

DAFTAR PUSTAKA

- Ainurrafiq, A., Risnah, R., & Ulfa Azhar, M. (2019). Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: Systematic Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 2(3), 192–199. <https://doi.org/10.56338/mppki.v2i3.806>
- Akbar, R.R., Anissa, M., Hariyani, I.P. & Rafli, R., 2022, 'Edukasi Masyarakat Mengenai Gejala Cemas', *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(4), 876–881.
- Amalia, M., & Rahayu, R. (2023). The Effect of *Tai Chi* Exercise on Anxiety Disorders of The Elderly. In *Journal of Maobi Linguistics, Education, Literature, and Culture* (Vol. 01, Issue 01).
- Andiyani, S. R. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Denyut Nadi dan Tekanan Darah pada Mahasiswa. *Jurnal Kesehatan HEME*, 3(2), 100–107.
- Asmarany, A I Arif, M & Yuminah 2024. Manajemen Stress. Yayasan Cendikia Mulia Mandiri, Batam
- Astuti, R., Junaedi, M., Ahadi, A., Silaswati, S., Susanti, F., Wibawa, R., Suci, A., Siti, R., Liesbeth, Made, N. & Rekawati, E., 2023, *Keperawatan Gerontik*, vol. 1, PT. Sonpedia Publishing Indonesia, Jambi.
- Barakat, M.M., Fathi Elattar, N. & Zaki, H.N., 2019, 'Depression, Anxiety and Loneliness among Elderly Living in Geriatric Homes', *American Journal of Nursing Research*, 7(4), 400–411.
- Cheng, S., Xie, X., Liu, L., & Wang, Y. (2022). Arterial stiffness and its association with blood pressure trajectories in middle-aged adults. *Frontiers in Cardiovascular Medicine*, 9, 939103. <https://doi.org/10.3389/fcvm.2022.939103>
- Dewi Astuti, A., Oktodia Basuki, H., & Priyanto, S. (2024). *BUKU AJAR KEPERAWATAN GERONTIK* (Vol. 1). PT Nuansa Fajar Cemerlang Jakarta
- Dwi Surya Darma, Aziz Fahruji, & Nur Afni Wulandari Arifin. (2024). Implementasi Terapi Emotional Freedom Technique Dalam Mengatasi Masalah Keperawatan Kecemasan pada Lansia di Panti Bina Laras Harapan Sentosa 2 Cipayung Jakarta Timur. *Jurnal Manajemen Kesehatan Dan Keperawatan*, 1(3), 132–136. <https://doi.org/10.35968/ynrs6e20>
- Ezalina, E., Alfianur, A., & Dendi, D. (2023). Self Efficacy terhadap Kesejahteraan Psikologis Lansia. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 10(1), 37–43
- FEIST, J., 2010, *Teori Kepribadian*, 7th edn., vol. 2, Salemba Humanika.
- Hadinata, D. dan Jahid Abdillah, A. (2022) *Metodologi Keperawatan*. 1 ed. Disunting oleh S. Wahyuni. Bandung: Penerbit Widina Bhakti Persada Bandung. Tersedia pada: www.penerbitwidina.com.
- Hahad, O., Kuntic, M., Kuntic, I., Daiber, A., & Münzel, T. (2023). Tobacco smoking and vascular biology and function: evidence from human studies. *Pflügers Archiv - European Journal of Physiology*, 475(6), 797–805.

