

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, A.R. and Usviany, V. (2023) “Evaluasi Efek Samping Obat Antihipertensi pada Pasien di RSAU Dr . M Salamun Periode,” *Health Information : Jurnal Penelitian*, 15(2), pp. 1–10. Available at: <https://myjurnal.poltekkes-kdi.ac.id/index.php/hijp/article/view/1117>.
- Amaral, J.C., Wardaningsih, S. and Musharyanti, L. (2025) “Effectiveness of Self-Management Related to Physical Activity on Life Quality in Hypertension,” *Journal Of Nursing Practice*, 9(1), pp. 34–43. Available at: <https://doi.org/10.30994/jnp.v9i1.815>.
- American Heart Association (2025) “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 Practice Guidelines,” *AHA Journals*, 82(10), pp. e212–e316. Available at: <https://doi.org/10.1161/hyp.0000000000000249>.
- Aminiyah, R. *et al.* (2022) “Efektivitas Pemberian Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah pada Lansia di UPT PSTW Jember,” *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 5(2), pp. 43–49. Available at: <https://doi.org/10.52774/jkfn.v5i2.106>.
- Arifiani, J.P. and Dwi, F. (2021) “Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Tekanan Darah,” *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 1, pp. 585–589. Available at: <https://doi.org/10.48144/prosiding.v1i.898>.
- Arifin, Z.M.A., Yuswatiningsih, E. and Rohan, H.H. (2023) *Metode Penelitian Keperawatan Dan Statistik*. Yogyakarta: Nuha Media.
- Arisandy, W. *et al.* (2024) “Penerapan Tekhnik Relaksasi Otot Progresif Dalam Menurunkan Nyeri Akut,” *Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 16(1), pp. 268–278. Available at: <https://doi.org/10.36729/bi.v16i1.1225>.
- Artharini, M. (2024) *Asuhan Keperawatan Sistem Kardiovaskular “Hipertensi” Menggunakan SDKI, SLKI dan SIKI*. Kebumen: PT. RNA Publishing Group.
- Astapenko, D. *et al.* (2020) “Clinical physiology aspects of chloremia in fluid therapy: a systematic review,” *Perioperative Medicine*, 9(1), pp. 1–8. Available at: <https://doi.org/10.1186/s13741-020-00171-3>.
- Ayoub, S.S. (2021) “Paracetamol (acetaminophen): A familiar drug with an unexplained mechanism of action,” *Temperature*, 8(4), pp. 351–371. Available at: <https://doi.org/10.1080/23328940.2021.1886392>.
- Dinas Kesehatan Provinsi Banten (2024) *Profil kesehatan Provinsi Banten tahun 2024 [Laporan tahunan]*. Banten. Available at: <https://dinkes.bantenprov.go.id/pages/1df125bc-baec-425a-9a68->

432f61167b6e/buku-profil-kesehatan-tahun-2024.

- Ekaputri, M. *et al.* (2024) *Proses Keperawatan: Konsep, Implemetasi, dan Evaluasi*. Jawa Tengah: Tahta Media Group.
- Ekasari, F.M. *et al.* (2021) *Hipertensi: Kenali Penyebab, Tanda Gejala dan Penanganannya*. Jakarta: Poltekkes Jakarta III.
- El-sayed, Z.M. and Mohammed, H.A. (2022) “Effect of Different Therapeutic Positions on Selected vital Parameters among Patients with Stroke : Randomized Control Trial,” *Assiut Scientific Nursing Jurnal*, 10(30), pp. 95–107. Available at: <https://doi.org/10.21608/ASNJ.2022.130187.1351>.
- Fauziyyah, D. *et al.* (2022) “Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Sukamajukaler Kota Tasikmalaya Application of Progressive Muscle Relaxation To Blood Pressure in Hypertensive Patients in Sukamajukaler Tasikmalaya City,” *HealthCare Nursing Journal*, 4(2), pp. 38–42. Available at: <https://journal.umtas.ac.id/index.php/healthcare/article/view/2579>.
- Firmansyah, M.R. and Kurdaningsih, S.V. (2025) “Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi,” *Babul Ilmi_Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 17(2), pp. 259–267. Available at: <https://jurnal.stikes-aisyiyah.palembang.ac.id/index.php/Kep/article/view/126>.
- Fitri, T.N.A. *et al.* (2026) “Pengaruh Terapi Kombinasi Relaksasi Otot Progresif dan Relaksasi Autogenik Terhadap Nyeri Kepala Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru,” *Jurnal Kesehatan dan Inovasi MEDIS*, 7(1), pp. 255–261. Available at: <https://ejournals.com/ojs/index.php/jkim/article/view/4746>.
- Gani, H.K.M., Febrianti, N. and Maryam (2026) “Implementasi Terapi Progressive Muscle Relaxation (PMR) Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Pada Pasien Hipertensi Di RSUD Undata Provinsi Sulawesi Tengah,” *Jurnal Kolaboratif Sains*, 9(2), pp. 2045–2053. Available at: <https://doi.org/10.56338/jks.v9i2.9071>.
- Hermawanto, H. (2021) *Menyiapkan Karya Tulis Ilmiah : Panduan untuk Karya Tulis Ilmiah di Bidang Kesehatan*. Jakarta Timur: CV Trans Info Media.
- Iqbal, F.M. and Handayani, S. (2022) “Terapi Non Farmakologi Pada Hipertensi,” *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 6(1), pp. 41–51. Available at: <https://doi.org/10.52643/jukmas.v6i1.2113>.
- Isnainy, U.C.A.S., Wahyuni, M.S. and Hermawan, D. (2021) “Pemberian Rebusan Daun Seledri Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Klien Hipertensi di Kecamatan Sekampung Mudikdesa Brawijaya,” *Jurnal Kreativitas*

- Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 4(4), pp. 814–818. Available at: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v4i4.2830>.
- Kemenkes (2019) *Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat*. Available at: <https://www.kemkes.go.id/id/hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat>.
- Kemenkes (2021) *Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Hipertensi Dewasa*. Jakarta. Available at: <https://kemkes.go.id/eng/pnpk-2021---tata-laksana-hipertensi-dewasa>.
- Kemenkes (2024) *Pedoman Hipertensi Di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama 2024*. Jakarta: Kemenkes.
- Kemenkes (2025) *Kenali dan Kendalikan Hipertensi: Si Silent Killer*. Available at: https://keslan.kemkes.go.id/view_artikel/4119/kenali-dan-kendalikan-hipertensi-si-silent-killer.
- Khoirunisah, D., Utomo, D.E. and Puspitasari, R. (2022) “Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi,” *Nusantara Hasana Jurnal*, 2(3), pp. 113–120. Available at: <https://www.nusantarahasanajournal.com/index.php/nhj/article/view/418>.
- Lukitaningtiyas, D. and Cahyono, E.A. (2023) “Hipertensi; Artikel Review.,” *Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 2(2), pp. 100–117. Available at: <https://doi.org/10.56586/pipk.v2i2.272>.
- Mahoney, F.I. and Barthel, D.W. (1965) “Functional Evaluation: The Barthel Index,” *Maryland state medical journal*, 14(2), pp. 61–65. Available at: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/14258950/>.
- Maidartati *et al.* (2022) “Gambaran Sedentary Lifestyle Pada Remaja di SMA Kota Bandung,” *Jurnal Keperawatan BSI*, 10(2), pp. 250–265. Available at: <https://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/889/616>.
- Margiyati and Setiawan, A. (2023) “Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Keluarga Wilayah Binaan Puskesmas Pegandan Semarang,” *Jurnal Fisioterapi Dan Ilmu Kesehatan Sisthana*, 5(1), pp. 27–33. Available at: <https://doi.org/10.55606/jufdikes.v5i1.182>.
- Masenga, S.K. and Kirabo, A. (2023) “Hypertensive heart disease: risk factors, complications and mechanisms Sepiso,” *Front. Cardiovasc. Med*, 10, pp. 1–16. Available at: <https://doi.org/10.3389/fcvm.2023.1205475>.
- Maulia, M., Hengky, H.K. and Herlina (2021) “Analisis kejadian penyakit hipertensi di Kabupaten Pinrang,” *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 4(3), pp. 324–331. Available at: <https://doi.org/10.31850/makes.v4i3.614>.

