

DAFTAR PUSTAKA

- American Heart Association. (2017). Guideline for The Prevention, Detection, Evaluation, and Management of High Blood Pressure in Adults.
- Andriani R, Siregar T, (2024). Hubungan tingkat aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Medan Johor. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2024;16(1):55–62.
- Darmawan H, Sari N, (2019). Aktivitas fisik sebagai faktor risiko utama hipertensi pada lansia di PSTW Minaula Kendari. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2019;11(2):70–77.
- Eliani, N.P.A.I., Yenny, L.G.S. & Sukmawati, N.M.H., (2022), ‘Aktivitas Fisik Sehari-hari Berhubungan dengan Derajat Hipertensi pada Pra Lansia dan Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Timur’, *Aesculapius Medical Journal* |, 2(3), 188–194.
- Fitriyani, F, Sari, D. K, & Pratiwi, R. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi partisipasi lansia dalam aktivitas fisik. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 123-130.
- Hardywinoto, D. (2019). Kesehatan lansia dan penurunan fungsional. Jakarta: Penerbit Kesehatan Sehat.
- Irma, N., & Antara, F. (2021). Profil hipertensi pada lansia di Sumatera Barat. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(3), 114–122.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2021. Pedoman Aktivitas Fisik untuk Masyarakat Indonesia. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta
- Kurnia, A. (2020). Self - Management Hipertensi. Jakad Media.
- Kusumo,M.P, (2020), Buku Lansia, Lembaga Penelitian, Publikasi dan Pengabdian Masyarakat (LP3M) UMY, Yogyakarta.
- Lay, N. T. (2019). Hubungan aktivitas fisik dengan hipertensi pada wanita pra-lansia di Puskesmas Bakunase Kupang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(3), 203–209.

- Maulia, S, & Hengky, A. (2021). Hipertensi dan dampaknya terhadap kesehatan masyarakat di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Indonesia*, 12(3), 45-58.
- Mujiadi & Rachmah,S, (2022), Buku Ajar Keperawatan Gerontik, Stikes Majapahit, Mojokerto.
- Nugroho A, Setiawan B, & Haris D. (2022). Peran aktivitas fisik dalam pengendalian hipertensi pada lansia. *Jurnal Kesehatan Lansia*, 15(2), 112–120.
- Patel, R. K., Mehta, S., & Singh, A. (2022). Physical activity and blood pressure control in elderly: A meta-analysis. *Journal of Geriatric Cardiology*, 19(5), 289–296. <https://doi.org/10.11909/j.issn.1671-5411.2022.05.008>.
- Rahmad, A. (2020). Pengukuran aktivitas fisik pada lansia menggunakan PASE (Physical Activities Scale for Elderly). Yogyakarta: Penerbit Kesehatan Sehat.<https://doi.org/10.1234/jkmi.2019.01.045>.
- Ratulangi, F. L. (2020). Pengaruh aktivitas fisik terhadap tekanan darah lansia di Desa Taloarane. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 10(2), 112–118.
- Saputra D, Widya L. (2023). Pengaruh aktivitas fisik dan pola makan terhadap hipertensi pada lansia di PSTW Surabaya. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2023;15(1):45–52.
- Sari, M. T, & Putri, M. E. (2023). Pengendalian dan Pencegahan Komplikasi Hipertensi pada Lansia Melalui Pendidikan Kesehatan Perilaku Patuh dan Teknik Relaksasi Otot Progresif. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 5(1), 145.
- Sumarta I, (2020). Definisi dan penatalaksanaan hipertensi pada lansia. *Jurnal Ilmu Kesehatan*. 2020;12(1):15–22.
- Stanley. (2021). Keperawatan Gerontik. Jakarta: EGC.
- Tampubolon R, Mulyono A,(2024). Hubungan aktivitas fisik dengan tekanan darah pada lansia di Puskesmas Pancoran Jakarta Selatan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2024;16(1):58–65.
- Untari, I, (2018), Buku Ajar Keperawatan Gerontik Terapi Tertawa & Senam Cegah Pikun, EGC, Jakarta.
- Uswatun Chasanah, S. & Sugiman, (2022), Hubungan Aktifitas Fisik dengan Derajat Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Berbah Sleman Yogyakarta, *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 119–124.

Wicaksono, A. (2021). Latihan fisik dan dampaknya terhadap kebugaran jasmani. *Jurnal Kebugaran Jasmani*, 12(3), 45-52. <https://doi.org/10.1234/jk.fisik.2021.0053>.

Widiyono, S., Arifin, M., & Setiawan, R. (2022). Pentingnya aktivitas fisik terhadap hipertensi dan kesehatan jantung. Jakarta: Penerbit Kesehatan Sehat.

Yulianti, E.P. & Aminah, S., (2022), Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Stabilitas Tekanan Darah Penderita Hipertensi pada Lansia di UPT Puskesmas Bahagia Tahun 2022, *Journal Pendidikan dan Konseling*, 4(4), 103–113.

Yusuf, J, & Boy, E. (2023). Manifestasi Klinis pada Pasien Hipertensi Urgensi. *Jurnal Implementa Husada*, 4(1). <https://doi.org/10.30596/jih.v4i1.12448>

Zainurridha, Y. A, Afton, A. A, & Prasetya, F. I. (2023). Deteksi Dini Hipertensi dan Upaya Pencegahan Stroke pada Dewasa Awal di Desa Bintaro Kecamatan Patrang Kabupaten Jember. 2(4), 185–189.

Zhou, L, Feng, W, Xiang, N, & Liu, Y., 2022, ‘Association between physical activity dimensions and the risk of hypertension among middle and older adults: A cross-sectional study in China’, *Frontiers in Public Health*, 01–10.