

DAFTAR PUSTAKA

- Arief. 2008. *Manfaat Pendinginan Setelah Olahraga*, (<http://www.ariefboy.multiply.com>) di unduh tanggal 20 Mei 2022.
- Arif. M.,. 2019. *Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular*. Jakarta : Salemba Medika.
- Arikunto, S.,. 2016. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta. Jakarta.
- Arita Murwani. 2019. *Perawatan Pasien Penyakit Dalam*. Mitra Cendikia; Yogyakarta, cetakan kedua,
- Brick, L. 2011. *Sugar dengan Senam Tera*. Jakarta: Raja Grafindo
- Brick. L., 2011. *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
- Fatmah. 2020. *Gizi Usia Lanjut*. Jakarta : PT Penerbit Erlangga.
- Hadibroto, 2014. *Hipertensi* . Edisis Pertama. PT. Gramedia Pustaka Utama : Jakarta.
- 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. 2015. *Perkembangan Olahraga Terkini*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada
- Hawari. D., 2017. *Sejahtera di Usia Senja*. Jakarta : FKUI.
- Jain, R. 2011. *Pengobatan alternatif untuk mengatasi tekanan darah* Jakarta:
- Joint National Committee VII. 2013. *US Departement of Healt and Human Services*. NIH Publications.
- Kartari, 2012 *Review Hipertensi di Indonesia Tahun 2000 ke Atas*.
- Kodim Nasrin. *Hipertensi 2012 : Yang Besar Yang Diabaikan*, @ tempointeraktif.com,
- Kowalsky, RE. 2010. *Terapi Hipertensi Program 8 Minggu*. Bandung : Qanita.

- Kuntjoro Z.,2012. *Memahami Mitos dan Realita Tentang Lansia*. E-
psikologi.com
- Lynne B.2011.*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. 2018. *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Salemba Medika. Jakarta.
- 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. 2017. *Keperawatan gerontik*. Jakarta : EGC
- Pearce E. 2006.*Anatomi dan Fisiologi untuk paramedis*, alih bahasa ; Sri Yuliani Handoyo. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- 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
- Price, S.A. 2015. *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. 2017. *Buku Ajar Kardiologi*. Jakarta. FKUI. PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Sharkey, B. J. 2012. *Kebugaran dan Kesehatan*. Jakarta : PT. Rajagrafindo Persada.
- Sherwood, L . 2016, *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.
- Sugiyono. 2009. *Statistika untuk Penelitian*. CV Alfabeta. Bandung.
- Suhardo, M, 2014; *Senam Bugar Lansia AWARA 2004*: Perwosi DIY.FK UGM. Yogyakarta.
- Suryani, Luh, Ketut, 2010, *Menemukan Jati Diri Dengan Meditasi*, Elex Media Komputindo, Jakarta.
- 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, M. and Trubo, R. 1988: *Rahasia Kebugaran dan Pelatihan Olahraga Soviet*, Edisi Bahasa Indonesia, Penerbit ITB