DAFTAR PUSTAKA

Amirmohammadi, M., Nikpeyma, N., Negarandeh, R., Haghani, S., & Amrollah Majdabadi, Z. (2023). Relationship between emotional elder abuse and developmental function of the family. *Nursing Open*, 10(4), 2485–2491. https://doi.org/10.1002/nop2.1505

Andrianto, M. B., Yanti, L., & Nopiawati. (2024). Penyuluhan Peningkatan Kesehatan Lansia di Penyakit Paliatif terhadap Perubahan Fisik dan Spiritual. *Jurnal Pengabdian*, *3*(1), 43–46. https://doi.org/10.58222/jp.v2i1.145

Anindya, P., Rahmawati, S., & Wulandari, D. (2024). Faktor-faktor yang memengaruhi tingkat kecemasan pada lansia di Panti Wredha. *Jurnal Keperawatan Transkultural*, 6(2), 101–110.

Anindya, A., Rosadi, R., & Rosyida, A. (2024). Penyuluhan Fisioterapi Mengenai Manfaat Aktivitas dan Latihan Fisik pada Lansia di Posyandu Lansia Purwodadi Kota Malang. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, *4*(2), 509–514. https://doi.org/10.54082/jamsi.1142

Anitasari, B. and Fitriani (2021) 'Hubungan Pemenuhan Kebutuhan Spiritual Dengan Kualitas Hidup Lansia : Literature Review', *Jurnal Fenomena Kesehatan*, 4(1), pp. 463–477.

Anwar, H. A., Sebayang, S. M., & Burhan, A. (2024). Hubungan usia dengan tingkat kecemasan pada pasien bedah elektif dewasa. *Jurnal Keperawatan Malang (JKM)*, 09(01), 28–36. https://doi.org/10.36916/jkm

Ardianto, O., & Aghadiati, F. (2024). Pengaruh Terapi Hipnotis Lima Jari terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia yang Mengalami Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Rantau Suli. *Journal of Healtcare Technology and Medicine*, *10*(1), 33–43.

Arifin, M. F., Fauziansyah, A., Nur Faizah, H., & Eliana, D. E. (2025). Effectiveness of Progressive Muscle Relaxation Therapy on Blood Pressure in Elderly Hypertension Sufferers. *Journal Of Social Science Research*, 5(3), 2121-2128.

Asda, P., & Wawo, J. (2024). Kemandirian Lansia dengan Kecemasan Dalam Pemenuhan Aktivitas Sehari-Hari. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, *13*(1), 44–53.

Asmariyah, Novianti, & Suriyati. (2021). Tingkat Kecemasan Ibu Hamil pada Masa Pandemi Covid-19 di Kota Bengkulu. *Journal of Midwifery*, *9*(1), 1–8.

BPS. (2023). Statistik Penduduk Lanjut Usia Indonesia.

Bura, A. E. D. (2018). Gambaran tingkat kecemasan pada lansia dengan hipertensi di Puskesmas Nita Kabupaten Sikka NTT. *Skripsi. Universitas Hasanuddin.*

Cahyani, A. R., & Tasalim, R. (2024). Efektivitas Terapi Relaksasi Otot Progresif dan Terapi Musik Suara Alam Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Semester Akhir. *Journal of Health (JoH)*, *11*(1), 052–060. https://doi.org/10.30590/joh.v11n1.719

Cahyani, A., Sarifah, S., & Yuliastuti, E. (2025). Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif terhadap Tekanan Darah dan Kecemasan pada Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, *6*(3), 12670–12680.

Dayaningsih, D., Astuti, Y., Yuwinda, N. T., & Rahayu, N. D. (2021). Gambaran Pengetahuan dan Perilaku Lansia dengan Diabetes Mellitus Tipe II di Wilayah Kota Semarang. *Jurnal Keperawatan Sisthana*, *6*(2).

Dini, P. S., Rahayu, E. T., & Putri, M. W. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pada lansia dengan penyakit kronis di wilayah kerja Puskesmas. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 10(2), 145–153.

Ekasari, M. F., Suryati, E. S., Badriah, S., Narendra, S. R., & Amini, F. I. (2021). H I P E R T E N S I: Kenali Penyebab, Tanda Gejala Dan Penangannya (A. Jubaedi, Ed.).

Erman, I., Damanik, H. D., & Sya'diyah. (2021). Hubungan Merokok dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Kampus Palembang. *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)*, *1*(1), 54–61.

Fauziah, N., & Pratiwi, E. (2021). Mekanisme koping dan tingkat stres pekerja selama pandemi COVID-19. *Jurnal Ilmu Perilaku*.

Fauziah, N., & Wulandari, D. (2021). Hubungan depresi, kecemasan, dan stres dengan kualitas hidup lansia. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 12(1), 55–64.

Fiddaroini, F. N. (2024). Model Adaptasi Stres dalam Keperawatan Jiwa.

Fitriana, L.N., Lestari, D.R. and Rahmayanti, D. (2021) 'Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Kesepian Pada Lanjut Usia Di Karang Lansia Bahagia Banjarmasin', Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan dan Kesehatan, 9(2), p. 169. Available at: https://doi.org/10.20527/dk.v9i2.6544

Fitrianti, L., Rahmawati, A. N., & Maryoto, M. (2024). Edukasi Terapi Relaksasi Napas Dalam Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Lanjut Usia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Sokaraja 1 Kabupaten Banyumas. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, *4*(6), 503–514. https://doi.org/10.59395/altifani.v4i6.608

Fitriyani, M., Putra, C. S., & Suriani, R. (2024). The relationship of anxiety level and sleep quality in elderly age in Karya Culture West Sitiung 1 Puskesmas working area Dharmasraya District. *Jurnal EduHealth*, 15(03), 202-214.

Fornaro, M., Anastasia, A., Novello, S., Fusco, A., & Solmi, M. (2023). Antidepressant discontinuation syndrome: A state-of-the-art review. *Journal of Affective Disorders*, 328, 140–152. https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.01.018

Gao, Y., et al. (2022). Association between long-term exposure to ambient air pollution and risk of anxiety disorders. *Environmental Research.*

Harlina, & Aiyub. (2023). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Keluarga Pasien Yang Dirawat Di Unit Perawatan Kritis. 3.

Hidayati, F., & Rachmawati, I. (2020). Peran dukungan keluarga terhadap tingkat kecemasan pada lansia hipertensi. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 8(2), 67–73.

Inova, R.A., Zahra, R., & Rahman, S. (2025). Depresi dan kecemasan pada lansia: Memahami tantangan kesehatan mental di usia senja. *JICN: Jurnal Intelek dan Cendikiawan Nusantara,* 1(6), 11171–11176.

Isramilda, F., Deskawaty, D., & Zhafira, A. V. (2023). Efektivitas Terapi Musik Instrumental terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Riau Kepulauan dalam Menyusun Skripsi. *Zona Kedokteran,* 13(2), 342-349. 10.1234/zkk.v13i2.2345

Isrianawati, E., Rusdianingseh, R., Hatmanti, N. M., & Khafid, M. (2023). Application of progressive muscle relaxation to reducing the anxiety of hypertension clients. *Nurse and Holistic Care*, 3(1), 21-25.

Jannah, M., & Nurjannah. (2025). Menemukan Ketenangan di Tengah Badai Kecemasan: Pendekatan Konseling Islam. *Counseling For All: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, *5*(1), 32–43.

Jidan, A. (2024). Sumber koping dan hubungan dengan tingkat kecemasan pada lansia hipertensi. *Jurnal Psikologi dan Keperawatan,* 9(1), 45–53.

Juniardi, N. W., Hasanah, U., & Inayati, A. (2025). Implementasi Relaksasi Otot Progresif dan Relaksasi Napas Dalam Terhadap Tingkat Keletihan (Fetigue) pada Pasien yang Menjalani Hemodialisa. *Jurnal Cendikia Muda*, *5*(4), 501–508.

