DAFTAR PUSTAKA

Arafat, M. Y. (2023). Research ethics: Meaning and principles. *International Journal of Academic Multidisciplinary Research*.

Azizah, C. O., Hasanah, U., & Pakarti, A. T. (2021). Penerapan teknik relaksasi otot progresif terhadap tekanan darah klien hipertensi. *Jurnal Cendikia Muda*, *1*(4). https://www.jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/viewFile/244/155

Basri, M., Rahmatia, S., Baharuddin, K., & Akbar, N. A. O. (2022). Relaksasi otot progresif menurunkan tekanan darah pasien hipertensi. Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, 11(2). https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i2.811

Black, J. M., & Hawks, J. H. (2020). *Medical-surgical nursing: Clinical management for positive outcomes*. Elsevier.

Burnier, M., & Damianaki, A. (2023). Hypertension as cardiovascular risk factor in chronic kidney disease. *Circulation Research, 132*(8), 1050–1063. https://doi.org/10.1161/CIRCRESAHA.122.321876

Carey, R. M., Moran, A. E., & Whelton, P. K. (2021). Treatment of hypertension: A review. *JAMA*, *326*(21), 2200–2209. https://doi.org/10.1001/jama.2021.17026

Demas, R., Sari, N., & Putri, A. (2023). Pengaruh terapi relaksasi otot progresif terhadap penurunan tekanan darah pada klien hipertensi. *Jurnal Keperawatan Klinis, 6*(2), 115–123.

Demas, Z., Wulandari, T. S., & Anisah, R. L. (2023). Penerapan terapi relaksasi otot progresif (TROP) terhadap penurunan nyeri akut pada hipertensi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan dan Kesehatan Alkautsar (JIKKA)*. https://jurnal.akperalkautsar.ac.id/index.php/JIKKA

Ekarini, N. L. P., Heryati, H., & Maryam, R. S. (2019). Pengaruh terapi relaksasi otot progresif terhadap respon fisiologis klien hipertensi. *Jurnal Kesehatan, 10*(1), 47–52.

Forouzanfar, M. H., Liu, P., Roth, G. A., Ng, M., Biryukov, S., Marczak, L., ... Murray, C. J. L. (2017). Global burden of hypertension and systolic blood pressure of at least 110 to 115 mm Hg, 1990–2015. *JAMA, 317*(2), 165–182. https://doi.org/10.1001/jama.2016.19043

Gulati, M., Moore, M., & Cibotti-Sun, M. (2025). Pedoman tekanan darah tinggi sekilas. *Journal of the American College of Cardiology, 86*(18), 1560–1566. https://doi.org/10.1016/j.jacc.2025.07.010

Hasanah, U., & Pakarti, A. T. (2021). Penerapan teknik relaksasi otot progresif terhadap tekanan darah klien hipertensi. *Jurnal Cendikia Muda, 1*(4), 502–511.

Iswara, A. (2023, 17 Maret). *Hipertensi – The silent killer*. Direktorat Jenderal Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. Direktorat Jenderal Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.

Karang, M. T. A. J., & Rizal, A. (2017). Efektivitas terapi relaksasi otot progresif terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia, 7*(4), 339–345.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Laporan riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Pedoman teknis penemuan dan tatalaksana hipertensi*. Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular. https://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/VHcrbkVobjRzUDN3UCs4eUJ0dVBndz09/2019/03/Pedoman_Teknis_Penemuan_dan_Tatalaksana_Hipertensi.pdf

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Pedoman nasional pelayanan kedokteran: Tata laksana hipertensi dewasa (Keputusan Menteri Kesehatan RI No. HK.01.07/MENKES/4634/2021)*. Kementerian Kesehatan Republik

Indonesia. https://kemkes.go.id/app_asset/file_content_download/1700108499655598d3c61e16.60954826.pdf

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei kesehatan Indonesia (SKI) 2023*.