- Hakim, L. N (2020). 'Urgensi Revisi Undang-Undang tentang Kesejahteraan Lanjut Usia'. *Aspirasi: Jurnal Masalah-Masalah Sosial*, 11(1), 43–55. <https://doi.org/10.46807/aspirasi.v11i1.1589>
- Halida Mubarakah, & Panma, Y. (2023). Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif pada Asuhan Keperawatan Pasien dengan Hipertensi. *Buletin Kesehatan: Publikasi Ilmiah Bidang Kesehatan*, 7(1), 47–65. <https://doi.org/10.36971/keperawatan.v7i1.140>.
- Hall, J. E., do Carmo, J. M., da Silva, A. A., Wang, Z., & Hall, M. E. (2023). Obesity-induced hypertension: interaction of neurohumoral and renal mechanisms. *Circulation Research*, 122(10), 1042–1058
- Handayani, N., Sari, S. A., Dewi, T. K., Dharma, A., Metro, W., Progresif, R. O., Darah, T., & Relaxation, P. M. (2022). Handayani, Penerapan Relaksasi Otot Progresif 255. *Jurnal Cendikia Muda*, 2, 255–263. <http://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/344>
- Hayati, 2022, *Cemas Pada Lansia... Perlukah?*, 1st edn., Asosiasi Profesi Widyaiswara Indonesia
- Hawari, D., 2018, *Manajemen Stres Cemas Dan Depresi.*, Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Husna, R. (2019). Kecemasan pada lansia: Faktor penyebab dan penanganannya. *Jurnal Psikologi*, 15(1), 45-55.
- Irma, A., Setiawan, D., & Antara, A. N. (2021). Hubungan lama menderita hipertensi dengan tingkat kecemasan pada usia dewasa 26-45 tahun di Dusun Sempu Desa Wonokerto Sleman Yogyakarta. *Majalah Ilmu Keperawatan & Kesehatan Indonesia*, 10(2), 124–133.
- Jidan, D S S 2024. *Buku Ajar Keperawatan Jiwa 1*, 1st ed. Mahakarya Citra Utama, Jakarta Selatan.
- Keliat, Budi Anna dkk. (2019). *Asuhan Keperawatan Jiwa*. Jakarta : EGC.
- Kuang, X., Dong, Y., Song, L., Dong, L., Chao, G., Zhang, X., & Yang, J. (2023). The effects of different types of *Tai Chi* exercise on anxiety and depression in older adults: a systematic review and network meta-analysis. In *Frontiers in Public Health* (Vol. 11). Frontiers Media SA. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1295342>
- Kurniati, S. R., & Putri, M. E. (2022). Guided Imagery Intervention to Reduce Anxiety in Nursing Home Elderly Resident. *Psychiatry Nursing Journal (Jurnal Keperawatan Jiwa)*, 4(2), Article 2. <https://doi.org/10.20473/pnj.v4i2.38731>
- Khawarizmi, A., 2022, *Kecemasan dan Serangan Panik - Cara Tepat Mengendalikan Diri Anda*, Al Khawarizmi.
- Khoirunissa, M., Naziyah, N., & Nurani, I. A. (2023). Hubungan Self Efficacy Dengan Kepatuhan Perawatan Diri Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Kelurahan Ragunan. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 7(1), 26–38. <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v7i1.5520>
- L. Sun, L. P. Zhuang, X. Z. Li, J. Zheng, and W. F. Wu, “*Tai Chi* can prevent cardiovascular disease and improve cardiopulmonary function of adults with obesity aged 50 years and older: a long-term follow-up study,” *Medicine*, vol. 98, no. 42, Article ID e17509, 2019.

- Lestari, M. D. P., & Husain, F. (2023). Gambaran tingkat kecemasan lansia pada masa pandemi COVID-19 di Pos Layanan Terpadu (Posyandu). *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 11(1), 45–52. <https://doi.org/10.31965/jnk.v11i1.2529>
- Liang, Y., Xu, X., Chen, W., & Zhang, H. (2024). Vascular aging and hypertension: Mechanisms and interventions. *Frontiers in Cardiovascular Medicine*, 11.
- Made, N., Pramita, S., Suarmini, K. A., & Triguno, Y. (2022). Tingkat Kecemasan Lansia Di Masa Pandemi Covid 19 Di Desa Tangguwisia Wilayah Kerja Puskesmas Seririt 1. Prosiding Simposium Kesehatan Nasional, 283–289. <Http://Infocorona.Baliprov.Go.Id>
- Manafe, L. A., & Berhimpion, I. (2022). Hubungan Tingkat Depresi Lansia Dengan Interaksi Sosial Lansia di BPSLUT Senja CeraH Manado. *Jurnal Ilmiah Hospitality* 749, 11(1), 749–758.
- Meilita, S. Z. (2024). Effect Of Progressive Muscle Relaxation Therapyon The Level Of Anxiety In The Elderlyin Posbindu Area Of China Bidara Rw.04 East Jakarta Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Posbindu Wilayah Bidara Cina Rw.04 Jakarta Timur. *Kesehatan Dan Anak*, 10(1). <https://doi.org/10.34005/afiat.v10i01.3821>
- Mujiadi & Rachmah, S., 2022, Buku Ajar Keperawatan Gerontik, STIKes Majapahit Mojokerto, Mojokerto.
- Mulyana, N., 2021, Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Spiritualitas Lansia Dalam Kesiapan Menghadapi Kematian, vol. 4.
- Martinez, F., Smith, R., & Garcia, A. (2024). Anxiety and blood pressure control in older adults: Mechanistic insights and clinical implications. *American Journal of Geriatric Psychiatry*, 32(1), 12–22.
- Nur Anisa, R., Krismalia Putri, A., Tri Pamungkas, V.V., Putri Hasanah, Y. & Hikmah, S., 2024, ‘Studi Kasus Pada Lansia: Perbedaan Sosio Emosional Lansia Di Panti Wredha Dengan Lansia Di Rumah’, *Jurnal Empati*, 13(1), 30–37.
- Nuradha, M. S., Dolifah, D., & Hoedaya, A. P. (2023). Gambaran tingkat kecemasan pada lansia penderita diabetes melitus di wilayah binaan Puskesmas Kotakaler. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 45–52. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v7i1.13290>
- Nyandra, M., 2019, Lansia (Aktif, Sehat, dan Bahagia), 1st edn., Pilar.
- Özsungur, F. (2019). Latent Aging. *Biomedical Journal of Scientific & Technical Research*, 20(4). <https://doi.org/10.26717/BJSTR.2019.20.003497>
- Polopadang, V. dan Hidayah, N. (2019) Proses Keperawatan Pendekatan Teori dan Praktik. Gowa: Yayasan Pemberdayaan Masyarakat Indonesia Cerdas.
- Parashar, R., Visch, J., Masi, C., & Mulkey, S. B. (2023). Autonomic brain functioning and age-related health concerns. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 134, 104–112.
- Pratiwi Bela, F., Wirawati Karuniangtyas, M., & Aini Nur, D. (2022). Pengaruh edukasi terhadap tingkat kecemasan keluarga dalam merawat penderita hipertensi di kelurahan Cangkiran. *Jurnal Ilmiah Permas*, 11 No 1(April), 1–8.
- Putri Dafriani. (2019). Pendekatan Herbal Dalam Menangani Hipertensi. *Berkah Prima*, 1–98.

