

DAFTAR PUSTAKA

- Agoes, azwar, dkk. (2010). *Penyakit di usia tua*. Jakarta :EGC
- Agoes, G. (2008). *Pengembangan Sediaan Farmasi. Edisi Revisi dan Perluasan*. Bandung: Penerbit ITB.
- Alfianika, Ninit. (2016). *Buku ajar metode pengajaran bahasa indonesia*. Yogyakarta : Deepublish.
- Ambardini, L. (2014). *Aktifitas Fisik Pada Lanjut Usia*. Yogyakarta: Staff Pengajar UNY.
- Arikunto, Suharsimi.(2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. (2014). *Prosedur Penelitian : suatu pendekatan praktik*. Jakarta : Rineka cipta
- Asikin, dkk. (2016). *Keperawatan medikal bedah sistem kardovaskuler*. Jakarta: Erlangga
- Athea. (2009). *Terampil Teknik Senam*. Bandung: Sarana Ilmu Pustaka.
- Badan Pusat Statistik. (2015). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2014*. Jakarta : Badan Pusat Statistik
- Bandiyah, Siti (2009). *Lanjut usia dan keperawatan gerontik*. Yogyakarta : Muha Medika
- Brillianti, Pretty Angelina.(2016). *Hubungan self-management dengan kualitas hidup pasien pasca stroke di wilayah puskesmas pisangang ciputat. Jakarta: Universitas islam negeri syarif hidayatullah*. (diakses 15 maret 2017)
<http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/30628/1/pretty%20angelina%20brillianti-fkik.pdf>
- Dahlan, M.Sopiyudin.(2016). *Langkah-langkah membuat proposal penelitian bidang kedokteran dan kesehatan*. Jakarta:IKAPI
- Fauzi, L. (2013). *Intensitas Jalan Kaki terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah*. Kemas. 8. 2: 2013: 106 - 112.
- Febrina, Syandra. (2016). *Profil tekanan darah pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih*. Padang : Universitas Andalas. (diakses 21 PMaret 2017)
<http://scholar.unand.ac.id/3724/2/BAB%201%20upload.pdf>

- Garnadi. (2012). *Hidup Nyaman Dengan Hipertensi*. Jakarta: AgroMedia Pustaka
- Gerakan Senam Hipertensi Lansia* diaskes pada 18 Maret 2017, jam 10.26 dari <https://www.slideshare.net/1734977444/gerakan-senam-hipertensi-lansia>
- Gichara, Jenny. (2009). *Jalan Sehat*. Jakarta Selatan : Jagakarsa
- Go, A.S., Mozaffarian, D., Roger, V.L., Benjamin, E.J., Berry, J.D., Borden, W.B. et al. (2013). *Hearth disease and stroke statistics-2013 update: a report from the American Heart Association*. *Circulation*. Vol.127. no. 1. pp. e6-e245 (diakses 15 Maret 2017)
http://my.americanheart.org/idc/groups/ahamah-public/@wcm/@sop/@smd/documents/downloadable/ucm_447446.pdf
- Hasibuan. (2010). *Manajemen sumber daya manusia*. Jakarta : Bumi Aksara
- Hayes, M. K. (2010). *Influence of Age and Health Behaviors on Stroke Risk: Lesson from Longitudinal Studies*. National Institutes of Health. October 2010. 58 (Suppl 2): S325-S328.
- Hermawati, istiana. (2015). *Kajian tentang kota ramah lanjut usia. Badan pendidikan dan penelitian kesejahteraan sosial balai besar penelitian dan pengembangan pelayanan kesejahteraan sosial (B2P3KS)*. Yogyakarta.
- Hernawan, T. (2017) *“Pengaruh senam hipertensi lansia terhadap penurunan tekanan darah lansia dengan hipertensi di panti wreda darma bhakti kelurahan pajang Surakarta. Surakarta: universitas muhammadiyah Surakarta*. Surakarta : Universitas Mmuhammadiyah (diakses pada 1 Maret 2017)
- Hidayah, dkk (2015). *Perbandingan efektivitas terapi musik klasik dengan aromaterapi mawar terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi*. Riau : Universitas Riau
- Ifansyah, dkk (2015). *Senam lansia terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi*. Universitas Lambung Mangkurat.
- Ilkafah. (2014). *Pengaruh latihan fisik (senam lansia) terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi ringan-sedang di Rektorat Unibraw Malang*. Malang : Rektorat Unibraw (diakses pada 1 Maret 2017)
- Junaidi, S. (2011). *Pembinaan Fisik Lansia melalui Aktivitas Olahraga Jalan Kaki*. Semarang : Universitas Negeri Semarang (diakses 18 Maret 2017)

