

DAFTAR PUSTAKA

- Afriwardi. 2011. *Ilmu Kedokteran Olahraga*. Jakarta : Buku Kedokteran EGC.
- Angga. 2010. *Panduan Praktis Berolahraga untuk Latihan Kebugaran dirumah*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Amrum. 2008. *Panduan Lengkap Latihan Kebugaran dirumah*. Jakarta: PT. Raja Grafindo persada.
- Arikunto. Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arisman. 2007. *Gizi dalam dan kehidupan*. Jakarta: EGC
- Azwar. 2010. *Perbedaan Tekanan Darah Tenaga Kerja Sebelum dan Sesudah Terpapar Tekanan Panas Di Industri Mabel CV. Gion Dan Rahayu*. Skripsi. Surakarta: Fakultas kedokteran Universitas Sebelas Maret.
- Dahlan, M. S. 2013. *Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Darmojo, B. 2011. *Geriatri (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut)*. Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. Jakarta
- Darmojo, B. 2010. *Buku ajar geriatri (ilmu kesehatan lanjut usia)*. FK UI : Jakarta
- Departemen Kesehatan. 2007. *Riset kesehatan dasar (pedoman pengukuran antropometri)*, diakses pada tanggal 8 Januari 2017, <http://www.litbang.depkes.go.id>.
- Depkes RI. 2007. *13 Pesan Gizi Seimbang*. Direktorat Bina Gizi Masyarakat Ditjen Binkesmas Depkes RI, Jakarta.

Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2015, *Profil Lansia Jawa Tengah tahun 2015*

Dinas Kesehatan Kabupaten Cilacap, 2016, *Profil Lansia Kabupaten Cilacap tahun 2016*

Ether, J.F. 2010. *Electronic Cigarette: a survei of users*. BMC Public Health, 10 (1): 231.

Fatimah. 2010. *Gizi Usia Lanjut*. Jakarta: Penerbit Erlangga

Ferry Efendi. 2009. *Keperawatan Kesehatan Komunitas: Teori Dan Praktek Dalam Keperawatan*. Jilid 1. Jakarta: Salemba Medika.

Hardini, RA Sri. 2010 *Hubungan status gizi (mini nutritional assessment) dengan outcome hasil perawatan penderita di divisi geritri rumah sakit dokter kariadi Semarang*, diakses pada 12 Januari 2017, <http://eprints.undip.ac.id/15033/>.

Husnawati, A. 2010. *Hubungan Antara Gaya Hidup Dengan Tingkat Ketergantungan Dalam Aktivitas Kehidupan Sehari – hari Lansia Di Kelurahan Kopen Teras Boyolali*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Ismaryati dan Sarwono, 2009. *Pengukuran dan Evaluasi kebugaran Jasmani lansia*. Surakarta: UNS

Jeffry Tanggara. 2009. *Panduan Praktis Berolahraga untuk Kebugaran Kesehatan*. Yogyakarta. C.V Andi Offset.

Kushariyadi. 2010. *Asuhan Keperawatan Pada Lanjut Usia*. Salemba Medika. Jakarta.

Maryam, R. Siti. 2008. *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medical

Notoatmodjo Soekidjo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta

- Nursalam, 2013, *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Edisi 3. Jakarta: Salemba Medika
- Palmer, Price, S.A. 2009. *Patofisiologi Tekanan Darah*. Jakarta: Penerbit PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Roji, 2007. Pendidikan Kebugaran Jasmani. Jakarta: Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sani, Gunawan. 2008. *Hipertensi Tekanan Darah Tinggi*. Yogyakarta: Penerbit Kasisius (Anggota IKAPI)
- Sarif, Garnadi Yudi. 2012. *Hidup Nyaman Dengan Hipertensi*. Jakarta: PT Agro Media Pustaka.
- Satiti, A. 2011. *Strategi Rahasia Berhenti Merokok*. Yogyakarta: Data Media.
- Sugiyono. 2011. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: CV. ALFABETA.
- Suharjana. 2009. *Panduan Praktis Berolahraga untuk Kebugaran Kesehatan*. Yogyakarta. C.V Andi Offset.
- Syafei, C. 2012. Bahaya Merokok (Online) Available. Diakses tanggal 05 Februari 2017.
Dari: <http://waspada.co.id/index.php?option=com.content&view=article&id=236841=bahayamerokok&catid=25=artikel&itemid=44>.
- Syahfitri, Fatimah. 2010. *Fisiologi Kardiovaskuler Berbasis Masalah Keperawatan*. Jakarta EGC.
- Untari I., Ariestiyanto, E. 2010. *Hubungan antara Jumlah Konsumsi Batang Rokok dengan Tingkat Hipertensi*. Skripsi. Surakarta: Akper PKU Muhammadiyah.
- Wahjudi Nugroho. 2008. *Mengenal Usia Lanjut Dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika