

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, M. Z., Prasetyo, A., Taryatmo, T., Warijan, W., & Ulliya, S. (2022). Efektivitas *Deep Tissue Self Massage Therapy* Dan *Slow Deep Breathing* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Klien Dikeluarga Pedagang Pasar Tradisional. *Care : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 10(3), 421–437. <https://doi.org/10.33366/jc.v10i3.2956>
- Adawiyah, R., Febriani, N., & Fithriana, D. (2020). Pijat Swedia Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Pasien Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Penelitian Dan Kajian Ilmiah Kesehatan*, 6(1), 58–65. <http://lppm.poltekrmfh.ac.id>
- Adi Nugraha, S., Trijyanthi Utama, W., & Sutarto. (2023). Analisis Hipertensi sebagai Faktor Risiko Terjadinya Penyakit Ginjal Kronik. *Jurnal Medula*, 12(4), 600–604.
- Adiputra, I. M. S., Trisnadewi, N. W., & Oktaviani, N. P. W. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Adith, N. A., Yeni Elviani, & Maya Wardan. (2022). *Application of Swedish Massage To Risk Peripheral Perfusion in Effective Patient Hypertension in the Work Area Simpang Perbukit Public Health Center Lubuk Linggau City Year 2022*. *International Journal Of Health Science*, 2(3), 124–128. <https://doi.org/10.55606/ijhs.v2i3.447>
- Agus, A. I., Asnanar, W. O. S., Alam, R. I., & Amir, H. (2021). *Effect Of Complementary Therapy On Hypertension Patients: Systematic Review*. *STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(2), 1499–1508. <https://doi.org/10.30994/sjik.v10i2.855>
- Akbar, H., Hamzah, B., Langingi, A. R. C., & Hamzah, S. R. (2021). Analisis Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health and Science Community*, 5(1), 194–201. <https://doi.org/10.35971/gojhes.v5i1.10039>
- Amalia, A. R., & Usviany, V. (2023). Evaluasi Efek Samping Obat Antihipertensi pada Pasien di RSAU Dr. M Salamun Periode Juni 2023. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 15(2), 1–10.
- Amalia, V. N., & Sjarqiah, U. (2023). Gambaran Karakteristik Hipertensi Pada Pasien Lansia di Rumah Sakit Islam Jakarta Sukapura Tahun 2020. *Muhammadiyah Journal of Geriatric*, 3(2), 62. <https://doi.org/10.24853/mujg.3.2.62-68>

- Aritonang, T. R., Siantar, R. L., & Simanjuntak, F. M. (2021). *The Effectiveness of Steeping Rosella (Hibiscus Sabdariffa) Against Hypertension in the Elderly. International Journal of Science and Society*, 3(1), 412–419. <https://doi.org/10.54783/ijsoc.v3i1.308>
- Atrie, U. Y., Erfina, Y., & Sartika, L. (2023). Perbedaan *Massage Effleurage* Menggunakan *Olive Oil* Dan *Baby Oil* Terhadap Pencegahan Dekubitus Punggung Pasien Stroke Di ICU. *Indonesian Journal of Nursing Health Science*, 8(1), 63–71. <https://doi.org/10.47007/ijnhs.v8i1.6482>
- Ayudi, A. R. (2022). *The Effect of Swedish massage And Sport Massage on the Recovery of Fatigue on Labor Workers or Collectors. International Journal of Multidisciplinary Research and Analysis*, 05(02), 359–365. <https://doi.org/10.47191/ijmra/v5-i2-18>
- Az Zaura, T. A., Rahmawati, & Yanti, S. V. (2023). *Effectiveness of Foot Massage Therapy on Decreasing Blood Pressure in Elderly With Hypertension: A Case Study. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, VII(1), 82–89.
- Cornelia, T. U., Noorrawati, E. D., & Sutarto, A. (2023). *Swedish Massage Menurunkan Tekanan Darah Lansia Hipertensi Di Bangsal Anggrek 2 RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri. Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 1(3), 158–164. <https://mail.jptam.org/index.php/jptam/article/view/5371>
- Dayaningsih, D., Astuti, Y., Yuwinda, N. T., & Rahayu, N. dwi. (2021). *Gambaran Pengetahuan Dan Perilaku Lansia Dengan diabetes Mellitus Tipe II di Wilayah Kota Semarang*. 6(2), 4–7.
- Delano, E. H., Kushartanti, W., Amajida, A., & Humam, M. F. (2025). *The effectiveness of massage therapy combined with stretching toward blood pressure of elderly people with hypertension*. 10(2), 196–207.
- Detty, A. U., Artini, I., Yulian, V. R., Ilmu, D., Fakultas, M., & Universitas, K. (2021). *Pendahuluan Metode*. 10, 12–17.
- Diniyah, U. M., & Sudaryanto, A. (2024). Pengaruh Senam Lansia terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi: Telaah Literature. *Muhammadiyah Journal of Geriatric*, 4(2), 173. <https://doi.org/10.24853/mujg.4.2.173-180>
- Dinkes, J. tengah. (2021). *Profil Kesehatan Jateng 2021*. https://dinkesjatengprov.go.id/v2018/dokumen/Profil_Kesehatan_2021/files/basic-html/page305.html
- Elkheshebi, A., Alakhder, F., & Zarti, S. (2021). *The Effects of Non-Pharmacological Intervention in the Management of Essential Blood Pressure. Alq J Med App Sci*, 4(2), 143–151. <https://alqalam.utripoli.edu.ly/science/eISSN27077179http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

- Elsi Setiandari L.O. (2022). *Hubungan Pengetahuan, Pekerjaan, dan Genetik (riwayat hipertensi dalam keluarga) terhadap perilaku Pencegahan Penyakit Hipertensi*. 5(4), 457–462.
- Eskandari, F., Mousavi, P., Valiani, M., Ghanbari, S., & Iravani, M. (2022). *A comparison of the effect of Swedish massage with and without chamomile oil on labor outcomes and maternal satisfaction of the childbirth process: a randomized controlled trial*. *European Journal of Medical Research*, 27(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s40001-022-00901-x>
- Fadila, E., & Solihah, E. S. (2022). Literature Review Pengaruh Senam Lansia Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Malahayati Nursing Journal*, 4, 462–474.
- Fahriyah, N. R., Winahyu, K. M., & Ahmad, S. N. A. (2021). Pengaruh Terapi Swedish Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi: Telaah Literatur. *Jurnal JKFT*, 6(1), 43. <https://doi.org/10.31000/jkft.v6i1.5309>
- Faradhila, R., Armiyati, Y., & Mustofa, A. (2022). Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi Menggunakan Terapi Pijat Refleksi. *Ners Muda*, 3(3). <https://doi.org/10.26714/nm.v3i3.8220>
- Fritz, S., & Fritz, L. (2020). *Mosby's Fundamentals Of Therapeutic Massage*.
- Ghimire, P., Khadka, A., Anuwatnonthakate, A., & Trongsakul, S. (2020). *Prevalence and Factors Associated With Hypertension Among Health Workers of Central Hospitals in Nepal*. *Indonesian Journal of Public Health*, 15(3), 325–338. <https://doi.org/10.20473/ijph.v15i3.2020.325-338>
- Hajar, S. (2022). *Kuasai Swedish Massage 5 Gerakan Klasik Yang Perlu Diketahui*. Kolej Komuniti Kok Lanas.
- Hariyono. (2020). Buku Ajar Asuhan Keperawatan Sistem Kardiovaskuler Untuk Profesi Ners. In *Repository.Itskesicme.Ac.Id*. <http://repo.stikesicme-jbg.ac.id/4813/1/3>. Buku Ajar Cardio.pdf
- Hastuti, kristiana P., Ningsih, R., & Syahleman, R. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tekanan darah Pada Penderita Hipertensi DI Ruang rawat Inap RSUD Sultan Imanuddin Pangkalan Bun. *Jurnal Borneo Cendekia*, 6(1), 66–75.
- Hidayat, R., & Agnesia, Y. (2021). Faktor Risiko Hipertensi Pada Masyarakat di Desa Pulau Jambu UPTD Blud Kecamatan Kuok Kabupaten Kampar. *Jurnal Ners*, 5(1), 8–19.
