

DAFTAR PUSTAKA

- Adha, D., Efendi, Z., Edyyul, I. A., Alisa, F., & Afrizal. (2024). *Isometric Handgrip Exercise* menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 7(2), 617–624.
- Adiputa, I.M.S., Trisnadewi, N. W. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (1st ed., Number July). Yayasan Kita Menulis.
- Aditya, N. R., & Mustofa, S. (2023). Hipertensi: Gambaran Umum. *Majority*, 11(2), 128–138.
- Aini, L., Astuti, L., Setiawan, & Sari, E. N. (2025). Pengaruh terapi *Isometric Handgrip Exercise* terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Pakjo Palembang. *Jurnal Kesehatan Abdurahman Palembang*, 14(1), 1–11.
- Almeida, J. P. A. de S., Bessa, M., Lopes, L. T. P., Gonçalves, A., Roever, L., & Zanetti, H. R. (2021). *Isometric Handgrip Exercise training reduces resting systolic blood pressure but does not interfere with diastolic blood pressure and heart rate variability in hypertensive subjects: a systematic review and meta-analysis of randomized clinical trials*. *Hypertension Research*, 44(9), 1205–1212
- Alydrus, N. L. (2023). Pemeriksaan tekanan darah Kel. Pallengu di Kab Jeneponto. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Teknologi Kesehatan*, 3(4), 16–20.
- Ambarita, R., Rina, F. A., & Suparmi, C. B. (2025). Pengaruh *Isometric Handgrip Exercise* terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Padukuhan Papringan, Catur Tunggal, Depok, Sleman, Yogyakarta. *Caring : Jurnal Keperawatan*, 14(1), 47–55. <https://doi.org/10.29238/caring.v14i1.2780>
- Andika, G. A., & Graharti, R. (2025). Update on hypertension guidelines: A literature review. *Medical Profession Journal of Lampung*, 15(3), 580–585. <https://doi.org/10.53089/MEDULA.V15I3.1682>
- Angraini, A., Fitriani, A., Anggraini, A. P., Etisia, A. A., Yuri, D. D., & Putri, A. O. (2023). *Silent killer bahaya hipertensi*. Tangguh Denara Jaya.
- Arfina, A., Febtrina, R., Kharisna, D., & Artikel, I. (2024). PENGARUH SLOW DEEP BREATHING TERHADAP TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 20(1). <https://doi.org/10.26753/jikk.v20i1.1352>
- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia 2023 dalam Angka*.
- Dewanti, N., & Diana, M. (2024). Hubungan diet rendah serat dan aktivitas fisik dengan angka kejadian hipertensi pada dewasa. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 12(2), 98–102.

- Dinas Kesehatan Kota Batam. (2025). *Pelayanan kesehatan penderita hipertensi*.
- Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Riau. (2022). *Profil Kesehatan Provinsi Kepulauan Riau Tahun 2021*.
- Edwards, J. J., Coleman, D. A., Ritti-Dias, R. M., Farah, B. Q., Stensel, D. J., Lucas, S. J. E., Millar, P. J., Gordon, B. D. H., Cornelissen, V., Smart, N. A., Carlson, D. J., McGowan, C., Swaine, I., Pescatello, L. S., Howden, R., Bruce-Low, S., Farmer, C. K. T., Leeson, P., Sharma, R., & O'Driscoll, J. M. (2024). *Isometric Exercise Training and Arterial Hypertension: An Updated Review*. In *Sports Medicine* (Vol. 54, Number 6). Springer International Publishing.
- Ekasari, M. F., Suryati, E. S., Badriah, S., Narendra, S. R., & Amini, F. I. (2021). *Hipertensi: Kenali penyebab, tanda gejala dan penanganannya* (A. Jubaedi, Ed.).
- Elviani, N., Andari, F. N., Wijaya, A. K., & Artikel, I. (2024). PENGARUH AIR REBUSAN DAUN KELOR (*Moringa oleifera*). *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 20(1). <https://doi.org/10.26753/jikk.v20i1.1334>
- Fajri, U. N., Sari, D. N., & Cahyaningrum, L. A. (2023). Faktor determinan penyakit tidak menular (hipertensi dan diabetes melitus) pada usia produktif di Kabupaten Banjarnegara. *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(3), 615–633.
- Fajriyah, N., Rosliany, N., Kristanto, B., Diyono, Kristiani, R. B., Ryandini, F. R., Rohmah, U. N., & Jona, R. N. (2023). *Buku Referensi Keperawatan Medikal Bedah: Sistem Kardiovaskular Berdasarkan 3S* (C. M. Orizani, Ed.). Eureka Media Aksara.
- Fiana, F. K., & Indarjo, S. (2024). Analisis faktor-faktor yang memengaruhi kejadian hipertensi. *HIGEIA Journal of Public Health Research and Development*, 8(1), 1–11.
- Halim, F., Wahyudi, A., & Asiani, G. (2025). Analisis faktor risiko kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Karang Raja, Kota Prabumulih. *Health Caring: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 4(2). <https://doi.org/doi.org/healthcaring.v4n2.2025>
- Hananti, W. L., & Simatupang, R. (2025). The application of *Isometric Handgrip Exercise* on hypertensive patients. *Journal of Borneo Nursing Insights (JBNI)*, 1(1), 1–12.
- Herlinah, Gustina, E., & Priyatno, A. D. (2024). Analisis faktor penyebab penyakit hipertensi. *Jurnal 'Aisyiah Medika*, 9(2), 123–142.
- Hintari, S., & Fibriana, A. I. (2023). Hipertensi pada penduduk usia produktif (15-59 tahun) di wilayah kerja Puskesmas Pageruyung, Kabupaten Kendal. *HIGEIA Journal of Public Health Research and Development*, 7(2), 208–218.
- Isyanto, H., Wahid, A. S., & Ibrahim, W. (2021). Desain alat monitoring real time suhu tubuh, detak jantung dan tekanan darah secara jarak jauh melalui smartphone berbasis internet of things smart healthcare. *RESISTOR (Elektronika Kendali*