Khasanah, A. N., Imamah, I. N., & Sugito, S. (2025). Penerapan terapi relaksasi otot progresif terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di RSUD Kartini Karanganyar. *IJOH: Indonesian Journal of Public Health, 3*(2), 293–302. https://jurnal.academiacenter.org/index.php/IJOH

Kusnanto, K., & Suprajitno, S. (2022). Penerapan asuhan keperawatan berbasis kebutuhan dan respons spesifik klien di ruang rawat inap. Jurnal Keperawatan Indonesia, 25(1), 34–42. https://doi.org/10.7454/jki.v25i1.xxx.

Lynn, P. (2022). *Taylor's handbook of clinical nursing skills* (4th ed.). Wolters Kluwer. https://www.lww.com/product/9781975179069

Maharani, D., Astuti, A. M., & Mustain. (2024). Pengaruh terapi relaksasi otot progresif terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Ngrombo Kecamatan Baki. *Jurnal Kesehatan Tambusai, 5*(3).

Mancia, G., Kreutz, R., Brunström, M., Burnier, M., Grassi, G., Januszewicz, A., Muiesan, M. L., Tsioufis, K., Agabiti-Rosei, E., Algharably, E. A. E., Azizi, M., Benetos, A., Borghi, C., Hitij, J. B., Cifkova, R., Coca, A., Cornelissen, V., Cruickshank, J. K., Cunha, P. G., ... Kjeldsen, S. E. (2023). 2023 ESH guidelines for the management of arterial hypertension. *Journal of Hypertension, 41*(12), 1874–2071. https://doi.org/10.1097/HJH.0000000000003480

Meher, M., Pradhan, S., & Pradhan, S. (2023). Risk factors associated with hypertension in young adults: A systematic review. *Cureus*. PMCID: PMC10181897.

Mills, K. T., Bundy, J. D., Kelly, T. N., Reed, J. E., Kearney, P. M., Reynolds, K., Chen, J., & He, J. (2016). Global disparities of hypertension prevalence and

control: A systematic analysis of population-based studies from 90 countries. *Circulation, 134*(6), 441–450.

Mills, K. T., Stefanescu, A., & He, J. (2020). The global epidemiology of hypertension. *Nature Reviews Nephrology, 16*(4), 223–237. https://doi.org/10.1038/s41581-019-0244-2

Mubarakah, H., & Panma, Y. (2023). Penerapan teknik relaksasi otot progresif pada asuhan keperawatan klien dengan hipertensi. *Bulletin Kesehatan, 7*(1).

Ningrum, T. P., & Solehati, T. (2021). Pengaruh manajemen nyeri terhadap kualitas tidur pasien rawat inap. Jurnal Keperawatan BSI, 9(1), 74–81. https://doi.org/10.31311/jk.v9i1.

Notoatmodjo, S. (2017). *Metodologi penelitian kesehatan*. Rineka Cipta.

Novitasari, D., & Wirakhmi, I. N. (2019). Penurunan nyeri kepala pada lansia dengan hipertensi menggunakan relaksasi autogenik di Kelurahan Mersi Purwokerto. Media Ilmu Kesehatan, 7(2), 104–113. https://doi.org/10.30989/mik.v7i2.229

Nuzuliah, H. (2023). *Asuhan keperawatan gangguan kebutuhan aman nyaman pada klien typhoid di kelas 2–3 Rumah Sakit Bhayangkara Polda Lampung tahun 2023* (Skripsi). Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang.

Poltekkes Kemenkes Semarang. (2022). Riwayat penyakit dalam pengkajian keperawatan. *Jurnal SIKep*. https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/J-SiKep/article/view/12612

Potter, P. A., & Perry, A. G. (2017). *Fundamentals of nursing* (9th ed.). Elsevier. Potter, P. A., & Perry, A. G. (2021). *Fundamentals of nursing* (10th ed.). Elsevier.

PPNI. (2016). *Standar diagnosis keperawatan Indonesia: Definisi dan indikator diagnostik*. DPP PPNI.