- Milwati, S. *et al.* (2024) *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta Barat: PT Nuansa Fajar Gemilang.
- Muftikhatul, K. *et al.* (2024) “Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi,” *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(5), pp. 2053–2058. Available at: <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>.
- Muyasaroh, S., Husain, F. and Sumardi, S. (2023) “Penerapan Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Bangsal Anggrek 2 RSUD Dr Soediran Mangun Sumarso Wonogiri,” *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 2(4), pp. 948–955. Available at: <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v2i4.2427>.
- Nurani, D.D. and Maliya, A. (2025) “Efektivitas Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: Literatur Review,” *Jurnal Ners Universitas Pahlawan*, 9(4), pp. 6188–6196. Available at: <https://doi.org/10.31004/jn.v9i4.49871>.
- Nurdewi (2022) “Impelmentasi Personal Branding Smart ASN Perwujuan Bangsa Melayani di Provinsi Maluku Utara,” *SENTRI : Jurnal Riset Ilmiah*, 1(2), pp. 297–303. Available at: <https://ejournal.nusantaraglobal.ac.id/index.php/sentri/article/view/235/238>.
- Nurhayati *et al.* (2021) “Profil Ureum dan Kreatinin Darah Serta Faktor Karakteristik Hipertensi di RS Bhayangkara Palembang,” *Journal of Medical Laboratory and Science*, 1(2), pp. 21–31. Available at: <https://doi.org/10.36086/medlabscience.v1i2>.
- Oktaria, M. *et al.* (2023) “Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Diet Hipertensi pada Lansia,” *Jurnal Ilmu Medis Indonesia*, 2(2), pp. 69–75. Available at: <https://doi.org/10.35912/jimi.v2i2.1512>.
- Pamungkas, R.A. and Usman, A.M. (2021) *Metodologi Riset Keperawatan*. Jakarta Timur: CV. Trans Info Media.
- PERHI (2023) *Panduan Promotif dan Preventif Hipertensi 2023, Indonesia Society of Hypertension Perhimpunan Dokter Hipertensi indonesia*. Jakarta. Available at: <https://www.inash.or.id/news-detail.do?id=457>.
- Poltak, H. and Widjaja, R.R. (2024) “Pendekatan Metode Studi Kasus dalam Riset Kualitatif,” *Journal of Local Architecture and Civil Engineering*, 2(1), pp. 1–4. Available at: <https://doi.org/10.59810/localengineering>.
- Prasetya, H. and Kusumawati, H.N. (2023) *Hipnopunktur untuk Mengelola Hipertensi dan Hiperkolesterolemia*. Malang: Penerbit Rena Cipta Mandiri.
- Pratiwi, L.M.D. and Soesanto, E. (2023) “Efektivitas Relaksasi Otot Progresif

- dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di RW 04 Kelurahan Gemah Kota Semarang,” *Ners Muda*, 4(2), pp. 219–228. Available at: <https://doi.org/10.26714/nm.v4i2.13230>.
- Putri, M., Ludiana and Ayubbana, S. (2022) “Penerapan Pemberian Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Yosomulyo Kota Metro Tahun 2021,” *Jurnal Cendikia Muda*, 2(2), pp. 246–254. Available at: <https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/343>.
- Putri, N.A. and Hisni, D. (2023) “Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi Relaksasi Otot Progresif Dengan Diagnosis Medis Hipertensi Di Desa Bojonggede,” *Repository Universitas Nasional*, 4(3), pp. 3223–3229. Available at: <https://doi.org/10.31004/jkt.v4i3.17546>.
- Putri, R.M. *et al.* (2023) “Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Dan Progressive Muscle Relaxation (PMR) Terhadap Penurunan Mean Arterial Pressure (MAP) Penderita Hipertensi,” *Jurnal Keperawatan*, 15(September), pp. 975–984. Available at: <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v15i3.988>.
- Rahmayanti, C.R. *et al.* (2024) “Pendokumentasian Asuhan Keperawatan : Studi Observasi di Ruang Rawat Inap,” *Jurnal Penelitian Perawat Profesional Volume*, 6(4), pp. 1767–1778. Available at: <https://doi.org/10.37287/jppp.v6i4.2992>.
- Rimadia, A. and Khoiriyah, K. (2023) “Penurunan Tekanan Darah Tinggi pada Pasien Hipertensi yang Menerapkan Terapi Relaksasi Otot Progresif,” *Ners Muda*, 4(2), pp. 133–143. Available at: <https://doi.org/10.24198/pacnj.v3i2.46132>.
- Riskyani, U., Fitria, N. and Nursiswati (2023) “Combination Benson’s Relaxation Technique and Energy Manajement to Overcome Activity Intolerance,” *Padjadjaran Acute Care Nursing Journal*, 3(2). Available at: <https://doi.org/10.24198/pacnj.v3i2.46132>.
- Rohmawati, D.L. (2021) *Terapi Komplementer Untuk Menurunkan Tekanan Darah (Evidence Based Practice)*. Bandung: CV Media Sains Indonesia.
- Sabbu, H.P., Solikhah, L.S. and Masfufah (2024) “Hubungan Konsumsi Makanan Tinggi Natrium, Sikap, dan Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan Kejadian Prehipertensi pada Mahasiswa,” *Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan Volume*, 8(1), pp. 60–67. Available at: <https://doi.org/10.22487/ghidza.v8i1.1177>.
- Sahir, S.H. (2021) *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Penerbit KBM Indonesia.
- Sari, N.P. and Sari, M. (2022) “Pengaruh Risiko Perfusi Serebral Tidak Efektif Terhadap Pemberian Relaksasi Otot Progresif Pada Pasien Hipertensi Di Rshd Kota Bengkulu,” *Journal of Nursing and Public Health*, 10(2), pp. 31–

