

DAFTAR PUSTAKA

- Anggoro, F. P., Faradisa, E., & Astuti, N. D. (2024). Pengaruh Penerapan *Isometric handgrip exercise* Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di RSUD dr. Soedono Madiun. *Kesehatan Masyarakat*, 1–7.
- Anggri Yanti. (2021). Workshop Terapi *Isometric handgrip* Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 2775–2437.
- Baffour-Awuah, B., Pearson, M. J., Dieberg, G., Wiles, J. D., & Smart, N. A. (2023). An evidence-based guide to the efficacy and safety of isometric resistance training in hypertension and clinical implications. *Clinical Hypertension*, 29(1), 1–13.
- Bata Bani, P. N. (2023). Pengaruh *Isometric handgrip* Exercise Dan Terapi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Raflesia*, 5(2), 65–76. <https://doi.org/10.33088/jkr.v5i2.973>
- Darajat, A. M., & Luqiana, R. (2022). Pengaruh latihan *isometric handgrip* terhadap tekanan darah penderita hipertensi pada lansia: Literature review. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 16(4), 289–299. <https://doi.org/10.33024/hjk.v16i4.7548>
- Ekarini, N. L. P., Wahyuni, J. D., & Sulistyowati, D. (2020). Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Usia Dewasa. *Jkep*, 5(1), 61–73.
- Elka Fitri, D., Ulfah Ayudytha, A., Syafrizal, R., & Rahmawati, N. (2024). Implementasi Terapi *Isometric handgrip exercise* (Ihg) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Upt. Panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Kota Pekanbaru. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 4, 125–131.
- Elsi Setiandari L.O. (2022). Hubungan Pengetahuan, Pekerjaan dan Genetik (riwayat hipertensi dalam keluarga) Terhadap Perilaku Pencegahan Penyakit Hipertensi. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(4), 457–462.
- Kartika, M., Subakir, S., & Mirsiyanto, E. (2021). Faktor-Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Rawang Kota Sungai Penuh Tahun 2020. *Jurnal Kesmas Jambi*, 5(1), 1–9.
- Mala Rizqiya, D. N. A. N. (2023). Trend Kejadian Hipertensi dan Pola Distribusi Kejadian Hipertensi dengan Penyakit Penyerta secara Epidemiologi di Indonesia. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 1(3), 367–375.
- Masriadi, Idrus, H. H., & Baharuddin, A. (2022). Determinan Epidemiologi Kejadian Hipertensi Kehamilan. *Window of Health : Jurnal Kesehatan*, 5(2), 592–601.
- Muhammad Fuad Iqbal. (2025). Analisis Kejadian Hipertensi Dengan Pendekatan Epidemiologi Deskriptif Pada Data Surveilans Daerah Khusus Ibukota

- Jakarta. *Intan Husada : Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 13(01), 159–169.
- Muhammad Yunus., Nanda, G. A. D., Hartutik, S., & Haryani, N. (2021). Penerapan *Isometric handgrip* Exercise Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Kelurahan Joyotakan. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 7(8), 3353–3360.
- Nur Saputri, I., Winandari, F., Eka Kristiningsih, A., Bethesda Yakkum Yogyakarta, S., & Bethesda Yogyakarta, R. (2023). *Isometric handgrip exercise Pada Pasien Chronic Kidney Disease Yang Menjalani Hemodialisis Dengan Hipertensi : Studi Kasus*. 173–178.
- Nurbaiti, N., Adawiah, R., Chantika, R. D., & Haerani, H. (2025). Studi Epidemiologi Deskriptif Pasien Hipertensi Berdasarkan Data Rekam Medis Rawat Jalan Dirumah Sakit TK III DR.R Soeharsono Banjarmasin. *Jurnal Penelitian Multidisiplin Bangsa*, 1(8), 925–935.
- Prastiani, D. B., Rakhman, A., & Umaroh, S. (2023). Penerapan *Isometric handgrip exercise* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Derajat 1. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 2(2), 447–454.
- Risqiya, P. N. (2023). Hubungan Hipertensi Terhadap Kejadian Stroke. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 922–926.
- Ristya Widiyawati-Dias1, R. M., Kelompok, P., & Bidang Kesehatan, D. (2017). *olahraga Efek Akut dan Kronis Latihan Pegangan Tangan Isometrik terhadap Variabel Kardiovaskular pada Pasien Hipertensi: Tinjauan Sistematis*. 1–11.
- Sari Ramatillah, A. P. (2020). *Perbedaan Pengaruh Progressive Muscle Relaxation dengan Latihan Isometrik handgrip terhadap Hipertensi pada Lansia : Narrative Review*.
- Siregar, T., & Ratnawati, D. (2021). Pemberdayaan Lansia dalam Mengatasi Hipertensi dengan Terapi *Isometric handgrip exercise* di Kelurahan Limo Kota Depok. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Ilmu Keguruan Dan Pendidikan*, 4(1), 53–60.
- Tri Widyastuti Handayani., Ivoni Seran, A. L., ELepa, M., Becora, P., Timor-Leste, D., & Giri Satria Husada, A. (2021). Gambaran Tingkat Pengetahuan Penderita Hipertensi Terkait Penyakit Hipertensi. *Jurnal Keperawatan GSH*, 10(1), 27–32.
- Sinaga, A. F., Syahlan, N., Siregar, S. M., Sofi, S., Zega, R. S., Annisa, A., & Dila, T. A. (2022). Faktor - Faktor Yang Menyebabkan Hipertensi Di Kelurahan Medan Tenggara. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10 (
- Siswanto, S., & Arini, L. (2020). Faktor Penyebab Hipertensi Pada Lansia: Literatur Review. *Ahmar Metastasis Health Journal*, 1(3), 112–117. <https://doi.org/10.53770/amhj.v1i3.11>
- Widiyawati, F. R., Alfianti, D., Pohan, V. Y., & Mariyam. (2022). Penerapan *Isometric handgrip exercise* Dan Slow Deep Breathing Exercise Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Klien Hipertensi.