

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Babatsikou, F., & Assimina, Z. (2010). Epidemiology of hypertension in the elderly. *Journal health science* 4 (13), 24-26.
- Brod J, Fence V, Hegi K, Jikka J.(2000). Circulatory change underlying blood pressure elevation during acute emotional stress (mental arithmetic) in normotensive and hypertensive subjects. *Clin Sic.* 1959. 18. 269-279.
- Budisetio, M. (2005). Pencegahan dan pengobatan hipertensi pada penderita usia dewasa. *Jurnal Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti* 20(2-6), 38-56. Diakses tanggal 17 Maret 2015.
- Burnside., John, W., & Thomas, M. (2004). *Adams diagnosis fisik edisi 17*. Jakarta: EGC.
- Dahlan, M. Sopiudin. (2011). *Statistik untuk kedokteran dan kesehatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Departemen Kesehatan, 2003, *Pedoman Kesehatan Usia Lanjut Bagi Petugas Kesehatan I, Kebijakan Program dan II, Materi Pembinaan, Direktorat Bina Kesehatan Keluarga, Jakarta*.
- Dinkes (Dinas Kesehatan). (2011). *Profil kesehatan provinsi Jawa Tengah tahun 2011*. Diakses: 21 April 2014 jam 21.00 dari <http://www.dinkesjatengprov.go.id/dokumen/profil/profil2011/BAB%20I-VI%202011.pdf>.
- Giriwijoyo, S. (2007). *Olahraga untuk kesehatan*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Guyton & Hall. (2007). *Buku ajar fisiologi kedokteran*. Edisi II. Jakarta : EGC
- Harber, P.M., & Scoot, T. (2009). Aerobic Exercise Training Improves Whole Muscle And Single Myofiber Size And Function In Older Woman. *Journal Physical Regular Integral Company Physical*,10, 11-42.
- Harrison,I., Wilson, B.W., & Kasper, M.F. (2005). *Prinsip-prinsip ilmu penyakit dalam, edisi 13 volume 3*. Jakarta: EGC.
- Hidayat, A. Aziz Alimul. (2008). *Pengantar konsep dasar keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- _____ . (2009). *Metode penelitian kebidanan dan teknik analisa data*. Surabaya : Salemba Media.

- Hopkinson, A. (2011). Risk factor in high blood pressure. Blog blood pressure England. Retrieved from <http://www.minusbloodpressure.com>
- Kusmana, D. (2006). *Olahraga untuk orang sehat dan penderita penyakit jantung trias syok & senam 10 menit edisi 2*. Jakarta : FKUI.
- Kuswardhani, R. (2006). Penatalaksanaan hipertensi pada lanjut usia. *Topics in Hypertension elderly*, 51, 40-49. Diakses tanggal 17 Maret 2015.
- Latif, N. (2002). Sosialisasikan Senam Lansia.: <http://www.epsikologi.com>.diakses tanggal 15 November 2014 jam 20.00.
- Lewa., Abdul, F., Dewa, P.P., & Bening, R. (2010). Faktor-faktor risiko hipertensi sistolik terisolasi pada lanjut usia. *Jurnal Berita Kedokteran Masyarakat*, 26 (4), 12-17. Diakses tanggal 5 April 2015.
- Margiyati. (2010). *Pengaruh senam lansia terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di posyandu lansia ngudi waras, dusun kemloko, desa bergas kidul semarang* : <http://eprints.undip.ac.id/16652/> diakses 9 agustus 2011.R11.00.
- Menpora. (2008). *Senam lanjut usia*. Jakarta : Kementrian Pendidikan dan Olahraga.
- Moniaga, Victor., Damajanty H. C. Pangemanan., & J. J. C. Rampengan. 2013. Pengaruh senam bugar lansia terhadap tekanan darah penderita hipertensi di BPLU Senja cerah paniki bawah. *Jurnal e-Biomedik*, 1(2) 785-789. Diakses tanggal 5 April 2015.
- Mubarak, W.I. (2006). *Buku ajar ilmu keperawatan komunitas 2*. Jakarta : Sagung Seto.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2003). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- _____. (2010). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Neutel, J. (2011). Blood pressure-lowering efficacy of an olmesartan Medoxomil/Hydrochlorothiazide-based treatment algorithm in elderly patients (age >65 Years) stratified by age, sex and race. *Original Journal Research Article*, (3). doi:10.1111/j.1524-6175.2001.01136.x/full.
- Nugroho. (2008). *Keperawatan gerontik dan geriatrik edisi 3*. Jakarta : EGC.

- Ohkubo, Takayaki., Atsushi Hozawa., Ryoichi Nagatomi., ect. (2001). Effect of exercise training on home blood pressure values in older adults : a randomized controlled trial. *Journal of Hypertension*, 19 (6), 1045-1052. Diakses tanggal 23 Januari 2015.
- Perry & Potter. (2006). *Fundamental keperawatan konsep proses dan praktek*. Jakarta : Salemba Medika.
- Roni, S. (2009). *Senam vitalisasi otak meningkatkan kognitif lansia*. Jakarta : Salemba Medika.
- Santoso, Hanna dan Andar Ismail. (2009). *Memahami krisis lanjut usia (uraian medis & pedagogis pastoral)*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Saputri, D.E. (2009). Pengaruh keaktifan olahraga senam jantung sehat terhadap tekanan darah pada lanjut usia hipertensi di klub senam jantung sehat Martoyudan Magelang. *Skripsi*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Saryono. (2011). *Metodologi penelitian kesehatan penuntun praktis bagi pemula*. Jogjakarta : Mitra Cendekia Press.
- Soeharto, I. (2004). *Serangan jantung dan stroke hubungannya dengan lemak & kolesterol edisi 2*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Staessen, V. (2005). Ambulatory blood pressure monitoring practical consideration. *Journal of Hypertension*, 8 (4), 103-107.
- Stanley, M. & Beare, P. G. (2006). *Buku ajar keperawatan gerontik*. Jakarta: EGC
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan r dan d*. Bandung : CV. Alfa Beta.
- Sukartini, T., & Nursalam. (2009). Manfaat senam tera terhadap kebugaran lansia. *Jurnal Penelitian Media Eksakta* , 153-158. Diakses tanggal 15 Februari 2015.
- Sukartini, T. (2009). Pengaruh senam terhadap kebugaran lansia. *Jurnal Penelitian Media Eksakta*, Vol. 8, No. 3, Des 2009: 153-158, Available from : <http://journal.unair.ac.id>, diakses tanggal 31 Agustus 2013.
- Sumintarsih. (2006). *Kebugaran jasmani untuk lansia*. Olahraga , 147-160.
- Suroto. (2004). *Buku Pegangan Kuliah Pengertian Senam, Manfaat Senam dan Urutan Gerakan*. Semarang : Unit Pelaksana Teknis Mata Kuliah Umum Olahraga Undip.
- Swartz, & Mark, H. (2003). *Buku ajar diagnostik fisik*. Jakarta: EGC.

- Tambayong, J. (2000). *Patofisiologi untuk keperawatan*. Jakarta. EGC.
- Tamher, S. & Noorkasiani. (2009). *Kesehatan usia lanjut dengan pendekatan asuhan keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Timio, M., & Verdecchia, P. (2005). Blood pressure changer over 20 years in nuns in secluded order. *Journal Hypertension in Elderly*, 4 (1), 60-63. Diakses tanggal 28 Februari 2015.
- World Health Organization (WHO). (2005). Elderly. Retrieved from Institute Website <http://www.who.int/en>
- World Health Organization (WHO). (2011). Physical activity. Retrieved from Institute website: <http://www.who.int/en/>.