

DAFTAR PUSTAKA

- Ayuningsih, Resti Dyah, and Ratna Setiyaningsih. "Penatalaksanaan Terapi Relaksasi Otot Progresif dengan Masalah Penurunan Curah Jantung pada Pasien Hipertensi di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen." *Indonesian Journal On Medical Science* 5.1 (2018).
- Badan Peneliti Dan Pengembangan Kesehatan (2018). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). 2018. www.litbang.kemkes.go.id. Jakarta.
- Bage, Melania Papo. Pengaruh terapi relaksasi otot progresif terhadap perubahan tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien hipertensi usia produktif di Puskesmas Pacar Keling Surabaya. Diss. Widya Mandala Catholic University Surabaya, 2016.
- Dinas Kesehatan Kota Padang. (2018). Profil Kesehatan Kota Padang 2018. Padang: DKK
- Damanik, Hamonangan. "Pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di rsu Imelda." *Jurnal Keperawatan Priority* 1.2 (2018).
- Ekarini, Ni Luh Putu, Heryati Heryati, and Raden Siti Maryam. "Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif terhadap Respon Fisiologis Pasien Hipertensi." *Jurnal kesehatan* 10.1 (2019): 47-52.
- Ferdisa, R. J., & Ernawati, E. (2021). Penurunan Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi Menggunakan Terapi Relaksasi Otot Progresif. *Ners Muda*, 2(2), 47. <https://doi.org/10.26714/nm.v2i2.6281>
- Fitriani, Nisa Alfira, Novi Indriani, and Yudi Triguna. "Terapi Relaksasi Otot Progresif Dalam Meningkatkan Kualitas Tidur Pasien Hipertensi: Study Kasus." *Nursing Care And Health Technology Journal (Nchat)* 2.1 (2022): 71-77.
- Habibi, H. (2020). Penerapan Relaksasi Otot Progresif dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Keluarga dengan Hipertensi: Literature Review. *Serambi Saintia: Jurnal Sains Dan Aplikasi*, 8(2), 86–93. <https://doi.org/10.32672/jss.v8i2.2421>
- Ilham, M., Armina, A., & Kadri, H. (2019). Efektivitas Terapi Relaksasi Otot Progresif Dalam Menurunkan Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 8(1), 58. <https://doi.org/10.36565/jab.v8i1.103>.
- Khoirunisah, D., Utomo, D. E., & Puspitasari, R. (2022). Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *NusantaraHasanaJournal*, 2(3)113–120.
- Karang, M. T. A. J., & Rizal, A. (2017). Efektifitas terapi relaksasi otot progresif terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 7(04), 339-345. <https://nusantarahasanajournal.com/index.php/nhj/article/view/418>
- Kritiani, R. budi and Ningrum, S. surya (2020) „Pemberian Minuman Jahe Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Posyandu Lansia Surya Kencana Bulak Jaya Surabaya“, *Adi husada nursing journal*, 6(2), pp. 117–121.

- Lailatul, S. (2023). Pengaruh Terapi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas
- Nurman, M. (2017). Efektifitas Antara Terapi Relaksasi Otot Progresif Dan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Pulau Birandang Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Timur Tahun 2017. *Jurnal Ners*, 1(2), 108–126. <https://doi.org/10.31004/jn.v1i2.122>
- Norma, & Supriatna, A. (2018). Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Mariat Kabupaten Sorong. *Jurnal Kesehatan*, 31-35.
- Majid, A., & Ekwatini, R. D. (2018). Jus Seledri (*Apium Graveolenes*) Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Dengan Hipertensi Essensial. *Healt Notion* 1(12).
- Permadi, Fauzan Kukuh, and Dafid Arifiyanto. "Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: Literature Review." *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*. Vol. 1. 2021.
- Rachmawati, Aulia Rima, and Siti Aisah. "Penerapan terapi kombinasi relaksasi otot progresif dan musik terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi." *Ners Muda* 5.2 (2024): 227-237.
- Rikesdas Provinsi Sumatera Barat. (2018). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*.
- Sari Octarina. (2024). *Keperawatan Keluarga 1* (1st ed.). Mahakarya Citra Utama.
- Tyani, E. S., Utomo, W., & Hasneli N, Y. (2015). Efektifitas Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Esensial. *Jom*, 2(2), 1068–1075.
- Ulya, Z. I., & Faidah, N. (2017). Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Koripandriyo Kecamatan Gabus Kabupaten Pati. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 6(2), 1–9.
- Usman, K., Wibowo, N. Y., Natalia, H. piter, Arnita, Y., & Diliiani. (2024). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga* (P. I. Daryaswanti (ed.)). PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- 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>
- World Health Organization, (2018). Global life expectancy reaches new heights but 21 million face premature death this year, warns WHO. Available At http://www.who.int/whr/1998/media_centre/press_release/en/index3.html

