

DAFTAR PUSTAKA

- Abduh, M., Alawiyah, T., Apriansyah, G., Sirodj, R. A., & Afgani, M. W. (2022). Survey Design: Cross Sectional dalam Penelitian Kualitatif. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Komputer*, 3(01), 31–39. <https://doi.org/10.47709/jpsk.v3i01.1955>
- Agustin, F., Hartoyo, & Saftarina, F. (2024). Pengaruh Terapi Dzikir terhadap Tekanan Darah dan Kualitas Hidup pada Lansia. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(1).
- Alisa, N. F. (2023). Hikmah dan Manfaat Puasa Bagi Kesehatan. *Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 1251–1261.
- Amalia, R. A., Hasanah, N., & Padoli. (2022). Aktivitas Fisik pada Lansia Hipertensi di Posyandu Lansia Kelurahan Pacar Kembang Surabaya. *Jurnal Keperawatan*, 16(2), 53–58.
- Amarya, S., Singh, K., & Sabharwal, M. (2018). Ageing Process and Physiological Changes. In *Gerontology*. InTech. <https://doi.org/10.5772/intechopen.76249>
- Amin, F. N., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep Umum Populasi dan Sampel dalam Penelitian. *Jurnal Kajian Islam Kontemporer*, 14(1), 15–31.
- Amirah, Amanda, D. N., Nurhidayah, M. T., & Ramadhani, Y. T. (2023). Menjaga Kesehatan Tubuh dalam Perspektif Islam. *Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 1(5), 373–380.
- Andriyani. (2019). Kajian Literatur pada Makanan dalam Perspektif Islam dan Kesehatan. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 15(2), 178–198.
- Aziz, D. (2023). Implementasi Olahraga Memanah Dalam Pembentukan Karakter Religius Anak Berbasis Pendidikan Islam (Studi Kasus Anak Usia 6-12 Tahun di Master Archery Club Pangkalpinang). *Lenternal: Learning and Teaching Journal*, 4(1), 49–57. <https://doi.org/10.32923/lenternal.v4i1.2881>
- Budiyanto. (2020). Konsep Kesehatan dalam Al-Qur'an dan Hadis. *Al-Bayan: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Hadist*, 3(2), 157–173.
- Bunayar. (2022). Pendidikan Jasmani dan Olahraga (Dalam Hadis-Hadis Tentang Olahraga). *Dimar Jurnal Pendidikan Islam*, 3(2), 253–275.

- Chasanah, S. U., & Sugiman, S. S. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Derajat Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Berbah Sleman Yogyakarta. *An-Nadaa Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 119. <https://doi.org/10.31602/ann.v9i2.6683>
- Chasanah, U. S., & Sugiman. (2022). Hubungan Aktifitas Fisik Dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Berbah Sleman Yogyakarta. *An-Nadaa: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 119–124.
- Dewi, A. A. R., & Ayuningtyas, D. (2023). Health Prevention Interventions for the Control of Hypertension: a Systematic Review. *Journal of Social Research*, 2(6), 2036–2044. <https://doi.org/10.55324/josr.v2i6.962>
- Djuddah, M. S., Abubakar, A., & Mahfudz, M. (2024). Wudhu dalam Tinjauan Islam, Kesehatan Jasmani dan Psikis. *Jurnal Ushuluddin*, 26(1), 134–143.
- Ekasari, F. M., Suryati, S. E., Badriah, S., Narendra, R. S., & Amini, I. F. (2022). *Hipertensi: kenali penyebab, tanda gejala, dan penanganannya* (A. Jubaedi, Ed.). Poltekkes Kemenkes.
- Fadhillah, N. R., & Rindarwati, Y. A. (2023). Pengaruh Edukasi Terapi Non Farmakologi pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Delima*, 5(2), 117–121.
- Handayani, F., Hia, D. M., Pujiyanti, R., & Namuwali, D. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Flobamora Nursing Jurnal*, 3(1), 13–20.
- Hardiyan, R., Sukmono, Y., & Tambunan, W. (2021). Hubungan Pengetahuan, Pelatihan, Penggunaan APD dan Fasilitas Kesehatan dan Keselamatan Kerja Terhadap Kecelakaan Kerja pada Proses Pengelasan di PT. Barokah Galangan Perkasa. *Journal Of Industrial and Manufacture Engineering*, 5(1), 55–64. <https://doi.org/10.31289/jime.v5i1.4304>
- Haryanti, A., Siregar, N. A., Seprizal, N. H., Arifah, M., & Rahmadani, A. N. (2024). Efek Menguntungkan Dari Sa'i Dalam Ibadah Haji Terhadap Kesehatan Fisik Tubuh . *Intelletika: Jurnal Ilmiah Mahasiswa* , 2(5), 232–239.

