

DAFTAR PUSTAKA

- Adib.M. (2009). *Cara Mudah Memahami dan Menghindari Hipertensi Jantung dan Stroke*. Yogyakarta : Dianloka.
- Alimul, Aziz H. (2011). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- American Heart Association. (2014). *Stroke and High Blood Pressure*.
- Ardiansyah, M. (2012). *Keperawatan Medikal Bedah*. Yogyakarta: DIVA Press.
- Ayunani, dkk. (2014). *Pengaruh Latihan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Lanjut Usia Dengan Hipertensi Di Upt Pslu Mojopahit Kabupaten Mojokerto*. Jurnal Nasional : Jurnal Keperawatan STIKES Pemkab Jombang.
- Balitbang Kemenkes RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)*. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI.
- Baradero, Wilfrid Dayrit, Yakobus Siswadi. (2008). *Pasien Gangguan Kardiovaskular*. Jakarta : EGC .
- Departemen Kesehatan RI. (2009). *Undang-undang Republik Indonesia tentang Kesehatan*. Jakarta : Departemen Kesehatan Republik Indonesia (DEPKES RI).
- Departemen Kesehatan RI. (2009). *Sistem Kesehatan Nasional*. Jakarta : Departemen Kesehatan Republik Indonesia (DEPKES RI).
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. (2012). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat*. Jawa Barat : Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Majalengka. (2011). *Profil Kesehatan Kabupaten Majalengka*. Majalengka :Dinas Kesehatan Kabupaten Majalengka.
- Florensa. (2016). *Relaxation Progressive Muscle Program on Exercise Behavior and Clinical Outcomes among Hypertension Patients*. International Journal : International Journal of Public Health Science (IJPHS).

- Guyton, A.C., dan Hall, J.E. (2014). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran Edisi 12*. Jakarta : EGC.
- Harmono. (2010). *Pengaruh Latihan Relaksasi Otot Progresif terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Primer di Kota Malang*. Jurnal Keperawatan Universitas Indonesia.
- Hartono, LA. (2007). *Stres & Stroke*. Yogyakarta : Kanisius.
- Iran. (2016). *The Effects Of Progressive Muscular Relaxation And Breathing Control Technique On Blood Pressure During Pregnancy*. International Journal : PubMed National Center for Biotechnology Information (NCBI).
- Jain, R. (2011). *Pengobatan Alternatif Untuk Mengatasi Tekanan Darah Tinggi*. Jakarta : Gramedia Pustaka.
- Kartika U. (2014). *Hipertensi Bukan Sekedar Tekanan Darah Tinggi*. Jakarta : Artikel Koran Harian Kompas.
- Kelana, Kusuma Dharma. (2011). *Metodologi Penelitian Keperawatani*. Jakarta : CV. Trans Info Media.
- Kozier, B. (2011). *Fundamental Keperawatan*. Jakarta : EGC.
- Kumutha, et al. (2014). *Effectiveness of Progressive Muscle Relaxation Technique on Stress and Blood Pressure among Elderly with Hypertension*. International Journal :IOSR Journal of Nursing and Health Science (IOSR-JNHS).
- Mannan H., Wahiddin dan Rismayanti. (2012). *Faktor Risiko Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkala Kabupaten Jeneponto Tahun 2012*. [Skripsi Ilmiah]. Fakultas Kesehatan Masyarakat UNHAS.
- Mubarak, dkk. (2015). *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar*. Jakarta : Salemba Medika.
- Muhdar. (2014). *Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Progresif Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Yogyakarta Unit Budi Luhur Kasongan Bantul*. Jurnal Nasional :Naskah Publikasi PSIK STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.

- Muttaqin, Arif. (2012). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Pasien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler dan Hematologi*. Jakarta : Salemba Medika.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nuraisa, Rini. (2012). *Hubungan Gaya Hidup Dan Kepribadian Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Majalengka Kabupaten Majalengka Tahun 2012*. Skripsi : Program Studi S1 Keperawatan STIKes YPIB Kabupaten Majalengka.
- Palmer, dkk. (2007). *Tekanan Darah Tinggi*. Jakarta : Erlangga.
- Potter dan Perry. (2010). *Fundamental Keperawatan Buku 2 Edisi 7*. Jakarta : Salemba Medika.
- Prasetyaningrum, Yunita Indah. (2014). *Hipertensi Bukan untuk Ditakuti*. Jakarta : Fmedia.
- Purwanto, B. (2013). *Herbal dan Keperawatan Komplementer*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Ramdhani, Neila.,Aulia Putra, Adhyos. (2009). *Pengembangan Multimedia Relaksasi*.(neila.staff.ugm.ac.id) diakses tanggal 21 Maret 2017.
- Rebeiro, Geraldine, et al. (2015). *Keperawatan Dasar : Manual Keterampilan Klinis Edisi Pertama*. Singapore : Elsevier.
- Richmond, L.R. (2009). *Progressive Muscle Relaxation*. (<http://www.guidetopsychology.com/pmr.htm>) diakses tanggal 21 Maret 2017.
- Shinde, et al. (2013). *Immediate Effect of Jacobson's Progressive Muscular Relaxation in Hypertension*. International journal :Scholars Journal of Applied Medical Sciences (SJAMS).
- Sherwood, L. (2014). *Fisiologi Manusia : Dari Sel Ke Sistem Edisi 8*. Jakarta : EGC.
- Smeltzer, Bare. (2008). *Brunner & Suddarths Textbook of Medical Surgical Nursing*. Philadelphia : Lippincott.

- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung : Alfabeta.
- Tyani, dkk. (2015). *Efektifitas Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Esensial*. Jurnal Nasional :JOM Vol. 2 No. 2 PSIK Universitas Riau.
- Valentine, dkk. (2014). *Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia dengan Hipertensi di Kel. Pringapus, Kec. Pringapus Kab. Semarang*. Jurnal Nasional : Jurnal Keperawatan STIKES Ngudi Waluyo Ungaran.
- Wahdah, Nurul. (2011). *Menaklukan Hipertensi dan Diabetes*. Yogyakarta : Multipress.
- Weber, M.A., Schiffrin, E.L., White, W.B., Mann, S., Lindholm, L.H., Kenerson, J.G., dkk. (2014). *Clinical Practice Guidelines for the Management of Hypertension in the Community: A Statement by the American Society of Hypertension and the International Society of Hypertension*. Journal of Clinical Hypertension (Greenwich, Conn).
- World Health Organization. (2013). *WHO's Global Brief on Hypertension: Silent killer, global public health crisis*.
- Yulinda, dkk. (2012). *Perbedaan Pengaruh Terapi Napas Dalam dan Terapi Relaksasi Otot Progresif terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Hipertensi di Posyandu Lansia Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Padang Tahun 2012*. Jurnal Nasional : Jurnal Keperawatan Universitas Andalas.
- Yunping Li, et al. (2015). *Progressive Muscle Relaxation Decreased Anxiety and Depression of Pulmonary Arterial Hypertension Patients*. International Journal : Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine.