

DAFTAR PUSTAKA

- American College of Sports Medicine. (2021). *Exercise is Medicine*.
<https://www.exerciseismedicine.org/>
- American Heart Association. (2021). *Weight-Loss Strategies for Prevention and Treatment of Hypertension: A Scientific Statement From the American Heart Association*.
<https://www.ahajournals.org/doi/epub/10.1161/HYP.0000000000000202>
- American Heart Association. (2024a). *Facts About HighBlood Pressure*.
<https://www.heart.org/en/health-topics/high-blood-pressure/the-facts-about-high-blood-pressure>
- American Heart Association. (2024b). *Understanding Blood Pressure Readings*.
<https://www.heart.org/en/health-topics/high-blood-pressure/understanding-blood-pressure-readings>
- Ariyani, A. R. (2020). *Kejadian Hipertensi pada Usia 45-65 Tahun*.
<https://doi.org/10.15294/higeia.v4iSpecial%203/40392>
- Azmy, L. U., Subrata, I. M., & Suariyani, N. L. P. (2021). Efficacy of sport and slow stroke back massage as a non-pharmacological therapy to lower blood pressure in elderly with chronic hypertension. *Public Health and Preventive Medicine Archive*, 9(1), 38–44. <https://doi.org/10.15562/phpma.v9i1.324>
- Baringbing, E. P. (2023). Pengaruh Karakteristik Pendidikan dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien Rawat Jalan di RSUD dr. Doris Sylvanus Provinsi Kalimantan Tengah. *Jurnal Surya Medika*, 9(3), 124–130. <https://doi.org/10.33084/jsm.v9i3.6492>
- Budiono, Pertami, S. B., & Mustayah. (2018). Pemberdayaan Lansia Melalui Aktivitas Relaksasi Progresif. *Jurnal IDAMAN*, 2(1), 7–12.
- Dewi, E. S., & Yanti, D. (2020). Slow Stroke Back Masage dengan Aromatherapi Rose Terhadap Tekanan Darah Dan Denyut Nadi Menopause Penderita Hipertensi Effect Of Slow Stroke Back Masage (On Blood Presure And Pulse Menopause With Hypertension. In | *Jurnal Kebidanan* (Vol. 9, Issue 1).
- Dinas Kesehatan Kota Depok. (2021). *Profil Kesehatan Kota Depok 2021*.
- Dinas Kesehatan Kota Depok. (2022). *Profil Kesehatan Kota Depok 2022*.
- Dinas Kesehatan Kota Depok. (2023). *Profil Kesehatan Kota Depok 2023*.

- Djaali. (2022). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. PT Bumi Aksara.
- Fadillah, S. (2019). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Nyeri Leher Pada Penderita Hipertensi Esensial Di Wilayah Puskesmas Depok I, Sleman Yogyakarta. *Caring : Jurnal Keperawatan*, 8.
- Fitria, N. E., Desnita, R., Guci, A., Sutiawan, A., Yeni, G. P., Amardya, V., Yudha, R. P., Putri, R. G. D., Indestri, F. W., & Richardson. (2023). Pendekatan Terapi Komplementer Untuk Penatalaksanaan Hipertensi. *Jurnal Abdi Mercusuar*, 3(1), 060–068. <https://doi.org/10.36984/jam.v3i1.391>
- Gidding, S. S., Whelton, P. K., Carey, R. M., Flynn, J., Kaelber, D. C., & Baker-Smith, C. (2019). Aligning Adult and Pediatric Blood Pressure Guidelines. In *Hypertension* (Vol. 73, Issue 5, pp. 938–943). Lippincott Williams and Wilkins. <https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.119.12653>
- Hannan, M., Suprayitno, E., & Yuliyana, H. (2019). Pengaruh Terapi Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Osteoarthritis Pada Lansia Di Posyandu Lansia Puskesmas Pandian Sumenep. *Wiraraja Medika*.
- Heryana, A. (2020). *Analisis Data Penelitian Kuantitatif*. Erlangga.
- Hidayah, N., & Nisak, R. (2018). *Buku Ajar Terapi Komplementer Untuk Mahasiswa Keperawatan (Evidence Based Practice)*. Samudra Biru.
- Hidayat, R., & Kurniadi, R. (2023). Pengaruh Teknik Slow Stroke Back Massage (Ssbm) Terhadap Penurunan Nyeri Kepala Dan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Batu Belah Wilayah Kerja Puskesmas Air Tiris. *Jurnal Ners Universitas Pahlawan*, 7. <http://journal.stkiptam.ac.id/index.php/ners>
- International Association for the Study of Pain. (2024). *Terminology of Pain*. <https://www.iasp-pain.org/resources/terminology/#pain>
- Kartika, M., Subakir, & Mirsiyanto, E. (2021). Faktor-Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Rawang Kota Sungai Penuh Tahun 2020. *Jurnal Kesmas Jambi (JKMJ)*, 5(1).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Apa itu Hipertensi (Tekanan Darah Tinggi) ?* <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic/apa-itu-hipertensi-tekanan-darah-tinggi>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Mengapa Hipertensi Berbahaya?* <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic/waspadai-komplikasi-akibat->