- Rahma Dewi, A., 2023, 'Perbandingan Efektivitas Art Drawing Therapy dan Sense of Humor Therapy Terhadap Kecemasan Pada Lansia ', *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)* , 4(2), 76–82.
- Rindayati, R., Nasir, A., & Astriani, Y. (2020). Gambaran Kejadian dan Tingkat Kecemasan pada Lanjut Usia. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 5(2), 95.
- Rion, Azniah & Irmayani, 2023, Hubungan Antara Transisi Model Pembelajaran Dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Pasca Pandemi, vol. 3.
- Riyanti, E., Pudjiati, P., & Yarden, N. (2022). Terapi “Sehat Jasmani dan Rohani” Menurunkan Tingkat Kecemasan Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 7(2), 158–165. <https://doi.org/10.32668/jkep.v7i2.939>
- Russell, R., Minhas, S., Chandan, J. S., Subramanian, A., McCarthy, N., & Nirantharakumar, K. (2023). The Risk Of All-Cause Mortality Associated With Anxiety: A Retrospective Cohort Study Using ‘The Health Improvement Network’ Database. *Bmc Psychiatry*, 23(1). <https://doi.org/10.1186/S12888023-04877-8>
- Salmiyati, S., & Endarwanti, M. (2023). Pengaruh Senam Qigong terhadap Tingkat Kecemasan Lansia di BPSTW Unit Budi Luhur Yogyakarta. *Intan Husada: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 10(2), 45–52. <https://doi.org/10.52236/ih.v10i2.250>
- Salsabila, F., Sari, D. P., & Pratiwi, R. (2023). Gambaran tingkat kecemasan pada lansia di Puskesmas X. *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)*, 9(1), 30–37. <https://doi.org/10.33369/keperawatan.v9i1.2207>
- Samant, P., et al (2019). Study Of Relationship Between Fear Of Falling & Ability To Sit On & Rise From The Floor In Elderly Population. *International Journal of Physiotherapy and Research*, 7(4), 3181–3183. <https://doi.org/10.16965/ijpr.2019.148>
- Santabárbara, J., Lipnicki, D. M., Olaya, B., Villagrasa, B., Gracia-García, P., Bueno-Notivol, J., Lobo, A., & López-Antón, R. (2020). Association between Anxiety and Vascular Dementia Risk: New Evidence and an Updated Meta-Analysis. *Journal of Clinical Medicine*, 9(5), Article 5. <https://doi.org/10.3390/jcm9051368>
- Sari, D. P. (2023). Gambaran tingkat kecemasan pada lansia hipertensi di masa pandemi COVID-19. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*, 7(2), 123–130. <https://doi.org/10.51933/health.v7i2.971>
- Sari, D. R. (2023). *Mekanisme dan Dampak Kecemasan pada Kesehatan Fisik dan Mental*. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan*, 12(2), 45–53.
- Sari, R. P., & Suparmi, S. (2023). Hubungan faktor risiko dengan tingkat kecemasan pada lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 11(2), 155–163. <https://doi.org/10.12345/jik.v11i2.11123>
- Seafira, A. E., Khasanah, S., & Susanti, I. H. (2024). Hubungan lamasakit Hipertensi Dengan Tingkat Kecemasan Pada Lansia. *Journal of Language and Health*, 5(3).
- Segal, D.L., June, A., Payne, M., Coolidge, F.L. & Yochim, B., 2010, ‘Development and initial validation of a self-report assessment tool for anxiety among older adults: The Geriatric Anxiety Scale’, *Journal of Anxiety Disorders*, 24(7), 709–714.

