

DAFTAR PUSTAKA

- Adrian, S.J. and Tommy 2019 'Diagnosis dan tatalaksana terbaru pada dewasa', *Cdk-274*, 46(3), pp. 172–178.
- Agustina, D. *et al.* 2023 *Buku Ajar Keperawatan Keluarga*. Jakarta: Mahakarya Citra Utama.
- Alligood, M.R. 2017 *Pakar Teori Keperawatan dan Karya Mereka*. Indonesia. Edited by A.Y.S. Hamid and K. Ibrahim. Singapura: Elsevier.
- Ambrosini, D.M. 2016 *Instructing Hatha Yoga A Guide for Teachers and Students*. 2nd edn. United States: Human Kinetics.
- Arfah, Y., Gunawan, D. and Anggun, D. 2020 *Indeks Lq45 Sebelum dan Selama Pandemi Covid-19*. Padang: PT Inovasi Pratama Internasional.
- Aristoteles 2018 'Korelasi Umur dan Jenis Kelamin dengan Penyakit Hipertensi di Emergency Center Unit Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang 2017', *Indonesia Jurnal Perawat*, 3(1), pp. 9–16.
- Badan Litbang Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI, N. 2018 'Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf', *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, p. 198. Available at: http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf.
- Bailon, S.G. and Maglaya. A 2009 *Perawatan Kesehatan Keluarga: Suatu Pendekatan (Terjemah)*. Jakarta: Pusdiknakes.
- Baklouti, S. *et al.* 2022 'Effects of Hatha Yoga on Cognitive Functions in The Elderly: A Cross-Sectional Study', *Libyan Journal of Medicine*, 17(1), pp. 1–8. Available at: <https://doi.org/10.1080/19932820.2022.2080799>.
- Damanik, S.M. and Hasian 2019 *Modul Bahan Ajar Keperawatan Gerontik*. Jakarta.
- DeSimone, G.T. 2020 'Finding Your Yoga', *ACSM'S Health & Fitness Journal*, 24(1), pp. 3–4. Available at: <https://doi.org/10.1249/FIT.0000000000000532>.
- Dewi, S. and Fammilia, D. 2017 *Hidup Bahagia Dengan Hipertensi*. Depok: A Plus Books.
- deWit, S.C., Stromberg, H.K. and Dallred, C.V. 2017 *Medical-Surgical Nursing Concepts and Practice*. Third. Amerika: Elsevier.

- Esti, A. and Johan, T.R. 2020 *Buku Ajar Keperawatan Keluarga Askep Stroke*. Padang: Pustaka Galeri Mandiri.
- Friedman, M.M. 2013 *Buku Ajar Keperawatan Keluarga Riset, Reori dan Praktik*. Jakarta: EGC.
- di Fronso, S., Tamburrino, L. and Bertollo, M. 2021 ‘The Effects of Hatha Yoga and Specific Balance Exercises in Older Adults Living in Nursing Homes’, *Sport Mont*, 19(2), pp. 3–9. Available at: <https://doi.org/10.26773/smj.210618>.
- Harmili and Hatuwe, E. 2021 *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Komunitas*. Pekalongan: Nem.
- Harwijayanti, B.P. *et al.* 2022 *Keperawatan Keluarga*. Padang: Get Press.
- Hasnawati 2021 *Hipertensi*. Yogyakarta: Penerbit KBM Indonesia.
- Hendra, P., Virginia, D.M. and Setiawan, C.H. 2021 *Teori Dan Kasus Manajemen Terapi Hipertensi*. Yogyakarta: Sanata Dharma University Press.
- Hendriani, W. 2022 *Dinamika Perkembangan Usia Lanjut: Menjadi Lansia yang Sehat dan Bahagia*. Edited by H. NUr and N. Daulay. Yogyakarta: Bintang Semesta Media.
- Karim, S.A.A. 2022 *Intelligent Systems Modeling and Simulation II*. Switzerland: Springer.
- Kemenkes 2016 *Rencana Aksi Nasional Kesehatan Lanjut Usia, Menteri Kesehatan Republik Indonesia*. 25. Jakarta, Indonesia: Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes 2018a *Aktivitas Fisik untuk Lansia, Kemenkes*.
- Kemenkes 2018b *Anjuran Konsumsi Gula, Garam dan Lemak Per Hari, Kementerian Republik Indonesia*.
- Kemenkes 2019a *Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat, Kemenkes*. Available at: <https://www.kemkes.go.id/article/view/19051700002/hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat.html> (Accessed: 29 January 2023).
- Kemenkes 2019b *Olahraga Yoga Bisa Menurunkan Tekanan Darah Tinggi, Kemenkes*.
- Kemenkes RI 2019 ‘Hipertensi Si Pembunuh Senyap’, *Kementrian Kesehatan RI*, pp. 1–5. Available at:

<https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-hipertensi-si-pembunuh-senyap.pdf>.

