

DAFTAR PUSTAKA

- Alim. (2009). *Langkah-Langkah Relaksasi Otot Progresif*.
- Ditjen Bina Upaya Kesehatan. (2011). *Sistem Informasi Rumah Sakit (SIRS) Tahun 2011*. Jakarta.
- Hawari, D. (2008). *Manajemen Stres, Cemas dan Depresi*. Jakarta : FKUI
- Kanender, Y. R., Palandeng, H., Kallo, V. D. (2015). Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Perubahan Tingkat Insomnia Pada Lansia Di Panti Werdha Manado. *eJournal Keperawatan (e-Kep)*. 3 (1): 1-9.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2013a). *Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2013*. Jakarta.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2013b). *Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Provinsi Jawa Tengah 2013*. Jakarta.
- Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. (2013). *Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia*. Jakarta
- Maryam.S dkk, 2008 mengenal usia lanjut dan perawatannya, Jakarta Salemba Medika.
- Muhadi. (2016). *JNC 8: Evidence-based Guideline Penanganan Pasien Hipertensi Dewasa*. Jakarta : Divisi Kardiologi, Departemen Ilmu Penyakit Dalam RSCM Jakarta.
- Perry, Patricia A., & Potter, Anne Griffin. (2005). *Fundamental Keperawatan buku I edisi 7*. Jakarta : Salemba Medika.
- Pratiwi, V.R & Zaimah Z. Tala. (2013). *Gambaran Status Gizi Pasien Hipertensi Lansia di RSUP H. Adam Malik Medan*. e-Jurnal FK USU, Vol 1 No 1
- Purwanto, B. (2013). *Herbal dan Keperawatan Komplementer*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Setyoadi dan Kushariyadi. (2011). *Terapi Modalitas Keperawatan Pada Klien Psikogeriatik*. Jakarta. Salemba Medika.
- Tambayong, J. (2000). *Patofisiologi Untuk Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Tyani, E. S, Wasisto Utomo & Yesi Hasneli N. (2015). *Efektifitas Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Esensial*.

Universitas Riau. Valentine, D. A. (2014). *Pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Kelurahan Pringapus, Kecamatan Pringapus, Kabupaten Semarang.*