- Iddrisu, M., & Khan, Z. H. (2021). *Anesthesia for cesarean delivery: general or regional anesthesia—a systematic review*. *Ain-Shams Journal of Anesthesiology*, 13(1), 1–7. <https://doi.org/10.1186/s42077-020-00121-7>

- Inamudin, Abdullah Asiri, M., & Isloor, A. M. (2020). *Green Sustainable Process for Chemical and Environmental Engineering and Science. In Focus on Catalysts* (Vol. 2020, Issue 3). <https://doi.org/10.1016/j.focat.2020.02.049>
- Istichomah, I. (2020). Penyuluhan Kesehatan Tentang Hipertensi Pada Lansia di Dukuh Turi, Bambanglipuro, Bantul. *Jurnal Pengabdian Harapan Ibu (JPHI)*, 2(1), 24. <https://doi.org/10.30644/jphi.v2i1.369>
- Istriani, H. (2020). Pengaruh *Deep Tissue Massage* Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi. *Jurnal Kesehatan*, 8, 71.
- Kaleluni, D. W. (2024). *Manajemen Sirkulasi: Slow Stroke Back Massage(SSBM) With Olive Oil untuk Masalah Keperawatan Risiko Penurunan Curah Jantung pada Pasien Hipertensi*.
- Kemenkes. (2023). Pedoman Pengendalian Hipertensi Di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama 2024. *Buku Pedoman Pengendalian Hipertensi Di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama*, 1–71.
- Kemenkes, R. (2021). *Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Hemifilia*. Kemenkes Republik Indonesia.
- Kifle, Z. D., Yimenu, D. K., & Kidanu, B. B. (2021). *Complementary and alternative medicine use and its associated factors among hypertensive patients in Debre Tabor General Hospital, Ethiopia. Metabolism Open*, 12, 100132. <https://doi.org/10.1016/j.metop.2021.100132>
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023). Hipertensi ; Artikel review. *Nucl. Phys.*, 13(1), 104–116.
- Lv, Y. (2022). *Association Of Sleep Patterns and Lifestyles With Incident Hypertension : Evidence from a Langer Population- based Cohort Study. PUBMED*. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35433876/>
- M.Burier. (2019). *Adhrence In Hypertension : A review of prevalence, risk factors, impact and management Circulation research*. <https://doi.org/10.1161?CIRCRESAHA.118.313220>
- Magfira Maulia, Henni Kumaladewi Hengky, & Herlina. (2021). Analisis Kejadian Penyakit Hipertensi Di Kabupaten Pinrang. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 4(3), 324–331. <https://doi.org/10.31850/makes.v4i3.614>
- Mahyuvi, T., Prasetyo, J., Puspitasari, Y., Amar, M., & Kristiya, D. (2023). Penyuluhan: Meningkatkan Perilaku Penanganan Hipertensi di Masyarakat. *Jurnal Abdi Kesehatan Dan Kedokteran*, 2(2), 18–23. <https://doi.org/10.55018/jakk.v2i2.35>
- Masruri, A. B. (2020). *pengaruh Swedish Amssage dan Massage Kebugaran Pasca Aktivitas Fisik (MKPF) Terhadap Tekanan Darah Dan denyut Nadi Setelah Melakukan Aktivitas Olahraga* (Vol. 2507, Issue February).

- Massa, Manafe, K., & Arini, L. (2022). Kepatuhan Minum Obat Hipertensi Pada Lansia. *Sam Ratulangi Journal of Public Health*, 2(2), 046. <https://doi.org/10.35801/srjoph.v2i2.36279>
- Maulina, N. E. (2024). Pengaruh Swedis Massage Terhadap Tekanan Darah dan Nadi pada Penderita Hipertensi. *Universitas Duta Bangsa Surakarta*. https://eprints.udb.ac.id/id/eprint/3145/?utm_source=chatgpt.com
- Maulina, N. E., Ulkhusanah, muzaroah E., & Mursudarinah. (2025). Pengaruh Swedia Massage Terhadap Tekanan Darah Dan Nadi Pada Penderita Hipertensi. *British Medical Journal*, 2(5474), 1333–1336. <https://doi.org/10.1136/bmj.2.5474.1333>
- Moh Hanafi, Pramono Giri Kriswoyo, & Sigit Priyanto. (2022). *Description of Knowledge and Attitude of Elderly Companion After Receiving Training on Elderly Health Care*. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 65–73. <https://doi.org/10.46815/jk.v11i1.71>
- Natalia, D., Lestari, rizki M., & Dita Wasthu Prasida. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pra Lansia. *Citra Delima : Jurnal Ilmiah STIKES Citra Delima Bangka Belitung*, 2(1), 23–30. <https://doi.org/10.33862/citradelima.v2i1.9>
- Nurhayati, U. A., Ariyanto, A., & Syafriakhwan, F. (2023). Hubungan Usia Dan Jenis Kelamin Terhadap Kejadian Hipertensi. *Jurnal Kedokteran STM (Sains Dan Teknologi Medik)*, 6(1), 53–59. <https://doi.org/10.30743/stm.v6i1.349>
- Nurhidayati, I., Aniswari, A. Y., Sulistyowati, A. D., & Sutaryono, S. (2019). Penderita Hipertensi Dewasa Lebih Patuh daripada Lansia dalam Minum Obat Penurun Tekanan Darah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 13, 4–8.
