

**DAFTAR PUSTAKA**

- Anggraeni, S. (2009). *Asuhan Keperawatan Hipertensi*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Arikunto, S. (2012). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Edisi Revisi VI. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Dinas Kesehatan RI. (2016). *Pedoman Pengelolaan Kegiatan Kesehatan di Kelompok Usia Lanjut*. Jakarta : Departemen Kesehatan RI.
- Divine, Jon G. (2012). *Program Olah Raga Tekanan Darah Tinggi*. Yogyakarta: Citra Aji Parama.
- Guyton A.C & Hall J.E. (2009). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Edisi 12. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Hastono, P. S. (2011). *Statistik Kesehatan Edisi VI*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Hidayat, Alimul A. (2012). *Pengantar Konsep Dasar Keperawatan*. 2<sup>nd</sup> ed. Jakarta: Salemba Medika.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2013). *Riset Kesehatan Dasar 2012*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Situasi dan Analisis Lanjut Usia*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2015). *Pelayanan dan Peningkatan Kesehatan Usia Lanjut*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Edisi Revisi. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Nugroho, W. (2012). *Keperawatan Gerontik dan Geriatrik*. 5<sup>th</sup> ed. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Perry, A.G. dan Potter, P.A. (2009). *Fundamental of Nursing*. 7<sup>th</sup> ed. Jakarta: Salemba Medika.
- Potter, PA dan Perry, AG. (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses dan Praktik*. Edisi 4. Jakarta: EGC.

- Price, S.A., dan Wilson, L. M., (2010). *Patofisiologi: Konsep Klinis Proses-proses Penyakit*. Edisi 6, Vol. 2. Jakarta: EGC.
- Sani R. (2013). *Yoga Untuk Kesehatan*. Semarang: Dahara Prize.
- Scanlon VC, Sanders T. (2008). *Essentials of Anatomy and Physiology* 5<sup>ed</sup>. Philadelphia: F.A Davis Company.
- Setiawan, Yahmin. (2012). *Olahraga Untuk Lansia*. Jakarta: Erlangga.
- Sindhu P. (2015). *Panduan Lengkap Yoga: Untuk Hidup Sehat Dan Seimbang*. Bandung: Qanita.
- Sindhu, P. (2009). *Yoga Untuk Hidup Sehat*. Bandung: PT Mizan Pustaka
- Smeltzer, C. Suzanne dan Bare G, Brenda. (2002). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta: EGC
- Stanley, M dan Beare, P.G. (2009). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Jakarta: EGC.
- Stockslager, JL. Dan Schaeffer, L. (2008). *Asuhan Keperawatan Geriatrik*. Jakarta: EGC.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Suhardo, M. (2012). *Senam Bugar Lansia Perwosi DIY*. Perwosi Propinsi D.I Yogyakarta. Yogyakarta: Perwosi.
- Sumintarsih. (2011). *Kebugaran Jasmani Untuk Lansia*. Olahraga , 147-160.
- Sumosardjuno, (2012). *Latihan Fisik Sehat Untuk Lansia*. diakses tanggal 10 Februari 2018. <http://www.Pdpersi.co.id>. Tips Latihan Fisik Sehat Untuk Lansia.
- Suroto. (2011). *Buku Pegangan Kuliah: Pengertian Senam, Manfaat Senam dan Urutan Gerakan*. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Susilo, Y., Wulandari, A. (2011). *Cara Jitu Mengatasi Hipertensi*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Sustrani, L. (2010). *Hipertensi*. Edisi Revisi. Jakarta: PT Gramedia Pustaka
- Tilong, A. D. (2015). *Dahsyatnya Air Putih*. Yogyakarta: Flash Book.
- Viklund, Andreas. (2010). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Erlangga.
- WHO. (2011). *Maternal Mortality*. Switzerland: WHO.

Jurnal Ilmiah:

Abdul Majid, Y (2016) "Pengaruh Latihan Yoga Terhadap Kualitas Tidur Peserta Yoga di Jetset Fitness Center Palembang Tahun 2016". E-Jurnal STIKes Muhammadiyah Palembang, Volume 4, Nomor 1, Juni 2016, hlm. 10-13.

Benny dan Khairunnisa (2016) "Pengaruh Senam Jantung, Yoga, Senam Lansia, dan Senam Aerobik, terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lanjut Usia". MAJORITY, Volume 5, Nomor 4, Oktober 2016, hlm. 1-6.

Sundari Miratina J., Suhadi dan Maryati (2014). "Pengaruh Senam Lansia Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia di Panti Wresa Usia Bethany Semarang". Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan (JIKK), Vol. 2. No. 1 Juli 2014, hlm. 1-9.

Moniaga, V., Pangemanan, DH dan Rampengan. (2013). "Pengaruh Senam Bugar Lansia Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi di BPLU Senja Cerah Panika Bawah". Jurnal e-Biodik (eBM) Volume 1, Nomer 2, Juli 2013, hlm. 785-789.