Telekomunikasi Tenaga Listrik Komputer), 5(1), 39–48.

- Javidi, M., Ahmadizad, S., Argani, H., Najafi, A., Ebrahim, K., Salehi, N., Javidi, Y., Pescatello, L. S., Jowhari, A., & Hackett, D. A. (2022). Effect of Lower- versus Higher-Intensity Isometric Handgrip Training in Adults with Hypertension: A Randomized Controlled Trial. *Journal of Cardiovascular Development and Disease*, 9(9), 1–14. <https://doi.org/10.3390/jcdd9090287>
- Kendariah, A., & Fairuz. (2023). Analisis faktor risiko terhadap kejadian hipertensi pada dewasa muda di Kota Jambi. *Scientific of Environmental Health And Diseases*, 4(1), 1–7.
- Khoeriyah, A., Suntara, D. A., & Febrina, T. Y. (2024). Hubungan kualitas tidur, konsumsi natrium dan lemak dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Batu Aji Kota Batam. *Ensiklopedia of Journal*, 6(3), 13–19.
- Kristina, Y., B. B, F., Suweni, K., & Sinaga, E. (2024). Peningkatan pengetahuan masyarakat melalui pendidikan kesehatan dalam rangka pencegahan hipertensi di GMAHK Jemaat Kolayinuk. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(4), 1415–1428.
- Kurniati, E., Siokal, B., Ramli, R., Hardiyanti, S., & Putri, S. (2025). Penerapan terapi isometrik handgrip untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Maccini Sawah. *JICN: Jurnal Intelek Dan Cendikiawan Nusantara*, 2(4), 5140–5144.
- Kusniawati, & Yuflihah, S. (2025). The effect of *Isometric Handgrip Exercise* therapy on reducing blood pressure in hypertension patient. *Jurnal Kesehatan Cendikia Jenius*, 2(2), 160–165. <https://doi.org/10.70920/JENIUS.V2I2.179>
- Kusuma, N. D., & Ariwibowo, D. D. (2025). Gambaran komplikasi hipertensi di RSUD Cengkareng tahun 2021–2022. *Jurnal Sehat Indonesia*, 7(1), 370–381.
- Lubis, I. D., Khalil, K. A., R, N., A, N. I., A, R. P., & Z, N. P. (2025). Edukasi memahami secara umum penyakit hipertensi dan penyakit infeksi saluran pernafasan atas. *Jurnal Pandu Husada*, 6(3), 61–67.
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023). Hipertensi: artikel review. *Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 2(2), 100–117.
- Marsela, A. D., & Samiasih, A. (2023). Studi kasus penerapan teknik handgrip exercise terhadap penurunan tekanan darah. *Ners Muda*, 4(2), 169–176.
- Masriadi. (2019). *Epidemiologi penyakit tidak menular* (T. Ismail, Ed.). CV. Trans Info Media.
- Mawaddah, M., Hibatullah, F., & Iskandar, S. (2024). Pengaruh *Isometric Handgrip Exercise* terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi. *Jurnal Riset Media Keperawatan*, 7(2), 65–70.