Sofia Eka Lestari, 2025

EFEKTIVITAS KOMBINASI STIMULASI KUTANEUS (*SLOW STROKE BACK MASSAGE*) DAN KOMPRES HANGAT TERHADAP NILAI TEKANAN DARAH DAN NYERI KEPALA PADA PENDERITA HIPERTENSI

UPN “Veteran” Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Keperawatan Program Sarjana
www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id

- Machus, A. L., Anggraeni, A., Indriyani, D., Anggraini, D. S., Putra, D. P., Rahmawati, D., Nurfazriah, F., Azizah, H., Lestari, I., Syafitri, L., Fauziah, N. S., Lailah, N. N., & Z, N. N. (2020). Pengobatan Hipertensi Dengan Memperbaiki Pola Hidup Dalam Upaya Pencegahan Meningkatnya Tekanan Darah. *Journal of Science, Technology, and Entrepreneurship*.
- Magdalena TBolon, C., Manurung, N., Manurung, R., Dewi, R., Siregar, S., & Buulolo, B. (2023). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan Tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Keperawatan IMELDA*, 9(2). <http://jurnal.uimedan.ac.id/index.php/JURNALKEPERAWATAN>
- Mahadewa, T. G. B. (2023). *Manajemen Nyeri*. EGC.
- Martono, N. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif* (Revision 2 ed.). PTRAJAGRAFINDO.
- Masturoh, I., & T., A. N. (2018). *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Mayo Clinic. (2020). *Stress and High Blood Pressure: What's The Connection?* <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/high-blood-pressure/in-depth/stress-and-high-blood-pressure/art-20044190>
- Medical News Today. (2020). *Pain scale types: Benefits and limitations*. <https://www.medicalnewstoday.com/articles/pain-scale>
- Meidayanti, G. A. M. D. D., Candrawati, S. A. K., & Lestari, N. K. Y. (2023). The Effect of Slow Stroke Back Massage on Blood Pressure in Elderly Patients with Hypertension. *Holistic Nursing and Health Science*, 6(1), 30–37. <https://doi.org/10.14710/hnhs.6.1.2023.30-37>
- Meidert, A. S., & Saugel, B. (2017). Techniques for non-invasive monitoring of arterial blood pressure. In *Frontiers in Medicine* (Vol. 4, Issue JAN). Frontiers Media S.A. <https://doi.org/10.3389/fmed.2017.00231>
- Melastuti, E., Nursalam, N., Sukartini, T., & Janitra, F. E. (2020). Combination Therapy: Murottal and Slow Stroke Back Massage (SSBM) Affecting the Blood Pressure of Hemodialysis Patients. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24, 2020.
- Mobalen, O., Werung, D. V., & Maryen, Y. (2020). Pengaruh Stimulasi Kutaneus Slow Stroke Back Massage (Ssbm) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi The Effect Of Kutaneus Slow Stroke Back Massage (Ssbm) Stimulation On Blood Pressure Reduction In Hypertension Patients. *Nursing Arts, XIV*(2), 1978–6298.

Sofia Eka Lestari, 2025

EFEKTIVITAS KOMBINASI STIMULASI KUTANEUS (SLOW STROKE BACK MASSAGE) DAN KOMPRES HANGAT TERHADAP NILAI TEKanan DARAH DAN NYERI KEPALA PADA PENDERITA HIPERTENSI

UPN “Veteran” Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Keperawatan Program Sarjana
[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]