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.

Kamilla, K. N., Saputri, A. N. E., Fitriani, D. A., Az Zahrah, S. A., Andryana, P. F., Ayuningtyas, I., & Firdausia, I. S. (2022). Teori Perkembangan Psikososial Erik Erikson. *Early Childhood Journal*, *3*(2), 77–87. https://doi.org/10.30872/ecj.v3i2.4835

Karim, H. (2021). Effects of COVID-19 pandemic on mental health. Rehman *Journal of Health Sciences,* 3(1), 1–1. https://doi.org/10.52442/rjhs.v3i1.162

Kartikasari, I., & Afif M. (2021). Penatalaksanaan Hipertensi di Era Pandemi COVID-19. *Journal.Um-Surabaya.Ac.Id*, 72–79.

Kementerian Kesehatan. (2023). Infodatin Lansia 2023. *Jakarta; Kementerian Kesehatan.*

Khasanah, N. A. H. (2022). Hubungan Usia, Jenis Kelamin dan Status Obesitas dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Puskesmas Sumbang II Kabupaten Banyumas. *Jurnal Bina Cipta Husada*, *XVIII*(1), 43–55.

Krismawati, Y. (2018). Teori Psikologi Perkembangan Erik H. Erikson dan Manfaatnya Bagi Tugas Pendidikan Kristen Dewasa Ini. *Kurios*, 2(1), 46. https://doi.org/10.30995/kur.v2i1.20

Kristina. (2022). The Effect of Giving Warm Compress on Neck Pain in Hypertension Elderly at Simundol Puskesmas Regency Northern Padang Lawas Year 2022. *Science Midwifery*, 10(5), 924-930.

Kurniawan, A. (2023). Neurobiological mechanisms of anxiety in the elderly: A review. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 5(2), 90–101.

Kusuma, I. B. G. H., & Iga, I. A. (2018). Hubungan Tingkat Kecemasan terhadap Aktivitas Sehari-Hari pada Lansia di Panti Werdha Wana Seraya Denpasar Bali. *E-JURNAL MEDIKA*, VOL. 7 NO. 1

Kwon, Y.-J., Lee, H. S., Park, G., & Lee, J.-W. (2022). Association between dietary sodium, potassium, and the sodium-to-potassium ratio and mortality: A 10-year analysis. *Frontiers in Nutrition*, 9, 1053585.

Laksono, I. T., Harun, S., & Istiqomah. (2024). Hubungan kecemasan dengan kualitas tidur penderita hipertensi di Puskesmas Imogiri I. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, *2*, 518–523.

Leone, M. J., Alonso, J. P., & Puig, M. N. (2023). Sound and light levels in intensive care units: A continuous assessment study. *Critical Care Research and Practice*, 2023, 1–10.

Lestari, A. P., Nugraheni, T., & Widodo, S. (2023). Cognitive decline and physical symptoms among older adults with hypertension: Implications for therapeutic adherence. *Journal of Geriatric Nursing*, 59, 120–127.

Lestari, D., & Wulandari, R. (2022). Dukungan sosial dan spiritualitas dalam mengatasi stres. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*.

Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023). Hipertensi; Artikel Review. *Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, *2*(2), 100–117.

Livana, P. H., & Basthomi, Y. (2020). Triggering Factors Related to Hypertension in the City of Kendal, Indonesia. *Arterial Hypertension (Poland)* 24(4): 181–191. https://doi.org/10.5603/AH.A2020.0024

Mahmood, R., Ahmed, S., & Fraser, K. (2024). The lived experience of withdrawal from Selective Serotonin Reuptake Inhibitors (SSRIs). *Frontiers in Psychiatry*, 15, 1298471. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2024.1298471

Mangundjaya, W. L., & Afriyenti, L. U. (2024). Bermain Sebagai Sarana Pengembangan Kesejahteraan Fisik (Physical Well-Being) pada Para Lansia. *Jurnal Pengabdian Sosial*, *1*(7), 661–666. https://ejournal.jurnalpengabdiansosial.com/index.php/jps

Manik, N. M. B., Reski, S., & Wahyuningrum, D. R. (2023). Hubungan Status Gizi, Pola Makan dan Riwayat Keluarga terhadap Kejadian Hipertensi pada Usia 45-64 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Baru. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, *2*(8), 1856–1870. https://jmi.rivierapublishing.id/index.php/rp

Mantuges, S. H., Widiany, F. L., & Astuti, A. T. (2021). Pola konsumsi makanan tinggi natrium, status gizi, dan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Mantok, Kabupaten Banggai, Sulawesi Tengah. *Ilmu Gizi Indonesia*, 4 (02), 97–106.

Marfu'ah, U., Handayani, R., Wekadigunawan, C. S. P., & Zelfino, Z. (2022). Riwayat Keluarga, Status Merokok dan Aktivitas Olahraga sebagai Faktor Risiko Hipertensi. *Jurnal Kesehatan*, *15*(2), 167–171. https://doi.org/10.32763/juke

Medeiros, M. M. D., Carletti, T. M., Magno, M. B., Maia, L. C., Cavalcanti, Y. W., & Rodrigues-Garcia, R. C. M. (2020). Does The Institutionalization Influence Elderly's Quality of Life : A Systematic Review and Meta–Analysis. *BMC geriatrics*, *20*(1), 44.

Mokalu, V. R., & Boangmanalu, C. V. J. (2021). Teori Psikososial Erik Erikson: Implikasinya Bagi Pendidikan Agama Kristen di Sekolah. *VOX EDUKASI: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, *12*(2), 180–192. https://doi.org/10.31932/ve.v12i2.1314

Noorrakhman, Y., & Pratikto, H. (2022). Relaksasi Nafas Dalam (Deep Breathing) untuk Menurunkan Kecemasan pada Lansia. *INNER: Journal of Psychological Research*, *1*(4), 215–222.

Nugraha, A. F., Wahyuni, R., & Lestari, N. (2023). Hubungan antara tingkat kecemasan dengan tekanan darah pada lansia hipertensi di Puskesmas Kasihan Bantul. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(1), 44–51.

Nugroho, D. A. (2020). Faktor predisposisi kecemasan pada lansia. *Jurnal Keperawatan Indonesia.*

Nugroho, A., & Suryani, D. (2021). Pengaruh terapi musik terhadap penurunan tingkat kecemasan pada lansia dengan hipertensi. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 9(2), 97–104.

Nurhayati, T., Susumaningrum, L., & Rasni, H. (2020). Hubungan kecemasan dengan pola tidur lansia hipertensi dan tidak hipertensi. *JKEP (Jurnal Keperawatan)*, 5(2), 122-136.

Nurhayati, U. A., Ariyanto, A., & Syafriakhwan, F. (2023). Hubungan Usia dan Jenis Kelamin terhadap Kejadian Hipertensi. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, *1*(22), 22–2023.

Oktaviani, L. W., & Rizkita, A. D. (2023). Association of anxiety and insomnia with hypertension among older adults in Puskesmas Remaja. *Jurnal EduHealth*, 15(02), 150-158.

Pome, G., Endriyani, S., & Rizal, F. (2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Progresif Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Makrayu Palembang. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 6(2), 1–6.

Pratiwi, A. (2021). Hal hal yang harus diperhatikan dalam menentukan diagnosa keperawatan.

Pratiwi, D., Sulastri, D., & Ernawati, E. (2021). Hubungan mekanisme koping dengan tingkat kecemasan pada lansia hipertensi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 15(1), 45–52.

Prasetyo, A. D., & Amalia, N. (2020). Hubungan Konsep Diri Dengan Kejadian Stress pada Lansia di Uptd Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda 2019. *Borneo Student Research*, *1*(3), 1972–1976.