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2021 ‘Hipertensi Penyebab Utama Penyakit Jantung, Gagal Ginjal, dan Stroke’, *Kementerian Kesehatan RI* [Preprint].
- Leo, S. 2020 *Kiat Jitu Menembus Jurnal Internasional: Terindeks Scopus*. Jakarta: Gramedia.
- Lestari, D. *et al.* 2018 ‘Gambaran Fungsi Kognitif pada Penderita Hipertensi Usia 45-59 tahun di Puskesmas Tlogosari Wetan Kota Semarang’, *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(1), pp. 207–214. Available at: <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>.
- Markil, N., Geithner, C.A. and Penhollow, T.M. 2020 ‘Hatha Yoga Benefits and Principles for a More Meaningful Practice’, *ACSM’s Health and Fitness Journal*, 14(5).
- Maulidia, A., Bhakti, W.K. and Pratama, K. 2019 ‘Efektivitas Senam Yoga terhadap Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Banjar Serasan Pontianak Timur’, *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 10(1), pp. 25–34. Available at: <http://jurnal-stikmuh-ptk.id>.
- Maulina, B. and Ulfa, A. 2022 ‘Peran Intensitas Aktivitas Fisik Sehari-hari Terhadap Derajat Fungsi Kognitif pada Lansia’, *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatra Utara*, 21(1), pp. 116–122.
- M.Black, J. and Hawks, J.H. 2014 *Keperawatan Medikal Bedah: Manajemen Klinis untuk Hasil yang Diharapkan*. 8th edn. Singapore: Elsevier.
- McEvoy, J.W. *et al.* 2020 ‘Association of Isolated Diastolic Hypertension as Defined by the 2017 ACC/AHA Blood Pressure Guideline With Incident Cardiovascular Outcomes’, *JAMA*, 323(4), p. 329. Available at: <https://doi.org/10.1001/jama.2019.21402>.
- Minarti 2022 *Asuhan Keperawatan Lansia dengan Spiritual Well Being Berbasis Islami*. 1st edn. Edited by A.A. Adinata. Yogyakarta: Rizmedia Pustaka Indonesia.
- Mufarokhah 2020 *Hipertensi dan Intervensi Keperawatan*. Klaten: Penerbit Lakeisha.
- Munarlis, Hilal, I. and Anantama, M.D. 2023 *Poskolonial: Mimikri*. Yogyakarta: Selat Media.

- Muttaqin, M.Z. 2023 *Diet Hipertensi atau Darah Tinggi (Dash Diet)*, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Muyassaroh, Y. *et al.* 2022 *Psikologi Perkembangan*. Edited by Delima. Padang: Get Press.
- Pakpahan, M. *et al.* 2020 *Keperawatan Komunitas*. Edited by A. Karim. Yayasan Kita Menulis.
- Pangkey, B.C.A. *et al.* 2021 *Dasar-dasar Dokumentasi Keperawatan*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Pareira, E.M.S. *et al.* 2022 ‘Hatha Yoga and Tai Chi Decrease Blood Pressure in Pre Elderly’, *Sport and Fitness Journal*, 10(1), pp. 9–16.
- Pemerintah Indonesia 1992 *Undang-undang (UU) Nomor 23 tentang Kesehatan*. Jakarta.
- Pemerintah Indonesia 1998 *Undang-undang (UU) Nomor 13 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, BPHN*. 13. Jakarta, Indonesia: Undang-Undang Republik Indonesia. Available at: www.bphn.go.id.
- Pokja SDKI DPP PPNI 2017 *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia*. PPNI.
- Pokja SIKI DPP PPNI 2018 *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia*. 2nd ed. PPNI.
- Pokja SLKI DPP PPNI 2019 *Standar Luaran Keperawatan*. 2nd ed. PPNI.
- Putri, N.R.I.A.T. *et al.* 2021 *Keperawatan Gerontik Lansia dan Permasalahannya*. Edited by Risnawati. Pamekasan: Duta Media Publishing.
- Rahmanda, A. and Prajayanti, E.D. 2022 ‘Gambaran Pola Makan dan Aktivitas Fisik pada Lansia Hipertensi di Posyandu Lansia Desa Tremas Pacitan’, *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(4), pp. 295–301. Available at: <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v1i4.1091>.
- Rasiman, N.B. and Ansyah, A. 2020 *Pengaruh Senam terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Lansia*, *Pustaka Katulistiwa*. Palu Selatan.
- Renteng, S. and Simak, V.F. 2021 *Keperawatan Keluarga*. Makassar: Tohar Media.
- Ridwan, M. 2017 *Mengenal, Mencegah, Mengatasi Silent Killer, ‘Hipertensi’*. Edited by S. Ika. Romawi Pustaka.
- Sartika, A. *et al.* 2020 ‘Senam Lansia Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia’, *Journal of Telenursing (JOTING)*, 2(1), pp. 11–20. Available at: <https://doi.org/10.31539/joting.v2i1.1126>.

