

## DAFTAR PUSTAKA

- Arief. 2008. *Manfaat Pendinginan Setelah Olahraga*, (<http://www.ariefboy.multiply.com>) di unduh tanggal 25 januari 2013.
- Arif. M., 2009. *Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular*. Jakarta : Salemba Medika.
- Arikunto, S., 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta. Jakarta.
- Brick, L. 2001. *Sugar dengan Senam Tera*. Jakarta: Raja Grafindo
- Brick. L., 2001. *Bugar Dengan Senam Aerobik* (Agustina. A, Penerjemah). Jakarta : Divisi buku Sport PT Rajagrafindo Persaja.
- Brunner & Suddarth 2003. *Keperawatan Medikal Bedah*. Edisi 8. Vol 2. Jakarta EGC
- Bullock et al, 2004. *Human on Pathophy-siologi*. Lippincott: Philadelphia
- Donovan. G. Jane, Mc. N., Peter, G. 2003. *Koreksi Gerakan Senam Yang Mmembahayakan*. Cet 2. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Fatmah. 2010. *Gizi Usia Lanjut*. Jakarta : PT Penerbit Erlangga.
- Gunawan. L. 2001. *Hipertensi*. Yogyakarta : Kanisikus
- Guntur H.2005. *The role Immune Response in Elderly*. Jakarta : Makalah seminar
- Hafiz I. 2010. Pain Management concept of patient with lumbar spine intervertebral disc prolapse disorder *journal musculasteral*. <http://www.aiu.edu/publications/student/english/Pain-Management-concept>.
- Harsuki. (2005). *Perkembangan Olahraga Terkini*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada
- Hawari. D., 2007. *Sejahtera di Usia Senja*. Jakarta : FKUI.
- Joint National Committee VII. 2003. *US Departement of Healt and Human Services*. NIH Publications.
- Karim Dr. Farizati MH. 2002. *Panduan Kesehatan Olahraga Bagi Petugas Kesehatan*. Jakarta.
- Kowalsky, RE. 2010. *Terapi Hipertensi Program 8 Minggu*. Bandung : Qanita.
- Kuntjoro Z.,2002. *Memahami Mitos dan Realita Tentang Lansia*. E-[psikologi.com](http://psikologi.com)
- Kuswardhani, R.A.T. 2005. *Penatalaksanaan Hipertensi Pada Lanjut Usia*. Jurnal Penyakit Dalam volume 7. Nomor 2 Mei.
- Lynne B.2001.*Bugar dengan Senam aerobik*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Margiyati.2010. *Pengaruh Senam Lansia Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di Posyandu Lansia Ngudi Waras, Dusun kemloko, Desa Bergas Kidul*. Skripsi. Program Sarjana UNDIP. Semarang.

- Maryam, R.S. dkk. 2008. *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Salemba Medika. Jakarta.
- McArdle WD, Katch FI & Katch VL. *Exercise Physiology*. 5th ed. Tokyo. Lippincott Williams & Wilkins. 2001.
- Nafrialdi. 2007. *Farmakologi dan Terapi*. Edisi 5. Jakarta: Departemen Farmakologi dan Terapeutik. FKUI.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Novi K. 2011. *Pengaruh Pemberian Latihan Aerobik Intensitas Ringan dan Sedang Terhadap Penurunan Kolesterol Dalam Darah di Aerobic and Fitness Center "Fortuna"*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Nugroho W. 2000. *Keperawatan gerontik*. Jakarta : EGC
- Potter, P. A. & Perry, A. G. 2005. *Fundamental Keperawatan*. Ed 4. Vol 1. Jakarta: EGC
- Powell, 2000 *Exercise in Health and Disease : Evaluation and Prescription for Prevention and Rehabilitation*. 2nd. Ed. Saunders, Philadelphia
- Prasetyo Y. 2007. *Olahraga Bagi Penderita Hipertensi*. <http://radmarsyy.wordpress.com>. Diunduh pada tanggal 10 Januari 2013 pukul 10.00 WIB.
- Price, S.A. 2003. *Patofisiologi konsep klinis proses-proses penyakit*. Pathophysiology clinical concepts of disease processes/ Sylvia Anderson Price, Lorraine McCarty Wilson; alih bahasa, Peter Anugerah; editor, Caroline Wijaya. –Ed. 4- Jakarta: EGC.
- Rilantono, L. I. 2004. *Buku Ajar Kardiologi*. Jakarta. FKUI.
- Sharkey, B. J. 2002. *Kebugaran dan Kesehatan*. Jakarta : PT. Rajagrafindo Persada.
- Sherwood, 2006 *Sport Therapy : An Introduction to Theory and Practice*. Scotprint Ltd., Musselburg.
- Sherwood, L . 2006, *Human Physiology from Cells to System*, 3th Ed. Brooks/Cole
- Sinta, A. H. 2011. *Pengaruh Senam Aerobik Intensitas Ringan Terhadap Kecemasan Lansia*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Smeltzer, S. C & Bare, B. G. 2002. *Keperawatan Medikal Bedah*. Edisi 8. Vol. 2. Jakarta. Penerbit Buku Kedokteran. EGC.
- Stanley M & Beare, P. G. 2006. *Buku Saku Keperawatan Gerontik*. Edisi 2 (N. Junianti dan S. Kuraningsih, penerjemah ). Jakarta : EGC.
- Sudibdjo P. 2001. *Pengaruh Senam Aerobik Intensitas Sedang dan Intensitas Tinggi Terhadap Presentasi Lemak Badan dan Lean Body Wight*. Yogyakarta.
- Sugiyono. 2009. *Statistika untuk Penelitian*. CV Alfabeta. Bandung.
- Sugiyono.. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan*. CV Alfabeta. Bandung.
- Tambayong, 2005. *Anatomi dan Fisiologi untuk Keperawatan*. Penerbit buku kedokteran. Jakarta.

- Tamher. S. N. 2009. *Kesehatan Usia Lanjut dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*. Salemba Medika. Jakarta.
- Townsend, R. R. 2012. *100 Tanya Jawab Mengenai Hipertensi*. Jakarta : Indeks
- Udjianti, W. J. 2010. *Keperawatan Kardiovaskuler*. Jakarta : Salemba.
- Williams & Wilkins. 2011. *Nursing : Memahami Berbagai Macam Penyakit* (Terjemahan). Jakarta : Indeks.
- Yessis, B. *Kebugaran dan Kesehatan*. Jakarta.PT. Raja Grafindo Persada