Prasetyo, A., & Sari, N. (2023). Personality traits and anxiety levels among older adults during aging transition. *Jurnal Psikologi dan Keperawatan*, 14(2), 118–127.

Prayitnaningsih, S., Rohman, M. S., Sujuti, H., Abdullah, A. A. H., & Vierlia, W.V. (2021). Pengaruh Hipertensi Terhadap Glaukoma. *Universitas Brawijaya Press*

Putri, A. D., & Sari, N. P. (2022). Hubungan mekanisme koping dengan tingkat kecemasan pada lansia dengan penyakit kronis. *Jurnal Ilmu Keperawatan Komunitas*, 5(1), 35–44.

Putri, N. R., & Wibowo, A. (2022). The role of hypertension knowledge in reducing anxiety and improving self-management in elderly patients. *Indonesian Journal of Health Science*, 6(3), 145–152.

Putri, R. M., & Devi, H. M. (2022). Dukungan Keluarga dan Mekanisme Koping Berhubungan Dengan Kecemasan Lansia. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, *10*(2), 227–237.

Qarinah Rabbani, M. Q., Palloge, S. A., Susanto, H. F., Isra, N., & Santy, I. (2024). Karakteristik dan Faktor Risiko Pasien Gangguan Kecemasan Tahun 2022. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, *4*(3), 220–230.

Qiu, T., Jiang, Z., Chen, X., Dai, Y., & Zhao, H. (2023). Comorbidity of Anxiety and Hypertension: Common Risk Factors and Potential Mechanisms. International *Journal of Hypertension.* https://doi.org/10.1155/2023/9619388

Rahayu, S. M. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif terhadap Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi. *Media Karya Kesehatan*, 3(1).

Rahayu, S., & Puspitasari, D. (2021). Hubungan gejala fisik hipertensi dengan tingkat kecemasan pada lansia. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan Nusantara*, 11(2), 78–85

Rahman, A., et al. (2020). Reaksi psikologis terhadap bencana gempa bumi di Indonesia. *Jurnal Psikotraumatologi*.

Rahmawati, D., Lestari, S., & Hidayat, R. (2021). Dukungan sosial keluarga dengan tingkat kecemasan pada lansia penderita hipertensi. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 9(2), 145–153

Rahmawati, D., Nuraini, T., & Handayani, S. (2022). Hubungan penyakit kronis dengan tingkat kecemasan pada lansia. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 8(3), 234–241.

Rahmawati, D., Lestari, S., & Hidayat, R. (2021). Dukungan sosial keluarga dengan tingkat kecemasan pada lansia penderita hipertensi. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 9(2), 145–153.

Raziansyah, & Sayuti, M. (2022). Penerapan Relaksasi Otot Progresif pada Pasien Hipertensi yang Mengalami Kecemasan di Puskesmas Martapura 2. *Jurnal Ilmu Kesehatan Intan Sehat*, *10*(2), 93–99.

Rahmadani, S., Putra, H., & Yuliana, R. (2023). Pengaruh latihan relaksasi otot progresif terhadap penurunan stres dan tekanan darah pada lansia hipertensi. *Jurnal Keperawatan Medikal Bedah*, 11(2), 88–95.

Rindayati, R., Nasir, A., & Astriani, Y. (2020). Gambaran Kejadian dan Tingkat Kecemasan pada Lanjut Usia. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 5(2), 95. https://doi.org/10.22146/jkesvo.53948

Riskesdas. (2018). Hasil utama riset kesehatan dasar Indonesia. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Riyanto, D. (2022). Tingkat Ansietas pada Keluarga Pasien Intensive Care Unit di Rumah Sakit Umum Daerah Yowari Jayapura. *Healthy Papua*, *5*(1), 270–276.

Rossetti, A., Chadwick, R., & Pfeifer, L. (2023). Effects of live music on the perception of noise in the SICU/PICU: A cross-sectional study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4), 3499.