- National Heart, L. and B. I. (2021). *DASH Eating Plan*. <https://www.nhlbi.nih.gov/education/dash-eating-plan>
- National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism. (2024). *Alcohol's Effects on the Body*. <https://www.niaaa.nih.gov/alcohols-effects-health/alcohols-effects-body>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nugroho, R. A., Ayubhana, S., Atika, S., & Sari. (2022). Penerapan Pemberian Kompres Hangat Pada Leher Terhadap Skala Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi Di Kota Metro Application Of Giving Warm Compress On The Neck To The Scale Of Head Pain In Hypertension Patients In Metro City. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(4).
- Oktavia, H. D., Juwariyah, S., Kinanthi, R. A., Hayuningtyas, L., & Prasetya, T. (2024). *Application of Warm Water Compress to Reduce Headaches in the Elderly Hypertension: A Case Study*. <https://ojs.stikestelogorejo.ac.id/index.php/ichpr>
- Patonengan, G. S., Mendrofa, F. A. M., & Hani, U. (2023). Effectiveness of Slow Stroke Back Massage (SBBM) on blood pressure, anxiety, and depression among older people with hypertension: A quasi-experimental study. *Public Health of Indonesia*, 9(2), 66–73. <https://doi.org/10.36685/phi.v9i2.678>
- Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia. (2019). *Konsensus Penatalaksanaan Hipertensi 2019*.
- Polit, D. F. and B. C. T. (2018). *Essentials of Nursing Research*.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2020). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik* (10th ed.). EGC.
- Prihatini, N. W., & Nopriani, Y. (2023). Hubungan Pemberian Kompres Hangat pada Leher untuk Mengurangi Tekanan Darah dan Nyeri di Kepala pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 5(2), 183–195. <https://doi.org/10.31539/jka.v5i2.6044>
- Punjabstuti, B., & Fatimah, M. (2020). Pengaruh Slow Stroke Back Massage Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi: Literature Review The Effect Of Slow Stroke Back Massage On Blood Pressure In The Elderly With Hypertension: A Literature Review. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 11(02), 167–175.
- Purqoti, D. N. S., Rusiana, H. P., Oktiviana, E., Prihantin, K., & Risprawati, B. H. (2021). Pengenalan Terapi Non Farmakologi Untuk Menurunkan Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis*.

Sofia Eka Lestari, 2025

EFEKTIVITAS KOMBINASI STIMULASI KUTANEUS (SLOW STROKE BACK MASSAGE) DAN KOMPRES HANGAT TERHADAP NILAI TEKANAN DARAH DAN NYERI KEPALA PADA PENDERITA HIPERTENSI

UPN "Veteran" Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Keperawatan Program Sarjana
[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]

- Roseyanti, I. R., Iswandari, N. D., & Hasanah, S. N. (2023). Analisis Kejadian Hipertensi Pada Wanita Menopause di Wilayah Kerja Puskesmas Lok Batu. In *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan* (Vol. 4, Issue 1). Politeknik Pratama Purwokerto. <https://doi.org/10.55606/jrik.v4i1.2826>
- Safikhani, S., Gries, K. S., Trudeau, J. J., Reasner, D., Rüdell, K., Coons, S. J., Bush, E. N., Hanlon, J., Abraham, L., & Vernon, M. (2018). Response scale selection in adult pain measures: Results from a literature review. In *Journal of Patient-Reported Outcomes* (Vol. 2). Springer. <https://doi.org/10.1186/s41687-018-0053-6>
- Sani, F. (2018). *Metodologi penelitian farmasi komunitas dan eksperimental*. Deepublish.
- Sapto Pramono, J., Khomatul Masita, I., Kemenkes Kalimantan Timur, P., & Artikel info, I. (2021). Reducing Blood Pressure with Slow Stroke Back Massage and Warm Water Foot Soak on Isolated Systolic Hypertension Patients. *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)*, 4(4), 414–422. <https://doi.org/10.35654/ijnhs.v4i4.467>
- Sari, N. P. (2022). *Keperawatan Pada Pasien dengan Hipertensi Yang Rawat di Rumah Sakit*.
- Savira Auliyah, Nur Eni Lestari, & Emi Yuliza. (2024). Pengaruh Terapi Slow Stroke Back Massage terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Ruang Pulau Selayar RSAL Dr. Mintohardjo Jakarta Pusat 2023. *Jurnal Medika Nusantara*, 2(3), 23–33. <https://doi.org/10.59680/medika.v2i3.1165>
- Şentürk, Ü., Polat, K., & Yücedağ, I. (2019). Towards wearable blood pressure measurement systems from biosignals: A review. In *Turkish Journal of Electrical Engineering and Computer Sciences* (Vol. 27, Issue 5, pp. 3259–3281). Turkiye Klinikleri. <https://doi.org/10.3906/elk-1812-121>
- Sinaga, M. (2018). *Riset Kesehatan*. Deepublish (CV Budi Utama).
- Smeltzer, S. C., & Barre, B. G. (2018). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah* (Edisi8 ed.). Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono, & Puspanthani, M. E. (2020). *Metode Penelitian Kesehatan* (1st ed., Vol. 1). Alfabeta.
- Suherman. (2018). *Hipertensi Esensial*.