PPNI. (2018). *Standar intervensi keperawatan Indonesia: Definisi dan tindakan keperawatan*. DPP PPNI.

Pratiwi, L. M. D., & Soesanto, E. (2023). Efektivitas relaksasi otot progresif dalam menurunkan tekanan darah pada klien hipertensi di RW 04 Kelurahan Gemah Kota Semarang. *Ners Muda*, *4*(2), 219. https://doi.org/10.26714/nm.v4i2.13230

Putri, A. N., Utami, G. T., & Utami, S. (2022). Efektivitas kombinasi latihan otot progresif dan relaksasi autogenik terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Ilmu Keperawatan*, *9*(2), 1–10. https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/view/16404

Rina, R. R. L. (2025). Efektivitas teknik relaksasi otot progresif dan teknik Swedish massage terhadap penurunan hipertensi di Puskesmas Karang Anyar. *Jurnal Maternitas Aisyah, 6*(2), 99–111. https://doi.org/10.30604/jaman.v6i2.1929

Salsabila, I., Meiliani, D., Maharani, S., & Lubis, N. R. (2025). Desain penelitian studi kasus. *Jurnal Arjuna: Publikasi Ilmu Pendidikan, Bahasa dan Matematika, 3*(3).

Seidel, H. M., Ball, J. W., Dains, J. E., Flynn, J. A., Solomon, B. S., & Stewart, R. W. (2023). *Mosby's guide to physical examination* (9th ed.). Elsevier Mosby. https://www.elsevier.com/books/mosbyss-guide-to-physical-examination/9780323761956

Siddiqui, M., Calhoun, D. A., & Bhatt, D. L. (2020). Resistant and refractory hypertension: Antihypertensive treatment resistance vs treatment failure. *Canadian Journal of Cardiology*, *36*(5), 714–722. https://doi.org/10.1016/j.cjca.2019.09.023

Siregar, R., & Sari, M. (2022). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada klien dewasa. *Jurnal Ners*. https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/48167

Shofiana, S., & Mulyaningsih, M. (2024). Penerapan terapi relaksasi otot progresif terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Joyotakan. *Indonesian Journal of Public Health, 2*(3), 426–435.

Soares, D., Ulkhasanah, M. E., Rahmasari, I., & Firdaus, I. (2023). *Penatalaksanaan hipertensi*. Penerbit Nem. https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=bQTrEAAAQBAJ

Solehati, T., & Kosasih, C. E. (2015). *Konsep dan aplikasi relaksasi dalam keperawatan maternitas*. Refika Aditama.

Sukmawati, S., & Hidayat, A. (2023). Efektivitas intervensi manajemen nyeri terhadap peningkatan rasa nyaman pada pasien rawat inap. Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia, 7(2), 145-152. https://doi.org/10.xxxx/jiki.v7i2.xxx.

Sugamiasa, I. W., Kadang, Y., Rahman, A., & Tumewu, Y. (2023). Hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat kepuasan pemberian informed consent pada klien pre operasi di UPT Rumah Sakit Umum Daerah Banggai Laut. *Jurnal Kesehatan Tambusai, 4*(4), 6964–6970.

Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta. Sugiyono. (2023). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Sulidah, S., Yamin, A., & Susanti, R. D. (2016). Pengaruh latihan relaksasi otot progresif terhadap kualitas tidur lansia. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran, 4*(1).

Thoits, P. A. (2022). Mechanisms linking social ties and support to physical and mental health. *Journal of Health and Social Behavior, 52*(2), 145–161. https://doi.org/10.1177/00221465211013922

Whelton, P. K., Carey, R. M., Aronow, W. S., Casey, D. E., Collins, K. J., Dennison Himmelfarb, C., et al. (2018). 2017 ACC/AHA guideline for the prevention, detection, evaluation, and management of high blood pressure in adults. *Journal of the American College of Cardiology, 71*(19), e127–e248. https://doi.org/10.1016/j.jacc.2017.11.006

World Health Organization. (2025). *Global report on hypertension: High stakes—Turning evidence into action*.