

- Breathing Exercise. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(1), 255-262. <https://doi.org/https://doi.org/10.31539/jks.v5i1.2917>
- Arnett,D.K., Blumenthal, R. S., Albert, M.A., Buroker, A.B., Goldberger, Z. D., Hahn, E. J., Himmelfarb, C. D., Khera, A., Lloyd-Jones, D., McEvoy, J. W., Michos, E.D., Miedema, M. D., Munoz, D., Smith, S. C., Virani, S. S., Williams, K. A., Yeboah, J., & Ziaeian, B. (2019). 2019 ACC/AHA Guideline on the Primary Prevention of Cardiovascular Disease. *Journal of the American College of Cardiology*. <https://doi.org/10.1016/j.jacc.2019.03.010>
- Boitchi, A. B., Naher, S., Pervez, S., & Anam, M. M. (2021). Patients' Understanding, Management Practices, and Challenges Regarding Hypertension : A Qualitative Study among Hypertensive Women in a Rural Bangladesh. *Heliyon*, 7(7), e07679.
- Cahyani, Y.E. (2019). *Gambaran Self Management Penderita Hipertensi Di Puskesmas Grogol Kabupaten Sukoharjo*. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Naskah Publikasi.
- Dinas Kesehatan. 2020. Profil Kesehatan Kota Bandung Tahun 2020. <https://dinkes.bandung.go.id/wp-content/uploads/2021/08/Versi-4-Profil-Kesehatan-Kota-Bandung-Tahun-2020.pdf>
- Emiliana, N., Fauziah, M., Hasanah, I., & Rahma Fadlilah, D. (2021). Analisis Kepatuhan Kontrol Berobat Pasien Hipertensi Rawat Jalan pada Pengunjung Puskesmas Pisangan Tahun 2019. *Jurnal Kajian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat*, 1(2), 119–132.
- Estrada, D., Sierra, C., Soriano, R. M., Jordán, A. I., Plaza, N., & Fernández, C. (2019). Grade of Knowledge of Hypertension in Hypertensive. *Enfermería Clínica (English Edition)*, 30(2), 99-107.
- Fandinata Selly Septi, Ernawati Iin. 2020. *Management Terapi Pada Penyakit Degeneratif (Diabetes mellitus dan Hipertensi) : Mengenal, Mencegah dan Mengatasi Penyakit Degeneratif (Diabetes mellitus dan Hipertensi)*. Gresik : Penerbit Graniti. https://www.google.co.id/books/edition/Management_terapi_pada_penyakit_degenera/oFIMEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=0
- Fahkurnia, Widho. (2017). *Gambaran Self-Care pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Gatak Kabupaten Sukoharjo*. Skripsi, Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Surakarta. Surakarta
- Fernalia, Keraman Buyung, Putra Rahmad Satrio. (2021). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN SELF CARE MANAGEMENT PADA PASIEN HIPERTENSI. Bengkulu : *Jurnal Keperawatan Silampari*. e-ISSN : 2581-1975. p-ISSN : 2597-7482.
- Fernalia, F., Busjra, B., & Jumaiyah, W. (2019). Efektivitas Metode Edukasi Audiovisual terhadap Self Management pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(1), 221–233. <https://doi.org/10.31539/jks.v3i1.770>