Sofia Eka Lestari, 2025

EFEKTIVITAS KOMBINASI STIMULASI KUTANEUS (SLOW STROKE BACK MASSAGE) DAN KOMPRES HANGAT TERHADAP NILAI TEKanan DARAH DAN NYERI KEPALA PADA PENDERITA HIPERTENSI

UPN “Veteran” Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Keperawatan Program Sarjana
[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]

- Supriadi, F. E., Fitri, N. L., & Dewi, N. R. (2024). Penerapan Slow Deep Breathing Terhadap Nyeri Kepala Pasien Hipertensi Di Ruang Penyakit Dalam A Rsud Jend. Ahmad Yani Metro The Application Of Autogenic Relaxation And Candana Aromatherapy On Blood Pressure In Hypertension Patients In The Education Room In General Hospital Jend. Ahmad Yani Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 4(4).
- Survei Kesehatan Indonesia. (2023). *Prevalensi, Dampak, Serta Upaya Pengendalian Hipertensi dan Diabetes Melitus di Indonesia*. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/hasil-ski-2023/>
- Susanti, N., Nurul Aghniya, S., Almira, S. S., & Anisa, N. (2024). Hubungan Usia, Jenis Kelamin dengan Penyakit Hipertensi di Klinik Utama Paru Soeroso. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8.
- Swarihadiyanti, R. (2014). *Pengaruh Pemberian Terapi Musik Instrumental Dan Musik Klasik Terhadap Nyeri Saat Wound Care Pada Pasien Post Op Di Ruang Mawar Rsud Dr.Soediran Mangun Sumarso Wonogiri*. Stikes Kusuma Husada.
- Vitriya, L., Aziz, A., & Sri, N. (2022). *Implementasi Pemberian Kompres Hangat Pada Leher Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi Di Rsup Dr. Sardjito Yogyakarta*.
- Wahyudi, S. A., & Wahid, A. (2016). *Ilmu Keperawatan Dasar*. Mitra Wacana Media.
- Wei, F. F., Zhang, Z. Y., Huang, Q. F., & Staessen, J. A. (2018). Diagnosis and management of resistant hypertension: State of the art. *Nature Reviews Nephrology*, 14(7), 428–441. <https://doi.org/10.1038/s41581-018-0006-6>
- Wibowo, A. T. (2018). *Pengaruh Slow Stroke Back Massage (SSBM) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Hipertensi Lansia The Effect Of Slow Stroke Back Massage (SSBM) On Decreasing Hypertension Of Elderly*.
- Wiwit Suwanto, A., Sugiyorini, E., & Wiratmoko, H. (2020). Efektifitas Relaksasi Benson Dan Slow Stroke Back Massage Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Hemodialisa. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 4(2), 91–98.
- World Health Organization. (2023a). *Hypertension*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- World Health Organization. (2023b). *Sodium Reduction*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/salt-reduction>
- Yunus, M., Aditya, I. W. C., & Eksa, D. R. (2021). Hubungan Usia dan Jenis Kelamin dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Haji Pemanggilan

Sofia Eka Lestari, 2025

EFEKTIVITAS KOMBINASI STIMULASI KUTANEUS (SLOW STROKE BACK MASSAGE) DAN KOMPRES HANGAT TERHADAP NILAI TEKanan DARAH DAN NYERI KEPALA PADA PENDERITA HIPERTENSI

UPN “Veteran” Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Keperawatan Program Sarjana
[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]

Kecamatan Anak Tuha Kabupaten Lampung Tengah. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 8.

Sofia Eka Lestari, 2025

EFEKTIVITAS KOMBINASI STIMULASI KUTANEUS (*SLOW STROKE BACK MASSAGE*) DAN KOMPRES HANGAT TERHADAP NILAI TEKANAN DARAH DAN NYERI KEPALA PADA PENDERITA HIPERTENSI

UPN “Veteran” Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Keperawatan Program Sarjana
[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]