

DAFTAR PUSTAKA

- Atmojo, J. T., dkk. (2019). Efektifitas Terapi Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Interest: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(1).
- Ayu D, Sinaga AF, Syahlan N, Siregar SM, Sofi S, Zega RS, Rusdi A & Dila TA. 2022. Faktor Komplikasi Hipertensi Dalam Kaitannya Dengan Pengetahuan Pasien Terhadap Hipertensi Dan Upaya Pencegahannya. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*. Vol. 2 No.2.
- BPS. (2022). Statistik Penduduk Lanjut Usia.
- BPS Sumatera Barat. (2022). Jumlah Penduduk Sumbar Tahun 2022.
- Hulu PT, Salman, Supinganto A, Hastuti P & Syamdarniati. (2020). *Epidemiologi Penyakit Menular: Riwayat, Penularan dan Pencegahan*. Yayasan Kita Menulis. Medan. Cetakan Pertama.
- Kemenkes RI. Riset Kesehatan Dasar 2018. Jakarta: Kemenkes RI. 2018.
- Kemenkes RI. (2022). Teknik Relaksasai Nafas Dalam. Diakses dalam Yankes.kemkes.go.id
- Keputusan Kemenkes RI. Nomor HK.01.07/Menkes/4634/2021 Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Hipertensi Dewasa. Jakarta.
- Kholifah SN. Keperawatan Gerontik. Modul dan Bahan Ajar Cetak Keperawatan. Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia. Badan Pusat Pengembangan dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan. Kemenkes RI. 2016.
- Rika Yulendasari, Djunizar Djamaludin. (2021). Jurnal Pengaruh pemberian teknik relaksasi Benson terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi. *Holistik Jurnal Kesehatan*. 15(2) : 187-196.
- Sjaaf F, Susanti M & Salmi. (2022). Hubungan Indek Masa Tubuh dengan Derajat Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Padang. *Manusia Dan Kesehatan Volume 5, Nomor 3*.
- Salutondok W & Christian Ronald Tanggo CR. (2022). Relationship and Comparison of Hypertension Grade 1 and 2 to the Event of Chronic Renal Failure. *Journal of Complementary and Alternative Medical Research*. 20(1) ; 10 -19

- Simandalahi T, Weni Sartiwi & Elisabeth Novita Angriani L.Toruan. (2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Endurance : Kajian Ilmiah Problema Kesehatan* . 4(3) ; 641- 650.
- Lin S, Yang Y, Qi Q, et al. The Beneficial Effect Of Physical Exercise On Cognitive Function In A Nondementia Ging Chinese population. *Front Aging Neurosci*. 2019 Aug 29;11:238.
- Mukhlis, H., Hardono, N. S. A. H., Purwono, J., & Wahyudi, D. A. (2020). Cupping Therapy For Hypertensive Patients: A Quasi-Experimental Research With Time Series Design. *Journal of Critical Reviews*, 7(14), 1437-1443.
- Muttaqien, F., Studi, P., Dokter, P., et al. (2021). Literatur Review : Pengaruh Latihan Resistensi Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Homeostasis*. 4:399-410
- Simandalahi, T., Sartiwi, W., & Toruan, E. N. A. L. (2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Endurance*, 4(3), 641-650.
- Vonsa, L.D & Anshar, Z. (2022). Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Dengan Kejadian Penyakit Hipertensi Di Wilayah Kerja Rumah Sakit Umum Sundari Medan Tahun 2020. *Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan-Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*. 21(1) ; 129 – 133.
- Wartolah, Eska Riyanti, Nelly Yarden, Santa Manurung, Nurhalimah (2022). Relaksasi “Benson” Menurunkan Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi. *JKEP (Jurnal Keperawatan)* Vol 7, No 2.
- World Health Organization (WHO). (2022). Ageing and Health.
- World Health Organization. (2020). Hypertension. Diakses dalam <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Wartolah, Eska Riyanti, Nelly Yarden, Santa Manurung, Nurhalimah (2022). Relaksasi Benson Menurunkan Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi. *JKEP (Jurnal Keperawatan)* Vol 7, No 2.
- Yulendasari R & Djamaludin D. (2021). Jurnal Pengaruh pemberian teknik relaksasi Benson terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi. *Holistik Jurnal Kesehatan*. 15(2) : 187-196