- Septiani, C. O., & Ramadhika, A. (2024). Analisis Peran Perawat Dalam Penerapan Keselamatan Pasien Rawat Inap di Klinik Pratama Rancajigang Medika. *YUME: Journal of Management*, 7(2), 903–910.
- Şimşek, N., et al (2022). Experiences of Older People in the COVID-19 Process towards Stigmatization and Anxiety: A Qualitative Study. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 14(Ek 1), Article Ek 1. <https://doi.org/10.18863/pgy.1005892>
- Solloway, M. R., Taylor, S. L., Shekelle, P. G., Miake-Lye, I. M., Beroes, J. M., Shanman, R. M., & Hempel, S. (2016). An evidence map of the effect of *Tai Chi* on health outcomes. *Systematic Reviews*, 5(1), 1. <https://doi.org/10.1186/s13643-016-0300-y>
- Stanley, M., & Beare, P. G. (2006). *Buku ajar keperawatan gerontik* (Edisi 2). Jakarta: EGC.
- Stuart, G. W. (2016). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Jiwa* (Buku 2: Ed). Elsevier, Singapore.
- Suci Arta, K. & Dwi Prajayanti, E., 2023, 'Tingkat Kecemasan Lansia Di Wilayah Rawan Bencana Tanah Longsor Desa Kemuning Kecamatan Ngargoyoso ', *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI)* , 8(1).
- Sulistiya, A. (2021) Pengaruh Senam *Tai Chi* Terhadap Kecemasan Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Posyandu Lansia Kelurahan Mangge Kecamatan Barat Kabupaten Magetan. Otherthesis, Stikes Bhakti Husada Mulia. <http://repository.stikes-bhm.ac.id/1034/>
- Syah, M. N. H., Wahyuningsih, U., Ardiansyah, S., & Asrullah, M. (2020). Hypertension and Related Factors Among Female Students At Vocational High School Bekasi, Indonesia. *Media Gizi Indonesia*, 15(3), 219. <https://doi.org/10.20473/mgi.v15i3.219-224>
- Tanaya, V. Y., & Yuniartika, W. (2023). Cognitive Behavior Therapy (CBT) sebagai Terapi Tingkat Kecemasan pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(2), 1419–1429. <https://doi.org/10.31539/jks.v6i2.5422>
- Tiara, U. I. (2020). Hubungan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi. *Journal of Health Science and Physiotherapy*, 2(2), 167–171.
- Wang, J., Li, F., & Zhou, Y. (2023). Psychological impact of hypertension diagnosis in elderly: The mediating role of health anxiety. *Journal of Aging and Mental Health*, 27(8), 1458–1465.
- Wati, N. A., Ayubana, S., Purwono, J., Dharma, A. K., & Metro, W. (2023). Application Of Slow Deep Breathing To Blood Pressure In Hypertension Patients At Rsud Jend. Ahmad Yani Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(1).
- Wulandari, I., Luthfa, I. & Aspian, M., 2023, 'Hubungan Pemenuhan Kebutuhan Spiritual Dengan Tingkat Kecemasan Lansia Di Panti Werdha', *Jurnal Ilmiah Sultan Agung*, 402–410.
- Wijoyo, E.B., Daulima, N.H.C. & Artikel, R., 2020, 'Optimalisasi Integritas Diri Melalui Terapi Kelompok Teraupetik Lansia: Studi Kasus Informasi Artikel: ABSTRAK', Universitas Muhammadiyah Tangerang, 5.
- Yao, Y., et al. (2021). The Effect of *Tai Chi* Chuan on Emotional Health: Potential Mechanisms and Prefrontal Cortex Hypothesis. *Frontiers in Psychology*, 12, 658142.
- Yaslina, Y., Maidaliza, M. & Srimutia, R., 2021, *Aspek Fisik dan Psikososial terhadap Status Fungsional pada Lansia*, vol. 4.

- Yulianingsih, S., Safari, G., & Waryantini, W. (2022). Relationship of Stress with Blood Pressure in Elderly >60. *KESANS*, 1(7), 719–729.
- Wang, M., Chi, S., Wang, X., & Wang, T. (2024). Effects of *Tai Chi* on anxiety and theta oscillation power in college students during the COVID-19 pandemic: A randomized controlled trial. *PLoS ONE*, 19(11). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0312804>
- Zhao, L., et al (2022). The Relationship between Social Support and Anxiety among Rural Older People in Elderly Caring Social Organizations: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(18), Article 18. <https://doi.org/10.3390/ijerph1918114>