- Nursiswati, N., Sugiharto, F., & Maniatunufus, M. (2023). Pengaruh Terapi *Swedish Massage* dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi : Sebuah *Narrative Review*. *Malahayati Nursing Journal*, 5(4), 1234–1252. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i4.8346>
- Pertiwi, A. N. L., Nafiah, N. N., & Oktaviani, Y. E. (2021). Penatalaksanaan Fisioterapi untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia yang Mengalami Hipertensi dengan Metode Slow Deep Breathing dan *Swedish Massage Therapy* di Desa A. Yani Pura. *Jurnal Kajian Ilmiah Kesehatan Dan Teknologi*, 3(1), 7–17. <https://doi.org/10.52674/jkikt.v3i1.43>
- Pradono, J. (2020). *Hipertensi Pembunuh Terselubung Di Indonesia*.
- Prasetyo, R. F., & Prajayanti, E. D. (2024). *Penerapan Swedish Massage untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Kelurahan Mojosongo Kota Surakarta*. 3.

- Pristiyani, K., & Mujahid, I. (2020). Efektifitas Terapi Rendam Kaki Air Hangat Dan Pijat Refleksi Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 541–554. <https://repository.ump.ac.id/16990/>
- Puji, K. R., Kasumawati, L., Ratnaningtyas, Indah, F. O., Sari Fenita, T. P., Bahri, S., Zulfikar Adha, M., El Zafira Hadi STIKes Widya Dharma Husada Tangerang, T., Pajajaran Raya No, J., & Selatan, T. (2024). Upaya Meningkatkan Aktivitas Fisik Untuk Mengurangi Risiko Hipertensi Di Puskesmas Pondok Cabe Ilir Kota Tangerang Selatan *Efforts To Increase Physical Activity To Reduce the Risk of Hypertension At Pondok Cabe Ilir Health Center South Tangerang City. Jurnal Abdi Masyarakat*, 5(1), 259–273.
- Putra, S., & Susilawati. (2022). Pengaruh Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi di Indonesia (A: Systematic Review). *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6, 15794–15798.
- Raditya, A. P. B., Anggraini, S. V. A., Kusumawati, V. D., & Juhdeliena, J. (2023). Efektivitas Terapi *Swedish Massage* sebagai Upaya Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi: Kajian Literatur. *Journal of Bionursing*, 5(1), 14–30. <https://doi.org/10.20884/1.bion.2023.5.1.162>
- Rahayu, A. (2020). *Terapi Komplementer Pada Hipertensi*. Pustaka Taman Ilmu.
- Ramadhan, M. (2021). *Metode Penelitian*. Cipta Media Nusantara(CMN),2021. <http://www.scribd.com/document/763735968/Metode-Penelitian-Ramadhan-2021>
- Rikani, & Darmareja, R. (2024). *Penerapan Swedish Massage Dalam Asuhan Keperawatan untuk Peubahan Indikator Nyeri pada Pasien Hipertensi: Studi Kasus. 07(2023)*, 1–11. <https://doi.org/10.36729>
- Ritanti. (2020). Pengaruh *Swedish Massage* Terhadap Hipertensi. *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 5.