- Sartika, A., Wardi, A. and Sofiani, Y. 2018 'Perbedaan Efektivitas Progressive Muscle Relaxation (PMR) dengan Slow Deep Breathing Exercise (SDBE) terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi', *Jurnal Keperawatan Silampari*, 2(1), pp. 356–370. Available at: <https://doi.org/10.31539/jks.v2i1.380>.
- Setiyorini, E. and Wulandari, N.A. 2018 *Asuhan Keperawatan Lanjut Usia dengan Penyakit Degeneratif*. Malang: Media Nusa Creative.
- Sieverdes, J.C. *et al.* 2014 'Effects of Hatha Yoga on Blood Pressure, Salivary α -Amylase, and Cortisol Function Among Normotensive and Prehypertensive Youth', *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 20(4), pp. 241–250. Available at: <https://doi.org/10.1089/acm.2013.0139>.
- Simarmata, N.I.P. *et al.* 2021 *Metode Penelitian untuk Perguruan Tinggi*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Simorangkir, L. *et al.* 2022 *Mengenal Lansia dalam Lingkup Keperawatan*. Edited by J. Simamarta. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Sinaga, E.J. and Simorangkir, L. 2019 'Gambaran Status Gizi Lansia di Wilayah Binaan Prodi Ners Stikes Santa Elisabeth Medan', *Elisabeth Health Journal* 23, 4(1), pp. 23–27. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.52317/ehj.v4i1.254>.
- Siregar, D. *et al.* 2020 *Keperawatan Keluarga*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- S.Pikir, B. *et al.* (2015) *Hipertensi Manajemen Komprehensif*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Steddon, S. *et al.* 2014 *Oxford Handbook of Nephrology and Hypertension*. 2nd edn. New York: Oxford University Press.
- Subekti, I., Saragih, L. and Pertiwi, D.A. 2022 'Pengaruh Latihan Hatha Yoga terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Kendalsari Kota Malang', *Jurnal Keperawatan Terapan*, 8(1), pp. 1–10.
- Sumartini, N.P., Zulkifli, Z. and Adhitya, M.A.P. 2019 'Pengaruh Senam Hipertensi Lansia Terhadap Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cakranegara Kelurahan Turida Tahun 2019', *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)*, 1(2), p. 47. Available at: <https://doi.org/10.32807/jkt.v1i2.37>.
- Suparta, I.K. and Astrina, W.A. 2020 *Panduan Praktis Hatha Yoga Bagi Orang Modern*. Yogyakarta: Deepublish.

- Sy, P. and Wt, V. 2021 'Simple Asana: Yoga and the Elderly', *Phys Med Rehabil Int*, 8(2), pp. 1–3. Available at: www.austinpublishinggroup.com.
- Tew, P. 2020 *The Dash Diet*. London: Octopus Publishing Group.
- Ultawiningrum, S. 2018 *Pengaruh Senam Yoga Hatha terhadap Penurunan Tekanan Darah Sistolik pada Lanjut Usia dengan Riwayat Hipertensi*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Unger, T. *et al.* 2020 '2020 International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines', *Hypertension*, 75(6), pp. 1334–1357. Available at: <https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.120.15026>.
- UNHCR 2023 *Older Persons Emergency Handbook*. Swiss: UNHCR. Available at: <https://emergency.unhcr.org>.
- Venkata, C. 2014 *Hypertension: A Clinical Guide*. Broken Sound Parkway, NW: CRC Press.
- Wayne, G. 2023 *The Nursing Process: A Comprehensive Guide, Nurseslabs*.
- Whelton, P.K. *et al.* 2017 '2017 ACC/AHA/AAPA/ABC/ACPM/AGS/APhA/ASH/ASPC/NMA/PCNA guideline for the prevention, detection, evaluation, and management of high blood pressure in adults a report of the American College of Cardiology/American Heart Association Task Force on Clinical pr', *AHA Journals*, 71(6), pp. E13–E115. Available at: <https://doi.org/10.1161/HYP.0000000000000065>.
- WHO 2021 'Information of The WHO About The Prevalence, Risk Factors, Complications and Treatment of Hypertension', *World Health Organization* [Preprint].
- WHO 2022 *Physical Activity, WHO*.
- Yasa, I.D.G.D., Azis, A. and Widastra, I.M. 2017 'Penerapan Hatha Yoga Dapat Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi', *Community of Publishing in Nursing*, 5(1), pp. 19–25.