Rossi, G. P., Bernini, G., Caliumi, C., Desideri, G., Fabris, B., Ferri, C., & Mulatero, P. (2020). The 2020 Italian Society of Arterial Hypertension practical guidelines for the management of primary aldosteronism. *International Journal of Cardiology Hypertension,* 5, 100029.

Rothwell, P. M., Howard, S. C., Dolan, E., O'Brien, E., Dobson, J. E., Dahlof, B., & Sever, P. S. (2020). Prognostic significance of visit-to-visit variability, maximum systolic blood pressure, and episodic hypertension. *The Lancet*, *375*(9718), 895–905.

Safitri, Y. E., Susumaningrum, L. A., Kurdi, F., & Basri, A. A. (2022). Slow Stroke Back Massage Therapy to Reduce Acute Pain in Elderly with Hypertension: A Case Study. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 3(2), 54-60.

Sari, D. P., Zulfitri, R., & Nopriadi. (2022). Gambaran Tingkat Kecemasan pada Lansia Hipertensi di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*, *7*(2), 235–243.

Sari, M., & Yuliana, N. (2021). Hubungan tanggung jawab keluarga terhadap tingkat kecemasan lansia penderita penyakit kronis. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 6(2), 112–120.

Sari, P. W., Rahayu, T., & Kurniawan, D. (2020). Pengaruh relaksasi napas dalam terhadap tingkat kecemasan pada lansia dengan penyakit kronis. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat,* 9(2), 87–94.

Sari, R. D., & Kurniawati, L. (2021). Efektivitas teknik relaksasi otot progresif terhadap respon fisiologis dan psikologis pasien dengan kecemasan. J*urnal Kesehatan Holistik,* 5(3), 98–107.

Setyarini, D., Hidayah, N., & Lestari, R. (2022). Hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas hidup pada lansia di Puskesmas Sukorejo. *Jurnal Keperawatan,* 14(1), 45–52.

Sincihu, Y., Handoko Daeng, B., & Yola, P. (2023). The relationship anxiety with degree of insomnia in the elderly. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Wijaya Kusuma*, 8(1), 45-52.

Sintiya, M. N., Priasmoro, D. P., & Wahyu, A. (2024). Tinjauan Masalah Kecemasan: Studi pada Lansia dengan Insomnia. *Nursing Information Journal*, *4*(1), 30–37. https://doi.org/10.54832/nij.v4i1.782

Siregar, A. R., & Sazali, H. (2024). Haji Ramah Lansia antara Kenyataan dan Tantangan Istitha'ah Kesehatan. *As-Syirkah: Islamic Economics & Finacial Journal*, *3*(2), 956–966. https://doi.org/10.56672/assyirkah.v3i2.222

Suciana, F., Agustina, N. W., & Zakiatul, M. (2020). Korelasi Lama Menderita Hipertensi dengan Tingkat Kecemasan Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, *9*(2), 146–155.

Sudarmin, H., Fauziah, C., & Hadiwiardjo, Y. H. (2022). Gambaran Faktor Resiko Pada Penderita Hipertensi Di Poli Umum Puskesmas Limo Tahun 2020. *Conference.Upnvj.Ac.Id*, 6 (2), 1–8.

Suharto, R., & Dewi, M. K. (2022). Barriers to learning relaxation techniques among hypertensive elderly: A qualitative study. *Indonesian Journal of Community Health Nursing*, 8(2), 85–92.

Susanti, R., Pratiwi, A., & Maulidah, N. (2023). Hubungan antara tekanan darah dengan tingkat kecemasan pada lansia penderita hipertensi. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan,* 12(3), 221–229.