- Sakti, I. P., & Luhung, M. (2025). *Buku Ajar Penatalaksanaan Lansia Hipertensi*. PT. Literasi Nusantara Abadi Group. https://kubuku.id/detail/buku-ajar-penatalaksanaan-lansia-hipertensi/104966?utm_source=chatgpt.com
- Sakti, I. P., Luhung, M., Literasi, P. T., Abadi, N., Perumahan, G., Joyo, P., Residence, A., Kecamatan, M., Kota, L., No, A. I., Cipta, H., Penata, R. A., & Isbn, N. F. (2023). *Buku Ajar Penatalaksanaan Lansia hipertensi*.
- Saputra, S., & Huda, S. A. (2023). Penurunan Nyeri Kepala Melalui Teknik Relaksasi Autogenic Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 14(1), 345–353. <https://doi.org/10.26751/jikk.v14i1.1621>
- Sembiring, F., Ginting, A. A. Y., Tumanggor, L. S., Rupang, E. R., Barus, M., & Sitanggang, Y. B. (2025). Penerapan *Swedish Massage* Pada Lansia Penderita Hipertensi di Graha Senior Karya Kasih Medan. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 7, 133–138.

- Setiani, D., & Bunga, C. L. (2023). Penerapan Pijat *Effleurage* Dengan Topikal Minyak Kelapa Murni Pada Ekstremitas Terhadap Penurunan Tekanan Darah. *Husada Mahakam: Jurnal Kesehatan*, 13(1), 8–18.
- Shafi. (2023). Efektivitas *Traditional Massage* Dan *Swedish Massage* Dalam Menurunkan Tingkat Kelelahan Dan Meningkatkan Kualitas Tidur Pada Pekerja Pasca Covid-19. *Universitas Negeri Yogyakarta*.
- Situmorang, I. M. B., Mukaromah, N., Tanjung, A., & Tanfil. T, A. (2023). Sosialisasi Pemanfaatan Minyak Kelapa Murni (*Virgin coconut oil*) di Desa Lenggah Sari. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 3(2), 275–280. <https://doi.org/10.52436/1.jpmi.1012>
- SKI. (2023). *Bahaya Hipertensi Mengintai Anak Muda Indonesia*. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/bahaya-hipertensi-mengintai-anak-muda-indonesia/>
- Sonhaji, S., Afriani, A. I., & Utami, R. M. (2024). Pengaruh Terapi Pijat Swedia Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Posbindu Kabupaten Pati. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 8(2), 73–77. <https://doi.org/10.33655/mak.v8i2.195>
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Sutopo (ed.); 2nd ed.). ALFABETA, CV.
- Sumiyarsi, I., Nugraheni, A., Mulyani, S., & Cahyanto, E. B. (2021). *Pengaruh Tekanan Darah Terhadap Aktivitas Fisik Lansia Effects of Blood Pressure on Physical Activity of the Elderyl*. 9(1), 136–141.
- Suntara, D. A., Roza, N., & Rahmah, A. (2021). Hubungan Hipertensi Dengan Kejadian Stroke Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Sekupang Kelurahan Tanjung Riau Kota Batam. *Jurnal Inovasi Peneliti*, 1(10).
- Susanti, N. K. M., Ayubbana, S., & Sari, S. A. (2022). Penerapan Terapi Relaksasi *Guided Imagery* Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Ruang Penyakit Jantung Rsud Jenderal Ahmad Yani Tahun 2021. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(1), 96–102. <http://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/297%0A> <https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/download/297/183>
- Susilo, W. W. M. (2024). *Penerapan Swedish Massage Therapy Pada Pasien Hipertensi Dengan Gangguan Pola Tidur*.
- Syaidah Marhabatsar, N., & Sijid, A. (2021). Review: Penyakit Hipertensi Pada Sistem Kardiovaskular. *Prosiding Biologi Achieving The Sustainable Development Goals With Biodiversity In Confroting CLimate Change*, 7(1), 72–78. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb>

- Tambunan, F. F., Nurmayni, Rahayu, P. R., Sari, P., & Sari, S. I. (2021). *Hipertensi Si Pembunuh Senyap* (R. A. Harahap (ed.)). Penerbit CV. Pusdikra Mitra Jaya, Medan.
- Tampake, R., Jurana, Krisdianto, D., & Ra'bung, A. S. (2022). *Hubungan Gaya Hidup dengan Terjadinya Hipertensi pada Lansia Di Puskesmas Talise* *Relationship between Lifestyle and Hypertension in the Elderly at Puskesmas Talise*. xxx(xxx).