- Millar, P. J., McGowan, C. L., Cornelissen, V. A., Araujo, C. G., & Swaine, I. L. (2014). Evidence for the role of isometric exercise training in reducing blood pressure: potential mechanisms and future directions. *Sports Medicine*, 44(3), 345–356. <https://doi.org/10.1007/s40279-013-0118-x>
- Muaemana, Shafwan, A., & Nirwana. (2024). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Tumbu-Tumbu Jaya Kecamatan Kolono Timur tahun 2024. *Jurnal Penelitian Sains Dan Kesehatan Avicenna*, 3(3), 249–257.
- Naldi, F., Juwita, L., & Silvia. (2025). Pengaruh latihan isometrik untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. *REAL in Nursing Journal (RNJ)*, 5(1), 8–17.
- Nurhaedah, Sutarna, A., Abdullah, D., Haedir, Aditia, D., Adam, J. d'Arc Z., & Erliana, C. I. (2023). Pemeriksaan kesehatan tekanan darah di Kantor Kelurahan Biraeng, Kecamatan Minasatene, Kabupaten Pangkep. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(3), 120–125.
- Nurhaliza, L., & Taufik, A. (2025). The implementation of isometric handgrip exercises to reduce blood pressure in patients with hypertension: case report. *International Journal of Biomedical Nursing Review*, 4(1), 11–15.
- Nurhayati, U. A., Ariyanto, A., & Syafriakhwan, F. (2023). Hubungan usia dan jenis kelamin terhadap kejadian hipertensi. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 363–369.
- Nursalam. (2015). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan: pendekatan praktis* (A. Suslia & P. P. Lestari, Eds.; 4th edition). Salemba Medika.
- Oktarina, A., & Ayub, M. S. (2024). Analisis faktor risiko kejadian hipertensi di Puskesmas Amplas Kota Medan. *Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan – Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*, 23(2), 62–70. <https://doi.org/https://doi.org/10.30743/ibnusina>
- Oktavia, Y., Andora, N., & Warni, H. (2023). Pengaruh Latihan Isometrik Handgrip Exercise Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Negara Ratu Lampung Utara. *Nusantara Journal of Multidisciplinary Science*, 1(3), 613–623. <https://jurnal.intekom.id/index.php/njms/article/view/124>
- Pakpahan, M., Siregar, D., Susilawaty, A., Mustar, T., Ramdany, R., Manurung, E. I., Sianturi, E., Tompunu, M. R. G., Sitanggang, Y. F., & Maisyarah, M. (2021). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan* (R. Watianthos, Ed.). Yayasan Kita Menulis.
- Paputungan, F. (2023). Karakteristik Perkembangan Masa Dewasa Awal Developmental Characteristics of Early Adulthood dan mengharuskan dirinya untuk berkecimpung dengan masyarakat bersama dengan tahapan kehidupan selanjutnya , karena telah mampu menyelesaikan tugas untuk mencipta. *Journal of Education and Culture (JEaC Universitas Bina Mandiri, Fakultas Ilmu Pendidikan*, 3(3–9).

- Patongloan, N., Darmawan, S., & Dewi, I. (2021). Determinan faktor risiko terjadinya hipertensi. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 1(4), 475–482.
- 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. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v2i2.1829>
- Putri, F. A., Dasuki, & Astuti, A. (2024). Pengaruh *Isometric Handgrip Exercise* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. *Media Husada Journal of Nursing Science*, 5(3), 102–110. <https://mhjns.widyagamahusada.ac.id>
- Putri, M. P. D., Suyasa, I. P. G. E. A., & Budiapsari, P. I. (2021). Hubungan antara dislipidemia dengan kejadian hipertensi di Bali tahun 2019. *AMJ (Aesculapius Medical Journal)*, 1(1), 8–12.
- adiputa, I.M.S., Trisnadewi, N. W. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (1st ed., Number July). Yayasan Kita Menulis.
- Rahayu, U. M., Prayitno, B., Purnomo, S. E. C., & Sudiarto, S. (2025). Effectiveness of Isometric Handgrip Exercise in Reducing Blood Pressure in Hypertension Patients. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 7(4), 523–530.
- Rahmi, B. F., Efitra, Sartika, W., Muchtar, M., & Fadriyanti, Y. (2023). Hubungan perilaku dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi dengan derajat hipertensi pada pasien hipertensi di Kelurahan Balai Gadang wilayah kerja Puskesmas Air Dingin. *Jurnal Keperawatan Sehat Mandiri*, 1(1), 1–9.
- Rahmawati, & Kasih, R. P. (2023). Hipertensi usia muda. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Mahasiswa Malikussaleh*, 2(5), 11–26.
- Rispawati, B. H., Ernawati, & Riskawaty, H. M. (2025). Pengaruh terapi *Isometric Handgrip Exercise* terhadap perubahan tekanan darah pada klien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Babakan. *Journal Sport, Science, Health and Tourism of Mandalika (Jontak)*, 6(1), 43–56.
- Rosyidah, M. M. & R. (2020). Buku Ajar Mata Kuliah Statistika “Aplikasi di Dunia Kesehatan” (M. S. Hanum Galuh Ratmana, Ed.; Cetakan Pe). UMSIDA Press (Universitas Muhammadiyah Sidoarjo).
- Salangka, A., Rante, A., & Rasyid, D. (2024). Terapi non farmakologi dalam pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi: literature review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(5), 1094–1100. <https://doi.org/10.56338/mppki.v7i5.4995>
- Sapardi, V. S., Desnita, R., & Surya, D. O. (2025). Efektivitas terapi komplementer terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi: tinjauan literatur. *Jurnal Penelitian Kesehatan Global Indonesia*, 7(2), 671–680.
- Sary, A. N., Hasrinal, H., Dasril, O., Rosa, A. F., & Marsyah, F. (2025). Skrining kesehatan primer dan faktor risiko hipertensi pada peserta JKN di Semarang. *Ensiklopedia of Journal*, 7(2), 67–75. <https://doi.org/10.33559/EJO.V7I2.2874>

