

## DAFTAR PUSTAKA

- Achmad, S. (2017). PENGARUH SENAM TERA TERHADAP PENURUNAN KADAR GLUKOSA DARAH PASIEN DM PESERTA PROLANIS DI UPT PUSKESMAS CANGKREP PURWOREJO. *Naskah Publikasi*.
- Afriza, D; Dewi, A P; Amir, Y. (2020) 'Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah pada Lansia yang menderita Hipertensi', JOM FKp, 7(1), pp. 36–43.
- Anggraini, Silvia Nora, and Novry Fitri Yanti. 2019. "Efektifitas Kompres Ekstrak Jahe Terhadap Nyeri Sendi Lansia Dengan Arthritis Gout Di Panti Sosial Tresna Werda Khusnul Khotimah Pekanbaru." *Health Care : Jurnal Kesehatan* 7(2): 69–76.
- Amir, S. M. J., & Kandidat, H. W. D. P. (2015). KADAR GLUKOSA DARAH SEWAKTU PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS BAHU KOTA MANADO. *Jurnal E-Biomedik*, 3. <https://doi.org/10.1093/hq/s6-VIII.184.7-b>.
- Badan Pusat Statistik Kota Samarinda. 2020. <https://samarindakota.bps.go.id> ( 5 juni 2020)
- Budi, Ragil Setya . 2016. Gambaran Aktivitas Fisik dan Kualitas Tidur Lansia. Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas Muhammadiyah Purwokerto. <https://repository.ump.ac.id> (5 april 2020)
- Candra, Yustina Meyka. 2019. Pengaruh Senam Tera Tergadap Penurunan Kecemasan Pada Lansia Usia 60-74 Tahun 2019. Fakultas Ilmu

- Keolahragaan. UNNES. <http://lib.unnes.ac.id/> (13 november 2020)
- Dewi, Sofia Rhosma. 2014. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta : Deepublish
- Devi, Merina Silvia. 2018. Hubungan Konsumsi Sayur dan Buah Dengan Perubahan Tekanan Darah Pada Mahasiswa Ilmu Keperawatan di UMKT. Fakultas Ilmu Kesehatan dan Farmasi. UMKT. <https://paperless.umkt.ac.id> (15 Desember 2020)
- Dinata, W. W. (2015). MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA MELALUI SENAM YOGA. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 11.
- Dinkes Kota Samarinda. 2020. Profil Kesehatan Kota Samarinda Tahun 2017. Dinas Kesehatan Kota Samarinda. <http://dinkessamarinda.com/> (10 Agustus 2020)
- Donsu, J.D.T. 2017. Metodologi Penelitian Keperawatan. Yogyakarta: Pustakabarupress
- DPP Senam Tera. (2009). *Senam Tera Indonesia*. Indonesia. Retrieved [https://www.youtube.com/watch?v=fJnHpVnF\\_J8&t=894s&spfreload=10](https://www.youtube.com/watch?v=fJnHpVnF_J8&t=894s&spfreload=10)
- Ellis Makawekes, Levi Suling, V. K. (2020). Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Tekanan Darah Pada Usia Lanjut 60-74 Tahun. *Jurnal Keperawatan*, 8(1), 83–90.
- Fadlilah, S., Hamdani Rahil, N., & Lanni, F. (2020). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Tekanan Darah Dan Saturasi Oksigen Perifer (Spo2). *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada, Spo* 2, 21–30.

<https://doi.org/10.34035/jk.v11i1.408>

Firdha Novitasari, Baskoro Setioputro, R. (2013). PENGARUH SENAM TERA TERHADAP KADAR GULA DARAH LANSIA DENGAN DIABETES MELITUS DI KECAMATAN SUMBERSARI KABUPATEN JEMBER. *Jurnal Kesehatan Dr. Soebandi*, 1, 41–49.

Frihastuti, N. (2018). Survei Kadar Gula Darah Lansia Pada Komunitas Senam Lansia Di Kota Malang. *Jurnal Sport Science*, 6(1).  
<http://journal2.um.ac.id/index.php/sport-science/article/view/526>

Herdianti, Helen Mefriani, F. Y. S. (2020). Determinan Kadar Glukosa Darah Pegawai di Lingkungan Kerja Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Riau. *Kampurui Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(2), 30–35.  
<https://ejournal.lppmunidayan.ac.id/index.php/kesmas/article/view/229>

Hidayat. A. Alimul Aziz, 2015 Metodologi Penelitian Keperawatan Dan Kesehatan. Jakarta: Salemba Medika

\_\_\_\_\_, 2017 Metodologi Penelitian Keperawatan Dan Kesehatan. Jakarta: Salemba Medika

Kemkes RI. 2018. Profil Kesehatan Indonesia 2017. Jakarta: Kemkes RI. <https://www.kemkes.go.id/> (7 juni 2020)

Kemkes RI. 2020. Profil Kesehatan Indonesia 2019. Jakarta: Kemkes RI. <https://www.kemkes.go.id/> (7 juni 2020)

Kholifah, S.N. (2016). Modul Bahan Ajar Cetak Keperawatan Gerontik. Jakarta: Kemkes RI Pusdik SDM Kesehatan

Malinti, E., & Elon, Y. (2019). Hubungan asupan natrium, kalium; indeks

masa tubuh, lingkaran pinggang dengan tekanan darah pria dewasa muda. *Riset Informasi Kesehatan*, 8(1), 1.  
<https://doi.org/10.30644/rik.v8i1.213>

Mikhayandi John Lede, Tanto Hariyanto, V. M. A. (2018). Pengaruh Kadar Gula Darah Terhadap Penyembuhan Luka Diabetes Mellitus di Puskesmas Dinoyo Malang. *Nursing News*, 3(1), 550–556.