39. Available at: <https://doi.org/10.37676/jnph.v10i2.3125>.
- Sasmita, M.D., Pratama, M.Y. and Jundapri, K. (2024) “Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Kardiovaskular : Hipertensi di Rumah Sakit TK II Putri Hijau Medan,” *Jurnal Sains, Teknologi dan Kesehatan*, 1(04), pp. 251–261. Available at: <https://doi.org/10.62335/89rrgj70>.
- Setiawan, P.A. (2021) “Diagnosis dan Tatalaksana Stroke Hemoragik,” *Jurnal Medika Hutama*, 03(01), pp. 1660–1665. Available at: <https://jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/view/336>.
- Shahoud, J., Sanvictores, T. and Aeddula, N.R. (2023) *Physiology, Arterial Pressure Regulation*. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK538509/>.
- Shofiana, S. and Mulyaningsih (2024) “Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Joyotakan,” *IJOH: Indonesian Journal of Public Health*, 2(3), pp. 426–435. Available at: <https://jurnal.academiacenter.org/IJOH/article/view/835/898>.
- Silaban, W., Tarigana, E.B. and Simbolon, B.M. (2025) “Hubungan Hipertensi dengan Penurunan Glomerular Filtration Rate pada Pasien Gagal Ginjal Kronis,” *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 6(12), pp. 5520–5528. Available at: <https://doi.org/10.59141/japendi.v6i12.8978>.
- Suprpto *et al.* (2022) *Keperawatan Medikal Bedah*. Padang: PT. Global Eksekutif Teknologi.
- Suwignjo, P. *et al.* (2022) “Gambaran Kelengkapan Dokumentasi Asuhan Keperawatan di Instalasi Rawat Inap RSUD Kota Bandung,” *Jurnal Keperawatan BSI*, 10(2). Available at: <https://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/893/613>.
- Syahri, A. *et al.* (2023) *Buku Saku Diagnosis Keperawatan Pada Praktik Klinis*. Yogyakarta: Deepublish. Available at: <https://books.google.co.id/books?id=tI8-EQAAQBAJ>.
- Tasalim, R. and Astuti, L.W. (2021) *Terapi Komplementer*. Bogor: Guepedia.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI (2016) *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik*. Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI (2018) *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan*. Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI (2018) *Standar Luaran Keperawatan Indonesia: Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan*. Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI.

- Veronika, D., Mulyaningsih and Haryani, N. (2025) “Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Dusun Joyoharjan Rw 10 Kelurahan Purwodiningratan Kecamatan Jebres Kota Surakarta,” *IJOH: Indonesian Journal of Public Health*, 3(3), pp. 722–732. Available at: <https://jurnal.academiacenter.org/IJOH/article/view/835/898>.
- Wahyuningsih, S.D.E. and Wulandari, R. (2023) “Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi,” *Jurnal Anestesi: Jurnal Ilmu Kesehatan dan Kedokteran*, 1(4), pp. 202–215. Available at: <https://doi.org/10.59680/anestesi.v1i4.539>.
- Wanti, O.S.A., Rachmawati, N. and Aristina, T. (2022) “Literature Review: Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Hipertensi,” *Lentera: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Keperawatan*, 5(1), pp. 23–33. Available at: <https://doi.org/10.37150/jl.v5i1.1631>.
- Warijan, Wahyudi, T. and Rahayu, R.D. (2021) “Nursing Care of Hypertension in the Elderly with a Focus on Study of Activity Intolerance in Dr. R. Soetijono Blora Hospital,” *Jurnal Studi Keperawatan*, 2(1), pp. 13–22. Available at: <https://doi.org/10.31983/j-sikep.v2i1.6805>.
- Waryantini, Amelia, R. and Harisman, L. (2021) “Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi,” *Healthy Journal*, 10(1), pp. 37–44. Available at: <https://doi.org/10.55222/healthyjournal.v10i1.514>.
- Wenni and Wulaningsih, I. (2025) *Teknik Relaksasi Otot Progresif untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi*. Yogyakarta: Deepublish.
- Widiyani, E., Muti, R.T. and Siwi, A.S. (2021) “Asuhan Keperawatan Risiko Perfusi Jaringan Serebral Tidak Efektif pada Ny . S dengan Hipertensi di Desa Pengalusan Purbalingga,” *Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (SNPPKM)*, (2809–2767), pp. 992–998. Available at: <https://prosiding.uhb.ac.id/index.php/SNPPKM/article/view/911>.
- Widuri (2024) *Buku Ajar Proses Keperawatan*. Kediri: Penerbit Lembaga Chakra Brahmanda Lentera.
- Wiranto, Y.A.D. et al. (2025) “Efektivitas Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Skala,” *JICN: Jurnal Intelek dan Cendekiawan Nusantara*, 2(5), pp. 8331–8336. Available at: <https://jicnusantara.com/index.php/jicn/article/view/5217>.
- World Health Organization (2023) *Noncommunicable Diseases*. Available at: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>.

World Health Organization (2025) *Hypertension*. Available at:
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>