

## DAFTAR PUSTAKA

- Alkhusari, Anggita, K. D., & Satrio, A. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dalam Pelayanan Home Care Terhadap Perubahan Perilaku Gaya Hidup Penderita Hipertensi. *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 8(2), 42–51.
- Anggraeni, M. (n.d.). *Penerapan Pendidikan Kesehatan dan Relaksasi Otot Progresif untuk Menurunkan Kecemasan pada Pasien Hipertensi di Desa Mranggen*. 2–3.
- Angioni, S. A., Giansante, C., Ferri, N., Ballarin, L., Pampanin, D. M., Marin, M. G., Bargione, G., Vasapollo, C., Donato, F., Virgili, M., Petetta, A., Lucchetti, A., Cabuga Jr, C. C., Masendo, C. B. ., Hernando, B. J. ., Joseph, C. C. ., Velasco, J. P. ., Angco, M. K. ., Ayaton, M. A., ... Barile, N. B. (2021). Analisis Asuhan Keperawatan Jiwa Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Di Ruang Barokah Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Gombong.
- Arifiani, J. P., & Dwi, F. (2021). Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Tekanan Darah. *Proseding Seminar Nasional Kesehatan*, 1, 585–589.
- Atmanegara, S. P. W. (2021). *Relaksasi Progresif terhadap Perubahan Tekanan Darah dan Kualitas Tidur pada Lansia Penderita Hipertensi*.
- Azizah, Zainuri, A. (2016). Kesehatan Jiwa Teori dan Aplikasi Praktik Klinik. In *Kesehatan Jiwa Teori dan Aplikasi Praktik Klinik*. Indomedia Pustaka. [http://repository.stikeslhokseumawe.ac.id/index.php?p=show\\_detail&id=821&keywords=](http://repository.stikeslhokseumawe.ac.id/index.php?p=show_detail&id=821&keywords=)
- Basri, M., Rahmatia, S., K, B., & Oktaviani Akbar, N. A. (2022). Relaksasi Otot Progresif Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11, 455–464. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i2.811>
- Debora Ayu Valentina, & Yulianto, S. (2022). *Gambaran Kecemasan Pada Pra Lansia Sebelum Vaksin Covid-19 Di Puskesmas Bulu Sukoharjo*. 55.
- Fauziah, T., Nurmayni, Putri, R., Pidia, S., & Sari, S. (2021). Hipertensi Si Pembunuh Senyap “Yuk Kenali Pencegahan dan Penangananya.” In *Buku Saku*.
- Juwita, D., Nulhakim, L., & Purwanto, E. (2023). Hubungan Kecemasan Dengan Insomnia Pada Pralansia Dan Lansia Hipertensi Di Posyandu Lansia Desa Tengkapak Kabupaten Bulungan. *Aspiration of Health Journal*, 1(2), 240–251. <https://doi.org/10.55681/aohj.v1i2.104>
- khoerul ummah. (2022). *Penerapan Relaksasi Otot Progresif Dalam Mengurangi Tingkat Kecemasan Pada Lansia*. 8.5.2017, 2003–2005.
- Mahmud, R., Hamid, A. Y. S., Susanti, H., & Wardani, I. Y. (2021). Dampak Relaksasi Otot Progresif dengan Bahasa Daerah terhadap Stres Keluarga dengan Anggota Keluarga yang Mengalami Skizofrenia. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 3(2), 777–783. <https://doi.org/10.31539/joting.v3i2.2989>
- Misbach, M. D., Adhika, F. N., Manyullei, S., Pasombo, A. P. D., Maharani, D. N., Faizal, S. A., & Fatta, A. A. (2023). Efektivitas Senam Hipertensi dan Pembagian Leaflet terhadap Perubahan Tekanan Darah dan Pengetahuan Masyarakat di Kelurahan Labakkang, Kecamatan Labakkang, Kabupaten Pangkajene dan Kepulauan. *Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(4), 486–493. <https://doi.org/10.25008/altifani.v3i4.421>
- Mutaminah, B. (2017). *Hubungan Religiusitas Dengan Tingkat Kecemasan Pada Penderita Diabetes Militus Di Wilayah Kerja Puskesmas Melati II Selemang Yogyakarta*.

- Naralia, T. W., Wahyuningsih, S. A., & ... (2023). Studi Kasus: Terapi Relaksasi Otot Progresif (ROP) untuk Menurunkan Tekanan Darah Tinggi Lansia dengan Hipertensi. *Jurnal Keperawatan ...*, 01(2), 59–68. <https://ejournal.akper-pelni.ac.id/index.php/jkd/article/view/44>
- Naralia, T. W., Wahyuningsih, S. A., & Rahmawati. (2023). Studi Kasus: Terapi Relaksasi Otot Progresif (ROP) pada Lansia dengan Kecemasan di Wilayah Kelurahan Slipi. *Jurnal Keperawatan Degeneratif*, 1(1), 52–60.
- Pradono, J., Kusumawardani, N., & Rachmalina, R. (2020). Hipertensi : Pembunuh Terselubung Di Indonesia. In *Respiratory Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. <https://repository.kemkes.go.id/book/10>
- Putri, F., Asih, S. W., & Hidayat, D. (2017). Hubungan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Wanita Premenopause Di Desa Bangsalsari Kecamatan Bangsalsari Jember. *Jurnal Insight Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember*, 13(1), 1–10.
- Ri, K. K., Denpasar, P. K., & Keperawatan, J. (2017). *Mahasiswa Program Studi D Iii Keperawatan*.
- Sugiarto. (2016). *Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Hipertensi Di RSUD Lirboyo Kota Kediri*. 4(1), 1–23.
- Susmini, Juartika, W., & Afrelia, D. (2023). Ansietas Lansia Dengan Hipertensi Prodi Keperawatan Lubuklinggau Poltekkes Kemenkes Palembang , Sumatra Selatan , Indonesia Metode deskriptif studi kasus untuk mendeskripsikan implementasi keperawatan penerapan senam kebugaran lansia untuk menurunkan kec. *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)*, 3(2), 106–110.
- Waryantini, W., Amelia, R., & Harisman, L. (2021). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Healthy Journal*, 10(1), 37–44. <https://doi.org/10.55222/healthyjournal.v10i1.514>
- Wijaya, E., & Nurhidayati, T. (2020). Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Dalam Menurunkan Skala Nyeri Sendi Lansia. *Ners Muda*, 1(2), 88. <https://doi.org/10.26714/nm.v1i2.5643>
- Yolanda, Y., Said, I., Suryati, T., & Simanungkalit, R. (2022). Efektifitas Relaksasi Otot Progresif Pada Tingkat Kecemasan Di Perawat Merawat Pasien Dengan Covid 19. *Indonesian Contemporary Nursing Journal*, 7(1), 16–24.