- Theodoridis, X., Triantafyllou, A., Chrysoula, L., Mermigkas, F., Chroni, V., Dipla, K., Gkaliagkousi, E., & Chourdakis, M. (2023). *Impact of the Level of Adherence to the DASH Diet on Blood Pressure : A Systematic Review and Meta-Analysis*.
- Tika, T. T. (2021). Pengaruh Pemberian Daun Salam (*Syzygium polyanthum*) Pada Penyakit Hipertensi. *Jurnal Medika*, 03(01), 1260–1265. <http://www.jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/download/263/177>
- Uchmanowicz. (2019). *Self-reported Medication Adherence Measure With Morisky Scales in elderly Hypertensive Patients And its Determinants*.
- Udani, G., Amperaningsih, Y., Rahmayati, E., & Sari, P. K. (2023). Pengaruh *Hand Massage* Minyak Zaitun Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Preoperasi Laparotomy. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 8(1), 62. <https://doi.org/10.52822/jwk.v8i1.514>
- Ulkhusanah, M. E., Priliana, W. K., Widiastuti, A., & Sani, F. N. (2023). *Massage Swedia* menurunkan Tekanan darah Pada *Sweden massage Reduces Blood Pressure in Hypertension*. *Jurnal Ilmiah Pemenang JIP*, 5(1), 54–59.
- Wati, N. anjar, Ayubana, S., & Purnowo, J. (2023). Penerapan *Slow Deep Breathing* Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rsud Jend. Ahmad Yani Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(1), 1–5.
- WHO. (2023). *Hypertension*. WHO. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- WHO. (2024). *Hari Hipertensi Sedunia 2024: Ukur Tekanan Darah Anda secara Akurat, Kendalikan, Hidup lebih lama*. WHO. <http://www.who.int/srilanka/news/detail/17-05-2024-world-hypertension-day-2024-measure-your-blood-pressure-accurately-control-it-live-longer>
- Widyaningrum, T. (2020). Pengaruh *Swedish Massage* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Ruang Rawat Inap RS An-Nisa Tangerang Tahun 2020. *Jurnal Health Sains*, 1(4), 243–251. <https://doi.org/10.46799/jhs.v1i4.42>
- Wintika, Z. Z. Z., Nugroho, sri hananto, & Margono. (2021). Penerapan Teknik *Swedish Massage* untuk Menurunkan Kadar Glukosa Darah pada Penderita

Diabetes Melitus Tipe 2. *Universitas Muhammadiyah Magelang*, 01(02), 4–11.

- Wiranto, E., Tambunan, L. N., & Baringbing, E. P. (2023). Hubungan Pengetahuan dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Jekan Raya Kota Palangka Raya Provinsi Kalimantan Tengah. *Jurnal Surya Medika*, 9(1), 226–232. <https://doi.org/10.33084/jsm.v9i1.5189>
- Wulandari, A. (2022). Evaluasi Pemberian Dan Penggunaan Obat Antihipertensi Pada Pasien Lansia Di Puskesmas Sukarami Palembang. *INPHARNMED Journal (Indonesian Pharmacy and Natural Medicine Journal)*, 5(2), 17. <https://doi.org/10.21927/inpharnmed.v5i2.1919>
- Yunding, J., Megawaty, I., & Aulia, A. (2021). Efektifitas Senam Lansia Terhadap Penurunan Tekanan darah: Literature Review. *Burneo Nursing Journal*, 3(1), 23–32. <https://akperyarsismd.e-journal.id/BNJ>
- Yunus, M. H., Kadir, S., & Lalu, N. A. S. (2023). *the Relationship Between Salt Consumption Patterns and the Incidence of Hypertension in the Elderly At the Kota Tengah Health Center*. *Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health and Science Community*, 7(1), 163–171. <https://doi.org/10.35971/gojhes.v7i1.16279>
- Yusnita, U. (2020). Analisis Efek Samping Penggunaan Obat Hipertensi Captopril Pada Pasien Rsud Kabupaten Enrekang. *Jurnal Artikel*, 5(1), 28–32.
- Yuswatiningsih, E., & Suhariati, H. I. (2021). Hubungan tingkat pendidikan dengan kemandirian lansia dalam memenuhi kebutuhan sehari hari. *Hospital Majapahit*, 13(1), 61–70.