- Hayes, P., Ferrara, A., Keating, A., McKnight, K., & O'Regan, A. (2022). Physical Activity and Hypertension. *Reviews in Cardiovascular Medicine*, 23(9), 302. <https://doi.org/10.31083/j.rcm2309302>
- Hikmah, K., -, H., Adisasmita, A. C., Riyadina, W., & Kristanti, D. (2023). The effect of altered physical activity on hypertension: a longitudinal study in Indonesia. *Journal of Public Health and Development*, 21(1), 225–238. <https://doi.org/10.55131/jphd/2023/210117>
- Ika, Rohani, Ananda, S., & Safitri, S. (2023). Pandangan Islam Tentang Kesehatan Dan Higenitas . *Jurnal Pendidikan, Sains Dan Teknologi*, 2(3), 516–524.
- Immanuela, F. J., Noveyani, E. A., & Meikalynda, A. (2023). Epidemiologi Deskriptif Hipertensi di Puskesmas Arjasa Kabupaten Jember . *SEHATRAKYAT (Jurnal Kesehatan Masyarakat)*, 2(1), 148–159.
- Irawan, D., Siwi, S. A., & Susanto, A. (2020). Analisis Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kejadian Hipertensi. *Journal of Bionursing*, 2(3), 164–166. <https://doi.org/10.20884/1.bion.2020.2.3.70>
- James, P. A., Oparil, S., Carter, B. L., Cushman, W. C., Dennison-Himmelfarb, C., Handler, J., Lackland, D. T., LeFevre, M. L., MacKenzie, T. D., Ogedegbe, O., Smith, S. C., Svetkey, L. P., Taler, S. J., Townsend, R. R., Wright, J. T., Narva, A. S., & Ortiz, E. (2014). 2014 Evidence-Based Guideline for the Management of High Blood Pressure in Adults. *JAMA*, 311(5), 507. <https://doi.org/10.1001/jama.2013.284427>
- Jasmin, R., Avianty, I., & Noor Prastia, T. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tingkat Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Pancasan Kecamatan Bogor Barat tahun 2021. *Promotor*, 6(1), 49–52. <https://doi.org/10.32832/pro.v6i1.117>
- Jasmin, R., Avianty, I., & Prastia, N. T. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tingkat Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Pancasan Kecamatan Bogor Barat tahun 2021. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 6(1), 49–52.
- Kamriana, Sumarmi, Oktaviana, D., & Hismawati, H. (2024). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas

- Pattallassang Kabupaten Takalar. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 10(1), 127–131.
- Kartika, J., & Purwaningsih, E. (2020). Hubungan Obesitas pada Pra Lansia dengan Kejadian Hipertensi di Kecamatan Senen Jakarta Pusat Tahun 2017-2018. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 16(1), 35–40.
- Kemenkes. (2018). *Hipertensi*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Khasanah, D. N. (2022). The Risk Factors Of Factors Of Hypertension in Indonesia (Data Study Of Indonesian Family Life Survey 5). *Journal of Public Health Research and Community Health Development*, 5(2), 80. <https://doi.org/10.20473/jphrecode.v5i2.27923>
- Kusumo, P. M. (2020). *Buku Pemantauan Aktivitas Fisik* (1st ed.). The Journal Publishing.
- Lestari, Y. N. K., & Saraswati, I. G. N. L. (2019a). Gambaran Aktifitas Fisik Pada Penderita Hipertensi. *Caring*, 3(2), 35–39.
- Lestari, Y. N. K., & Saraswati, I. G. N. L. (2019b). Gambaran Aktivitas Fisik Pada Penderita Hipertensi. *Caring*, 3(2), 35–39.
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, A. E. (2023a). Hipertensi. *Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 2(2), 100–117.
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, A. E. (2023b). Hipertensi. *Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 2(2), 100–117.
- Mailita, W., & Suci, H. (2024). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kualitas Hidup Lansia di Puskesmas Andalas Padang Tahun 2024. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Seroja Husada*, 1(5), 292–302.
- Masoli, J. A. H., Sheppard, J. P., & Rajkumar, C. (2022). Hypertension management in older patients—Are the guideline blood pressure targets appropriate? *Age and Ageing*, 51(1). <https://doi.org/10.1093/ageing/afab226>
- Noor, R., Harliansyah, & Widayanti, E. (2023). Hubungan Kualitas Hidup terhadap Harga Diri Lansia Selama Pandemi Covid-19. *Cerdika: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 3, 12–19.
- PERHI. (2023). *Panduan Promotif dan Preventif Hipertensi 2023* (A. A. Lukito, Ed.). Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia.