- Khomarun., Wahyuni Endang Sri, Nugroho Adhi Maharso. (2013) “*pengaruh aktivitas fisik jalan pagi terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi stadium 1 di posyandu lansia Desa Makam Haji hal. 144–149*. Surakarta : Kementerian Kesehatan Politeknik Kesehatan Surakarta jurusan okupasi terapi. (diakses 17 Februari 2017)
- Kozier & Erb, *et al.* (2009). *Buku Ajar Praktik Keperawatan Klinis edisi 5*. Jakarta: EGC.
- Kowalski, R.E. (2010). *Terapi hipertensi*. Bandung: Qanita.
- Lapau, Buchari. (2012). *Metode penelitian kesehatan : Metode ilmiah penulisan skripsi, tesis, dan disertasi*. Jakarta : IKAPI
- Losyk, Bob. (2007). *Kendalikan Stres Anda ! Cara Mengatasi Stres dan Sukses di Tempat Kerja*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Maryam, R. S., Ekasari, M. F., Rosidawati, Jubaedi, A., Batubara. (2008). *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika
- McGowan, Mary P. (2007). *Menjaga Kebugaran Jantung*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Muhith, Abdul. (2016). *Pendidikan keperawatan gerontik*. Yogyakarta : CV ANDI OFFSET.
- Moniaga, V. dan Pangemanan, D. H. C. (2012) “*Pengaruh senam bugar lansia terhadap tekanan darah penderita hipertensi di bplu senja cerah paniki bawah hal. 1–6*. Manado : Universitas Samratulangi Manado.
- Nations, U. (2013) “*World Population Ageing 2013 Department of Economic and Social Affairs Population Division*.” (diakses 18 Maret 2017)
- Nursalam. (2008). *Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan pedoman skripsi, tesis, dan instrumen penelitian keperawatan*. Jakarta : Salemba medika
- Palmer & Williams. (2007). *Tekanan Darah Tinggi*. Jakarta: Erlangga
- Penduduk lanjut usia*.(2010). (diakses 21 Maret 2017) dari http://storage.jakstik.ac.id/ProdukHukum/MenPAN/index.php?option=com_docman&task=doc_download&gid=310&Itemid=114.pdf
- Perdana, Revansia. (2014). Efektivitas senam ergonomik dengan senam *aerobic low impact* terhadap level tekanan darah pada lansia hipertensi. Surakarta :Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Prasetyo, E. Wasis. (2011). *Aktifitas Kebugaran Jasmani*. (Diakses pada 18 April 2017) dari http://www.aktivitas-kebugaran-jasmani_08.html