Susanti, E.T. et al. (2023) 'Senam Lansia Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi', *Jurnal Keperawatan Karya Bhakti*, 9(2), pp. 31–43. Available at: https://doi.org/10.56186/jkkb.119

Stahl, S. M. (2021). Stahl's essential psychopharmacology: Neuroscientific basis and practical applications (5th ed.). *Cambridge University Press.*

Stuart, G. W. (2016). Principles and practice of psychiatric nursing (10th ed.). *Elsevier.*

Suwignjo, P., Asmara, L. N., Saputra, A., & Khasanah, U. (2022). Gambaran Kelengkapan Dokumentasi Asuhan Keperawatan di Instalasi Rawat Inap RSUD Kota Bandung. *Jurnal Keperawatan BSI*, *10*(2), 226–233.

Syarli, S., & Arini, L. (2021). Faktor Penyebab Hipertensi Pada Lansia: Literatur Review. *Ahmar Metastasis Health Journal*, *1*(3), 112–117. http://journal.ahmareduc.or.id/index.php/AMHJ

Tadung, F. P., & Mamuko, M. R. (2022). Pendamping Pastoral Bagi Kaum Lansia di Panti Werda Damai Ronomuut. *Jurnal Pastoral Konseling,* Vol. 3(2). 26–43.

Tagan, H. P. M., Said, F. F. I., & Nompo, R. S. (2022). Gambaran Kecemasan pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Unurum Guay Kabupaten Jayapura. *SBY Proceedings*, *1*(1), 125–138.

Tiara, U. I. (2020). Hubungan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Stikes Siti Hajar*, *2*(2), 167–171.

Totallia, Y., Subekti, I., & Dewi, N. (2023). Hubungan tingkat kecemasan dengan kejadian insomnia pada lansia di Panti Wredha Griya Asih Lawang. *Totallia : Nursing News : Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 5(1), 68-75.

Tresna, S., & Gau, W (2016). Hubungan Kecemasan Dengan Kejadian Insomia Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Gau Mabaji Kabupaten Gowa. Jurnal Mitra Sehat, 9(2), 674–682.

Turan, C., et al. (2025). The Effect of Progressive Muscle Relaxation Exercises Applied to Caregivers on Stress Coping Styles and Anxiety Levels: A Randomised Controlled Trial. *Nursing Open*.

Utami, R. D., & Wardani, I. Y. (2022). Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pada lansia yang tinggal terpisah dari anak. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(1), 45–53.

WHO. (2021). Hipertensi di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension

Widyastuti, Merina, Y., Christina, F., Imroatul R., Dharmayanti., N. (2020). Relaksasi Progresif Sebagai Penurun Tingkat Stres Pasien Kanker Dengan Kemoterapi. *Jurnal Ilmu Keperawatan,* 16 (1). ISSN 2085-3742.

Wulandari, A., Sari, S. A., & Ludiana. (2023). Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di RSUD Jendral Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2022. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(2), 163–171.

Yanni, K., Kiling, M.A. (2018). Pencegahan gangguan psikososial lanjut usia penerapan modul terapi aktifitas kelompok stimulasi sensori. *Juiperdo,* 6(1), 32–41

Yarmohammadi, S., Saadati, H. M., Ghaffari, M., & Ramezankhani, A. (2019). A systematic review of barriers and motivators to physical activity in elderly

adults in Iran and worldwide. *Epidemiology and Health*, 41, e2019049. https://doi.org/10.4178/epih.e2019049

Yaslina, Y., Maidaliza, M., & Srimutia, R. (2021). Aspek Fisik Dan Psikososial Terhadap Status Fungsional Pada Lansia. *Prosiding Seminar Kesehatan Perintis.* 4(2), 68–73. https://Jurnal.Upertis.Ac.Id/Index.Php/Pskp/Article/View/724

Yulinda, N., & Kusumawardani, L. H. (2023, April 20). Effect of complementary therapy combination of progressive muscle relaxation and music therapy (RESIK) to lower blood pressure in the elderly. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 13(01).

Zahroh, C., Suminar, E., & Fitrianur, W. L. (2024). Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Tingkat Kemandirian Activity Of Daily Living (ADL) Pada Lansia 5(1), 63–69.

Zhao, L., et al. (2022). Association of anxiety and depression with quality of life in patients with chronic diseases. *Frontiers in Psychiatry.*