- PERKI. (2015). *Pedoman Tatalaksana Hipertensi pada Penyakit Kardiovaskular* (1st ed.). Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia.
- Riskesdas. (2018). *Riset Kesehatan Dasar, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementrian RI, Jakarta.*
- Ruhardi, R., Nugroho, W. A., & Mahardhani, A. J. (2021). Olahraga Kebugaran dan Kesehatab dalam Perspektif Islam. *Pelangi: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Islam Anak Usia Dini*, 3(2), 64–80. <https://doi.org/10.52266/pelangi.v3i2.677>
- Rumlah, S. (2022). Budaya Olahraga di Masyarakat sebagai Fenomena Sosial terhadap Kesehatan Jiwa dan Kebugaran Jasmani Lansia. *Jejak: Jurnal Pendidikan Sejarah & Sejarah*, 2(1), 94–100. <https://doi.org/10.22437/jejak.v2i1.20481>
- Salahudin, & Rusdin. (2020). Olahraga Menurut Pandangan Agama Islam. *Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan*, 3, 457–464.
- Saputa, D., Hidayat, R., & Muhammad. (2023). Urgensi Kesehatan Jasmani dalam Pendidikan Islam. *Jurnal MUDARRISUNA: Media Kajian Pendidikan Agama Islam*, 13(3), 160–170.
- Setiorini, A., Agustiningasih, D., & Yunus, J. (2022). Angka Kejadian Hipertensi Pada Pemetik Teh Lansia di Kemuning, Karanganyar. *Muhammadiyah Journal of Geriatric*, 2(2), 49. <https://doi.org/10.24853/mujg.2.2.49-54>
- Sherwood, L. (2014). *Fisiologi Manusia dari Sel ke Sistem (Introduction To Human Physiology)* (8th ed.). EGC.
- Siregar, Y. (2023). Pendidikan Lingkungan dan Kesehatan dalam Perspektif Al-Qur'an. *Journal of Islamic Education El Madani*, 2(2), 85–92.
- Solomon, M., Shiferaw, B. Z., Tarekegn, T. T., GebreEyesus, F. A., Mengist, S. T., Mammo, M., Mewahegn, A. A., Mengiste, B. T., & Terefe, T. F. (2023). Prevalence and Associated Factors of Hypertension Among Adults in Gurage Zone, Southwest Ethiopia, 2022. *SAGE Open Nursing*, 9, 237796082311534. <https://doi.org/10.1177/23779608231153473>
- Suraseranivong, R. (2022). Physiologic Changes in The Elderly. *Greater Mekong Subregion Medical Journal*, 2(2), 129–140.

- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., Khan, N. A., Poulter, N. R., Prabhakaran, D., Ramirez, A., Schlaich, M., Stergiou, G. S., Tomaszewski, M., Wainford, R. D., Williams, B., & Schutte, A. E. (2020). 2020 International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines. *Hypertension*, 75(6), 1334–1357.
- WHO. (2012). *Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ)* (pp. 1–22). World Health Organization .
- WHO. (2022). *Global status report on physical activity 2022*.
- Wirakhmi, N. I., & Purnawan, I. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Hipertensi Pada Lanjut Usia di Puskesmas Kutasari. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat*, 7(1), 61–67.
- Yusi, A., Maulana, T. G., & Ridho, M. (2023). Mengoptimalkan Olahraga dan Kegiatan Fisik untuk Meningkatkan Kualitas Ibadah. *Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 1(2), 573–577.
- Yuswatiningsih, E., & Suhariati, I. H. (2021). Hubungan Tingkat Pendidikan dengan Kemandirian Lansia dalam Memenuhi Kebutuhan Sehari hari. *Hospital Majapahit*, 13(1), 61–70.
- Zhou, B., Carrillo-Larco, R. M., Danaei, G., Riley, L. M., Paciorek, C. J., Stevens, G. A., Gregg, E. W., Bennett, J. E., Solomon, B., Singleton, R. K., Sophiea, M. K., Iurilli, M. L., Lhoste, V. P., Cowan, M. J., Savin, S., Woodward, M., Balanova, Y., Cifkova, R., Damasceno, A., ... Ezzati, M. (2021). Worldwide trends in hypertension prevalence and progress in treatment and control from 1990 to 2019: a pooled analysis of 1201 population-representative studies with 104 million participants. *The Lancet*, 398(10304), 957–980. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(21\)01330-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)01330-1)