAKA

- Agustini. (2021). Konsep Relaksasi Otot Progresif untuk Mengurangi Kecemasan. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952.
- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/0201652648-0-0-00>.
- Aryantiningsih, 2018. *Deskriptif Hipertensi*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Basuki, H. (2017). Pengaruh Akses Pelayanan Kesehatan. *Buletin, Penelitian Sistem Kesehatan*.
- Baki, D., Sukoharjo, K., Putri, N., Sholikhah, N., & Laksmi, A. T. (2021). *Gambaran Tingkat Stres dan Kecemasan Penderita Hipertensi*. 69–75.
- Efrina, R., Syari, W., & Masitha Arsyati, A. (2021). Gambaran Pelaksanaan Program Penyakit Hipertensi Di Puskesmas Kemang Kabupaten Bogor Tahun 2019-2020. *Promotor*, 4(3), 262. <https://doi.org/10.32832/pro.v4i3.5594>.
- Ekaputri, Q. A., Rochmawati, D. H., & Purnomo. (2016). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Lansia Di Panti Werdha Harapan Ibu Semarang Barat. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan (JIKK)*, 2.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Kementrian Kesehatan RI, 53(9), 1689–1699.
- Kemenkes, RI. (2017). *Pedoman dan Standar Etik Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Nasional*. Jakarta.
- Hikmah, N., Yuliadarwati, N. M., Utami, K. ., Multazam, A., Irawan, D. (2021) Optimalisasi Latihan Relaksasi Otot Progresif Berpengaruh Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Pada Masa Pembatasan Sosial Bersekala Besar Di Posyandu Lansia. *Physiotherapy Health Science Vol 1(3)*, Hal 30-33.
- Jannah, M. (2018). *Metode Pengumpulan Data Pada Pengkajian Proses*. Metode Pengumpulan Data Pada Pengkajian Proses Keperawatan, 1(1).
- Kisner, C & Colby, L., A. (2016). *Terapi Latihan Dasar Dan Teknik Mengurangi Insomnia*. Edisi ke-6. Jakarta : EGC.

- Kusharyadi, S. (2020). *Asuhan Keperawatan Dengan Klien Lanjut Usia*. Jakarta : Salemba Medika.
- Makwa, D. J., & Hidayati, E. (2020). Progressive Muscle Relaxation to Reduce Anxiety For Adolence in Senior High School Students. *International Journal of Latest Research in Humanities and Social Science (IJLRHSS)*, 03(11), 16– 22. www.ijlrhss.com
- Martapura, P. (2022). Penerapan Relaksasi Otot Progresif Pada Pasien Hipertensi StikesIntanMartapura,Martapura,IndonesiaEmail :razie.2014akper@gmail.com. 2, 93–99.
- Novitaningtyas 2014. Hubungan Karakteristik (Umur, Jenis Kelamin,TingkatPendidikan) Dan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Kelurahan Makamhaji Kecamatan Kartasura Kabupaten.
- Nurariif, A. H. (2015). *Aplikasi Asuhan kepeawatan berdasarkan diagnosa medis & Nanda Jilid 2*.
- Nur Asni. (2014). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan. Ump, 19–22. [https://repository.ump.ac.id/5538/3/Nur%2520Asni%2520BAB%2520II.pdf&ved=2ahUKEwi6u6T02MToAhVXYysKHeBACZwQFjADegQICBAB\\$usg=AOvVaw230NibysScico5WF8bI26-](https://repository.ump.ac.id/5538/3/Nur%2520Asni%2520BAB%2520II.pdf&ved=2ahUKEwi6u6T02MToAhVXYysKHeBACZwQFjADegQICBAB$usg=AOvVaw230NibysScico5WF8bI26-)
- Pome, G., Endriyani, S., & Rizal, F. (2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Progresif Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Makrayu Palembang. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 6(2), 1–6. <https://doi.org/https://doi.org/10.31219/osf.io/m2zqd>.
- Pramana D. K. 2016. Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kejadian Hipertensi Di Panti Sosial Tresna Werdha Senjarawi Bandung. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, Vol. IV, No. 2, September 2016.
- Riskesdas, 2018. . Riset Keperawatan dan kesehatan. Kalimantan Selatan : 2018 Riset Kesehatan Dasar. 2018. Hasil Riskesdas 2018 Indonesia. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Rosdiana, & Cahyati. (2021). Standar Operasional Prosedur (SOP) Progressive Muscle Relaxation. 1, 78–87.
- Ruswadi, I. (2021). *Buku Keperawatan Jiwa Panduan Praktis Untuk Mahasiswa Keperawatan*.
- Siregar, R. S. (2019). Implementasi keperawatan sebagai wujud dari perencanaan keperawatan guna meningkatkan status kesehatan klien. *Jurnal Keperawatan*.

- Solehati, T. dan Kosasih, E.,C. (2017). Konsep dan aplikasi relaksasi dalam keperawatan maternitas. PT Refika Aditama. Bandung.
- Stuart, G.W . (2016). Buku Saku Keperawatan Jiwa. Jakarta : EGC.
- Suhermi & Asnaniar, W. (2020) Relaksasi Otot Progresif Pada Lansia Dengan Masalah Psikososial. Window Of Community Dedication Journal. Vol 1(2), Hal 15-20.
- Videbeck, S. L. 2010. Buku Ajar Keperawatan Jiwa. Jakarta : EGC.
- Yani, P. (2019). Gambaran Tekanan Darah dan Kecemasan Pada Lansia dengan Hipertensi di Puskesmas Jumpandang Baru Makassar. 4–38.
- Yudanari yunita & puspitasari odilia (2022) pengaruh terapi relaksasi otot progresif dalam menurunkan tekanan darah penderita hipertensi. Jurnal ilmiah keperawatan (scientific journal of nursing). Vol 8(4), Hal 600-806.