- Profil kesehatan kabupaten sleman tahun 2013 data tahun 2012.* (diakses 21 Maret 2017) dari <http://dinkes.slemankab.go.id/wp-content/uploads/2014/01/PROFIL-2013.pdf>
- Rahadiyanti, Larisa Sabrina. (2013). *Hubungan kebiasaan olahraga jalan kaki dengan kontrol tekanan darah pada pasien hipertensi.* Jakarta : Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. (diakses 21 maret 2017) <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/26370/1/Larisa%20Sabrina%20Rahadiyanti-FKIK.pdf>
- Ratnaningsih, E.(2011). *Penyuluhan dan senam hipertensi pada penderita hipertensi di desa gambiran kecamatan Mojoagung kabupaten jombang,* hal. 1–3. Jombang : LPPM Stikes pemkab Jombang.(diakses 1 Maret 2017)
- Richard, A. A., & She, K.(2011). *Delineation of Self-Care and Associated Concepts.* J Nurs Scholarsh. 43(3). 255-264.
- Riskesdas. (2013). *Laporan Riset Kesehatan Dasar Republik Indonesia, Badan Litbangkes.* Kemenkes RI : Jakarta
- Rizki, audita. (2016). *Gambaran fungsi ginjal pada pasien hipertensi yang dirawat jalan di bagian penyakit dalam RSUP. DR. M. Djamsil Padang periode 1 januari- 31 desember 2014.* Padang : Universitas Andalas (diakses 21 Maret 2017) <http://scholar.unand.ac.id/3077/7/BAB%201%20Pendahuluan.pdf>
- Riwidikdo, Handoko. (2008). *Statistik Kesehatan belajar mudah teknik analisis data dalam penelitian kesehatan (Plus Aplikasi Software SPSS).* Yogyakarta : Mitra cendikia Press
- Santoso. (2009). *Memahami Krisis Lanjut Usia.* Jakarta: PT.Gunung Mulia
- Saraswati, N. P. (2013). *100 Persen Diet Sehat & Hebat.* Yogyakarta: Syura Media Utama.
- Saraswati, Ropi, Sari. (2014). *Pengaruh program edukasi berbasis komunitas terhadap self-management lansia hipertensi di Puskesmas Gombang 2 Kebumen.* Kebumen: Universitas Padjadjaran. (diakses pada 21 Maret 2017) <http://repository.unpad.ac.id/20428/1/ARTIKEL-ILMIAH.pdf>
- Saputro, Nugroho Dwi. (2015). *“Pengaruh jalan santai terhadap tekanan darah pada pra lansia di posyandu lansia sejahtera abadi XI candi baru. Surakarta : universitas muhammadiyah Surakarta.”*(diakses 22 Februari 2017)<http://eprints.ums.ac.id/39652/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>
- Sumosardjuno. (2007). *Manfaat dan Macam Olahraga bagi penderita Diabetes Mellitus.* Bandung :Alfabet

- Sunaryo. (2015). *Asuhan keperawatan Gerontik*. Yogyakarta :ANDI
- Stockslager, Jaime L dan Liz Schaeffer. (2007). *Asuhan Keperawatan Geriatrik, Edisi 2*. Jakarta:EGC
- Soenarta, dkk. (2015). *Pedoman tatalaksana hipertensi pada penyakit kardiovaskular. Perhimpunan dokter spesialis kardiovaskular indonesia*. (diakses 15 Maret 2017)
http://www.inaheart.org/upload/file/Pedoman_TataLaksana hipertensi pada penyakit Kardiovaskular_2015.pdf
- Surbakti, S. (2014). *Pengaruh latihan jalan kaki 30 menit terhadap penurunan tekanan darah pada pasien penderita hipertensi di rumah sakit umum Kabanjahe*. Kabupaten Karo : Jurnal pengabdian kepada masyarakat.(15 Februari 2017)
- Trihono.(2013).*Riset kesehatan dasar (riskesdas) 2013*. Jakarta : Badan penelitian dan pengembangan kesehatan kementerian kesehatan RI. (diakses 15 Maret 2017)
<http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskesdas%202013.pdf>
- Triyanto, Endang (2014). *pelayanan keperawatan bagi penderita hipertensi secara terpadu*. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Vitahealth. (2006). *Hipertensi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Wahjudi, Nugroho. (2008). *Keperawatan gerontik& geriatrik*. Jakarta : EGC
- Wahyuni, S. (2015). *Pengaruh senam hipertensi terhadap tekanan darah lansia di posyandu lansia desa krandegan Kabupaten Wonogiri*. Surakarta : Stikes Kuduma Husada (diakses 9 Maret 2017)
- Wahyuni, S. (2016).*“Pengaruh edukasi hipertensi dengan media booklet terhadap perilaku self management pada pasien hipertensi di wilayah puskesmas balowerti Kediri 5(1), hal. 133–138*. Kediri : Fakultas ilmu kesehatan IIK Bhakti Wiyata Kediri" (diakses 9 Maret 2017)
- Widyaningtyas, U. H. (2016). *“Pengaruh senam hipertensi terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di panti werdha dharma bhakti wilayah kerja kota Surakarta, Universitas Muhammadiyah Surakarta*. Surakarta : Universitas Muhammadiyah Surakarta (diakses 1 Maret 2017)
- Woods, S. L., Froelicher, E. S., Motzer, S. U., & Bridges, J. E. (2009). *Cardiac Nursing*. Philadelphia : Wolters Kluwer Health.
- World Health Organization (WHO). (2015). *World health statistics 2015*. (diakses 15 Maret 2017)