DAFTAR PUSTAKA

Aarason, P. I & Ward, J. P. T. (2008). *At a Glance Sistem Kardiovaskuler.* Jakarta : Erlangga.

Agrina. (2011). Kepatuhan Lansia Penderita Hipertensi Dalam Pemenuhan Diet Hipertensi. *Jurnal*, 6 (1), 46 – 53, ISSN 1907 – 364X.

Ali H. (2016). Effect of Progressive Muscle Relaxation on the Fatigue and Quality of Life Among Iranian Aging Persons. *Original Article Acta Medica Iranica, 54 (7), 412-415*

Alimansur M, Choirul A. (2013). Efek Relaksasi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan, 2 (1), ISSN 2303-1433.*

Arikunto, S. (2012). *Prosedur Penelitian*. Cetakan keduabelas. Yogyakarta : Rineka Cipta.

Baradero M, Dayrit W, Siswadi Y. (2008). *Klien Gangguan Ginjal*. Jakarta: EGC.

Darmojo. (2008) . *Buku ajar geriatri (Ilmu Kesehatan Anjut Usia).* Jakarta : FKUI.

Davis. (2010). *Hypertension*. Washington : University of Washington School Of Medicine America Heart Public.

Dickinson HO. (2008). Relaxation therapies for the management of primary hypertension in adults: a Cochrane review. *Journal of Human Hypertension 22, 809–820.*

Dinkes Jateng. (2016). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2012.* Surakarta : Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah.

Gunawan, L. (2007). *Hipertensi Tekanan Darah Tinggi*. Jakarta: Gramedia.

Hanna, M. (2015). Relaksasi untuk Mengurangi Stres Pada Penderita Hipertensi Esensial. *Humanitas 12 (1), 12-28 ISSN 1693-7236.*

Hidayat. AA. (2007). *Metode Penelitian Kebidanan Dan Tehnik Analisis Data.* Surabaya : Salemba Medika.

Indriana, R. (2012). *Grontologi & Progeria* . Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

Isnaini Herawati. (2016). Manfaat Latihan Pengaturan Pernafasan Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Primer. *The 3rd Universty Research Colloquium, ISSN 2407-9189.*

Juni W, Carolina. (2010). *Keperawatan Kardiovaskuler.* Jakarta : Salemba Medika.

Kahija, YH. 2007. *Hipnoterapi. Prinsip*-prinsip *dasar Praktik Psikoterapi.* Jakarta : Gramedia.

Kumutha , V. (2014). Effectiveness of Progressive Muscle Relaxation Technique on Stress and Blood Pressure among Elderly with Hypertension. *IOSR Journal of Nursing and Health Science (IOSR-JNHS) 3(4) Ver. II, ISSN 2320 - 1940*

Marliani L, S Tantan. (2007). *100 Questions & Answer Hipertensi*. Jakarta : Elex Media Komputindo.

Maryam, S dkk. (2008). *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.

Murti, T. (2011). Perbedaan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Sebelum dan Sesudah Pemberian Relaksasi Otot Progresif di RSUD Tugurejo Semarang. *Naskah Publikasi*. STIKES Tlogorejo Semarang.

Muttaqin, Arif. (2009). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler dan Hematologi.* Jakarta : Salemba Medika.

Notoatmodjo, S. (2012). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.

Padila. (2013). *Asuhan Keperawatan Penyakit Dalam.*Yogyakarta : Nuha Medika.

Pollock, M.L. dan Wilmore, J.H. (2008). Exercise in Health and Disease : Evaluation and Prescription for Prevention and Rehabilitation. . Ed. Sauders, Philadelphia.

Potter, P & Perry, A. (2007). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*. Edisi 4, Volume 1. Jakarta : EGC.

Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. (2013). Diakses : http://www.depkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL_KES_PROVINSI_2013/13_Prov_Jateng_2013.pdf

Putri, R. (2014). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Diet Hipertensi Dengan Kejadian Kekambuhan Hipertensi Lansia di Desa Mancasan Wilayah Kerja Puskesmas I Baki Sukoharjo**.** *Naskah publikasi*. Surakarta : FIK UMS.

Ramdhani N, dan Putra A A. (2009). Pengembangan Multimedia "Relaksasi". *Modul Kuliah.* Bagian Psikologi Klinis Fakultas Psikologi UGM.

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2013). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2013. Diakses: dari http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskesdas %20 2013.pdf

Ruhyanudin, F. (2007). *Asuhan Keperawatan Klien Dengan Gangguan System Kardiovaskuler*, Yogyakarta : Mitra Cendikia Press.

Scanlon V dan Sanders T. (2007). *Buku Ajar Anatomi dan Fisiologi (Essentials of Anatomy and Physiology).* Edisi III. Cetakan Pertama. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.

Setyoadi dan Kushariyadi. (2011). *Terapi Modalitas Keperawatan Pada Klien Psikogeriatrik.* Jakarta. Salemba Medika.

Sherwood, L . (2006). Human Physiology from Cells to System, 3th Ed. Brooks/Cole

Stanley. (2007). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Edisi 2. Edisi 2. Alih Bahasa: Eny Meiliya dan Monica Ester. Jakarta: Penerbit buku kedokteran : EGC.

Suhardjono; Sdi. (2014). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta. Penerbit Bumi Aksara.

Tambayong, J. (2006). *Patofisiologi untuk Keperawatan*. Jakarta: EGC.

Udjianti, W. (2011). *Keperawatan Kardiovaskular*. Jakarta: Salemba Medika.

Vancampfort, D. (2013). Progressive Muscle Relaxation In Persons With Schizophrenia: A Systematic Review Of Randomized Controlled Trials. *Article Clinical Rehabilitation*. University Psychiatric Centre Catholic University Leuven, Campus Kortenberg, Kortenberg, Belgium

Wahyuni .(2016). Manfaat Latihan Pengaturan Pernafasan Untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Primer. *The 3rd Universty Research Colloquium* 2016. ISSN 2407-9189

World Health Organization (WHO). (2014). *Global Hypertension Report 2014.* http://www.who.int//fs317/en. Diakses : 29 September 2017.

Yumpin Li, *et al.* (2015). Progressive Muscle Relaxation Improves Anxiety and Depresion of Pulmonary Arterial Hypertension Patients. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine 8* (2), 342-346