- Firmansyah, R. S. (2020). Hubungan Latar Belakang Budaya Keluarga dengan Dukungan Keluarga dalam Pencegahan Primer Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Windusengkahan Kabupaten Kuningan. *Journal of Nursing Practice and Education*, 01(01), 30–42.
- Harrison, David G, Thomas M. Coffman, and Christopher S. Wilcox. (2021). Circulation Research: American Heart Association. 128 (7): 847-863. <https://doi.org/10.1161/CIRCRESAHA.121.318082>
- Hasnawati. (2021). HIPERTENSI. Jogjakarta : PENERBIT KBM INDONESIA Anggota IKAPI. https://books.google.co.id/books?id=EtKEAAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=hipertensi+adalah&hl=id&newbks=1&newbks_redir=1&sa=X&ved=2ahUKEwiw-aS_jcP4AhW32TgGHUkTDc8Q6AF6BAgEEAI
- Johnson, H. M., Sullivan-Vedder, L., Kim, K. M., McBride, P. E., Smith, M. A., LaMantia, J. N., Fink, J. T., Knutson-Sinaise, M. R., Zeller, L. M., & Lauver, D. R. (2019). Rationale and Study Design of the My Heart study: A Young Adult Hypertension Self-Management Randomized Controlled Trial. *Contemporary Clinical Trials*, 78(November 2018), 88–100.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Laporan Kinerja Dinas Kesehatan Tahun 2018.
- Kemendes RI. (2019). Hipertensi Si Pembunuh Senyap. Kementrian Kesehatan RI, 1–5. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-hipertensi-si-pembunuh-senyap.pdf>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2019. Hari Hipertensi Dunia 2019: Know Your Number, Kendalikan Tekanan Darahmu Dengan Cerdik. <Http://P2ptm.Kemkes.Go.Id/>
- Ko, D., Bratzke, L. C., & Roberts, T. (2018). Self-Management Assessment in Multiple Chronic Conditions: A Narrative Review of Literature. *International Journal of Nursing Studies*, 83, 83–90. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2018.04.009>
- Kurnia Anih. (2021). *SELF-MANAGEMENT HIPERTENSI*. Surabaya : Jakad Media Publishing. Anggota IKAPI No. 222/JTI/2019. https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=a18XEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=related:EZV7Aqdt3mUJ:scholar.google.com/&ots=PfEt3va-9U&sig=wnXu-VaOQtY7j8zU4bC9mvs0DZc&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Kurniati Mei Fitria, Alfaqih Mohamad Roni. (2022). Terapi Herbal Anti Hipertensi. Bojonegoro : Guepedia The First On-Publisher in Indonesia. ISBN : 978-623-407-122-1. https://books.google.co.id/books?id=ad9YEAAAQBAJ&pg=PA42&dq=Terapi+Herbal+Anti+Hipertensi&hl=id&newbks=1&newbks_redir=1&sa=X&ved=2ahUKEwjZsK7g6cP4AhWNIbcAHRklBqYQ6AF6BAgJEAI

Kurnia, Anih. 2020. *Self-Management* Hipertensi. Surabaya: CV. Jakad Media Publishing

Lee, C. C., Enzler, C. J., Garland, B. H., Zimmerman, C. J., Raphael, J. L., Hergenroeder, A. C., & Wiemann, C. M. (2021). The Development of Health Self-Management Among Adolescents With Chronic Conditions: An Application of Self-Determination Theory. *Journal of Adolescent Health*, 68(2), 394–402. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.05.053>

Lee, Hyun Ji., Sun-Hwa Kim., Si-Hyuck Kang., *et al.*, (2018). Blood Pressure Control and Cardiovascular Outcomes: Real-world Implications of the 2017 ACC/AHA Hypertension Guideline. *Scientific Report*. 8:13155. <https://doi.org/10.1038/s41598-018-31549-5>

Lestari, I.G., & Isnaini, Nur. (2018). Pengaruh Self Management Terhadap Tekanan Darah Lansia Yang Mengalami Hipertensi. *Indonesian Journal for Health Sciences.*, vol.2, no.1, pp. 7- 18. <https://doi.org/10.24269/ijhs.v2i1.2018.pp7-18>

Lukmawati, Endang, Angga Wilandika, Anggriyana Tri Widiyanti. (2019). Pengaruh Supportive Educative Terhadap Self Care Pasien Hipertensi Pada Salah Satu Puskesmas Di Bandung. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah (JKA)*. 6 (2): 1-7.