Mildawati, Diani, N., & Wahid, A. (2019). Hubungan Usia, Jenis Kelamin dan Lama Menderita Diabetes dengan Kejadian Neuropati Perifer Diabetik. *Caring Nursing Journal*, 3(2), 31–37.

Moniaga, V. (2013). Pengaruh Senam Bugar Lansia Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Bplu Senja Cerah Paniki Bawah. *Jurnal E-Biomedik*, 1(2), 785–789. <https://doi.org/10.35790/ebm.1.2.2013.3635>

Muhammad Basri, Baharuddin K, & Sitti Rahmatia. (2020). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kadar Glukosa Darah Puasa Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Di Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15(1), 46–50.  
<https://doi.org/10.35892/jikd.v15i1.326>

Notoatmojo, Soekidjo. (2012). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta

Nuraini, B. (2015). Risk Factors of Hypertension. *J Majority*, 4(5), 10–19.

Nurayati, L., & Adriani, M. (2017). Hubungan Aktifitas Fisik dengan Kadar Gula Darah Puasa Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. *Amerta Nutrition*, 1(2), 80. <https://doi.org/10.20473/amnt.v1i2.6229>

- Nursalam, 2013. Konsep Penerapan Metode Penelitian Ilmu Keperawatan.  
Jakarta: Salemba Medika
- , 2016. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan  
Praktis. Ed. 4. Jakarta Salemba Medika
- Oktavia, Nova. (2015). Sistematika Penulisan Karya Ilmiah. Yogyakarta:  
Deepublish.
- PERKENI, 2019, Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di  
Indonesia, PERKENI, Jakarta.
- Platini, H., Pebrianti, S., & Maulana, I. (2019). Tera Gymnastic Effective For  
Patient With Hypertension. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 7(3),  
216–221. <https://doi.org/10.24198/jkp.v7i3.991>
- Putri, Y. S., & Bakti, A. P. (2019). Pengaruh Senam Tera Terhadap Nyeri  
Sendi Lutut Di Posyandu Lansia Usia 60-69 Tahun Kakak Tua RW 08  
Kelurahan Tandes Surabaya S1 Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu  
Olahraga, Universitas Negeri Surabaya. *Kesehatan Olahraga*, 07  
*Nomor 0*.
- Rahima, E. K. (2017). Adaptasi Faal Tubuh Terhadap Latihan Hatha Yoga  
Pada Lansia Penderita Hipertensi Rahima 1 , Endang Kustiningsih 2.  
*Jurnal Ilmiah Universitas Batnghari*, 17(2), 169–177.
- Rahman, M. Fathur. 2018. Pengaruh Air Rebusan Daun Salam (*Syzyglum  
polyanthum*) Terhadap Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes  
Mellitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Wonorejo Samarinda.  
Fakultas Kesehatan dan Farmasi. UMKT. <https://paperless.umkt.ac.id/>

(6 desember 2020)

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018. <http://www.depkes.go.id> (10 Agustus 2020)

Rofika, A., & Yuniastuti, A. (2018). Effectiveness of Tera Gymnastics and Healthy Heart Gymnastics on Blood Pressure Among Elderly With Hipertension in Sinomwidodo Village, Tambakromo Subdistrict, Pati District. *Effectiveness of Tera Gymnastics and Healthy Heart Gymnastics on Blood Pressure Among Elderly With Hipertension in Sinomwidodo Village, Tambakromo Subdistrict, Pati District*, 3(1), 7–12.

Rudi, A., & Kwureh, H. N. (2017). Faktor Risiko Yang Mempengaruhi Kadar Gula Darah Puasa Pada Pengguna Layanan Laboratorium. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan: Wawasan Kesehatan*, 3(2). <https://doi.org/10.31227/osf.io/d3kes>

Sandi, Heri. 2017. Pengaruh Senam Tera Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda. Prodi Ilmu Keperawatan. Stikes Muhammadiyah Samarinda. <https://paperless.umkt.ac.id/> (3 november 2020)

Senja, Amalia dan Tulus Prasetyo. 2019. Perawatan Lansia Oleh Keluarga Dan Care Giver. Jakarta : Bumi Medika.

Siti Aisyah Z P. 2017. Pengaruh Senam Tera Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan (Ansietas) Pada Lansia Di Panti Tresna Werdha Hargo

- Dedali Surabaya. Fakultas Keperawatan. Universitas Airlangga Surabaya. <http://repository.unair.ac.id> (4 april 2020)
- Sugiyono. 2013. Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2016. Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Supriyono, S. (2019). Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan Tekanan Darah Sistole pada Peserta Pelatihan Manajemen Puskesmas. *Jurnal Inspirasi*, 10(1), 32–48. <https://doi.org/10.35880/inspirasi.v10i1.62>  
(Yosi, 2016)
- Suratun. (2020). TINGKAT STRES DAN KUALITAS TIDUR DENGAN KADAR GULA DARAH KLIEN DIABETES MELITUS DI RUMAH SAKIT MUHAMMADIYAH PALEMBANG Suratun. *Jurnal Masker Medika*, 8(1), 53–57
- Susanti, S., & Bistara, D. N. (2018). Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 3(1), 29. <https://doi.org/10.22146/jkesvo.34080>
- Uswatul Khasanah, S. N. (2020). PENGARUH SENAM TERA TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI. *Indonesian Journal of Nursing Science and Practice*, 3(1), 7–13.
- WHO. 2015. *Data Lansia Indonesia*. Jakarta: World Health Organization.

Yosi, M. S. (2016). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan DM tipe 2 pada lansia di puskesmas segiri kelurahan sidodadi samarinda ulu*. Prodi S1 ilmu kesehatan masyarakat: stikes muhammadiyah samarinda. <https://paperless.umkt.ac.id/> (15 juni 2021),.