- Simanjuntak, E. Y., Aryani, N., Siambaton, J. C., & Ningsih, S. D. (2023). Gaya hidup berhubungan tekanan darah pada penderita hipertensi pada masa pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan*, 7(1), 1–7.
- Sudirman, A. N., & Monoarfa, S. C. (2024). Efektifitas metode edukasi terstruktur terhadap perubahan perilaku penderita hipertensi di Desa Bulotalangi. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 10(4), 682–690.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Cetakan ke). Cv Alfabeta.
- Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Syafriati, A. (2023). *Keperawatan medikal bedah: Sistem kardiovaskular* (M. Amwaro, Ed.). Morgensonne Media.
- Tanua, B. Y. P. S. S. Z. D. S. (2025). Faktor Risiko Hipertensi pada Usia Dewasa dan Lansia. *Wiraraja Medika : Jurnal Kesehatan*, 15(2), 8–15. <https://doi.org/10.24929/fik.v15i2.4123>
- Telaumbanua, A. C., & Rahayu, Y. (2021). Penyuluhan dan edukasi tentang penyakit hipertensi. *Jurnal Abdimas Saintika*, 3(1), 119–124.
- Tika, T. T. (2021). Pengaruh pemberian daun salam (*Syzygium polyanthum*) pada penyakit hipertensi: Sebuah studi literatur. *Jurnal Medika Hutama*, 3(1), 1260–1265.
- Yanti, D. A., & Rizkia, D. (2022). Pengaruh terapi isometric handgrip terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Batang Kuis. *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi (JKF)*, 4(2), 124–131. <https://doi.org/10.35451/jkf.v4i2.948>
- Yendrial, V. A., & Deski, F. I. (2025). Efektifitas *Isometric Handgrip Exercise* dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. *JIK (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 9(1), 172–179. <https://doi.org/10.33757/jik.v9i1.1285>
- Wahyuni, Ardika, N. A., & Noorratri, E. D. (2024). Analisis Faktor Usia Dan Pekerjaan Terhadap Terjadinya Penyakit Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 20(2), 143. <https://doi.org/10.26753/jikk.v20i2.1481>
- Zaen, A. R., & Rahayu, S. R. (2024). Faktor yang mempengaruhi perbedaan tekanan darah antar lengan pada penderita hipertensi. *HIGEIA Journal of Public Health Research and Development*, 8(2), 274–284.
- Zaiyan, M. (2025). Edukasi definisi dan klasifikasi hipertensi pada masyarakat Desa Lau Beker. *Krepa: Kreativitas Pada Abdimas*, 7(2).
- Zethira, A. T., Hendrati, L. Y., Diyanah, K. C., Pawitra, A. S., Jasmine, M., Syahputri, R. P., Alvionita, A. A., Khaerati, M., Bratajaya, K. D. M., Prabasanti, M., Suryanegara, E., Rahayu, A.-Z. H. P., Liviansyah, N. Z., Arif, M. R. S., & Siregar,

F. C. (2024). Hipertensi sebagai silent killer disease: Edukasi pada masyarakat beresiko di Desa Pekuwon. *Jurnal Layanan Masyarakat (Journal of Public Services)*, 8(2), 200–209.

Zulafiyah, Sukarmin, & Purnomo, M. (2025). Hubungan jenis terapi obat hipertensi terhadap tekanan darah pada hipertensi di Puskesmas Welahan I. *Jurnal Sisthana*, 10(1), 37–42.