Masykur Annas, Pujiastuti Sri Endang, Ta'adi. (2022). Intervensi Pemberian Sirup Bunga Rosella Untuk Membantu Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi. Kediri : Lembaga Omega Medika. ISBN : 978-623-99699-5-0. https://books.google.co.id/books?id=MJ1wEAAAQBAJ&pg=PA7&dq=Manifestasi+klinis+hipertensi&hl=id&newbks=1&newbks_redir=1&sa=X&ved=2ahUKEwiHxaXx0cP4AhXI63MBHTgcAx84FBD0AXoECAYQAg

Mayangsari Elly, Lestari Bayu, Nurdiana. 2019. Farmakoterapi Kardiovaskuler. Malang. Universitas Brawijaya Press. https://www.google.co.id/books/edition/Farmakoterapi_Kardiovaskuler/oOXRDwAAQBAJ?hl=id&gbpv=1

Mufarokhah Hanim. (2019). HIPERTENSI DAN INTERVENSI KEPERAWATAN. Klaten, Jawa Tengah : Lakeisha Anggota IKAPI No. 181/JTE/2019. [https://books.google.co.id/books?id=ILggEAAAQBAJ&pg=PR4&dq=Mufarokhah+Hanim.+\(2019\).+HIPERTENSI+DAN+INTERVENSI+KEPERAWATAN.+Klaten,+Jawa+Tengah+:+Lakeisha+Anggota+IKAPI+No.+181/JTE/2019&hl=id&newbks=1&newbks_redir=1&sa=X&ved=2ahUKEwiKi8qi7cP4AhWR-zgGHUOMBREQ6AF6BAGCEAI](https://books.google.co.id/books?id=ILggEAAAQBAJ&pg=PR4&dq=Mufarokhah+Hanim.+(2019).+HIPERTENSI+DAN+INTERVENSI+KEPERAWATAN.+Klaten,+Jawa+Tengah+:+Lakeisha+Anggota+IKAPI+No.+181/JTE/2019&hl=id&newbks=1&newbks_redir=1&sa=X&ved=2ahUKEwiKi8qi7cP4AhWR-zgGHUOMBREQ6AF6BAGCEAI)

Muhidin Aeng. (2020). Skripsi Sarjana Kependidikan : Pendekatan Kuantitatif dan Kualitatif. Jakarta : Mardika Press. ISBN : 978-6-84821-801-7.

Nabila, A., Arnita, Y., & Mulyati, D. (2022). Self Management Penderita Hipertensi. *JIM FKep*, V, 87–92.

Notoatmodjo, S (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.

- Nurarifah, Damayanti Risna. (2022). SELF MANAGEMENT PASIEN HIPERTENSI DALAM MENGONTROL TEKANAN DARAH. Palu : Jurnal Keperawatan Silampari. e-ISSN : 2581-1975. p-ISSN : 2597-7482.
- Nurdin Ismail. (2019). Metodologi Penelitian Sosial. Surabaya : Media Sahabat Cendekia. Anggota IKAPI 228/JTI/2019.
- Panggabean, Y. T. (2021). *Literature Review: Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Terhadap Kepatuhan Minum Obat dan Kepatuhan Kontrol Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
- Permata, F., Andri, J., Padila, P., Andrianto, M. B., & Sartika, A. (2021). Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Menggunakan Teknik Alternate Nostril Breathing Exercise. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 3(2), 60-69. <https://doi.org/10.31539/jka.v3i2.2973>
- Puspita, T., Ernawati, E., & Rismawan, D. (2019). Hubungan Efikasi Diri dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Indra Husada*, 7(1), 32. <https://doi.org/10.36973/jkih.v7i1.159>
- Rashidi, A., Kaistha, P., Whitehead, L., & Robinson, S. (2020). Factors that Influence Adherence to Treatment Plans Amongst People Living with Cardiovascular Disease: A Review of Published Qualitative Research Studies. *International Journal of Nursing Studies*, 110, 103727. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2020.103727>
- Riskesdas. (2018) Hasil Utama Riskesdas 2018 Kementerian Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Roflin Eddy, Liberty Iche Indriyani, Pariyana. (2021). POPULASI, SAMPEL, VARIABEL Dalam Penelitian Kedokteran. Pekalongan : NEM (Nasya Expanding Management).
- Romadhon, W. A., Aridamayanti, B. G., Syanif, A. H., & Sari, G. M. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Self-care Behavior pada Klien dengan Hipertensi di Komunitas. *Jurnal Penelitian Kesehatan "SUARA FORIKES" (Journal of Health Research "Forikes Voice")*, 11, 37. <https://doi.org/10.33846/sf11nk206>
- Sakinah, S., Ratu, J.M., & Werawan, P. Hubungan Antara Karakteristik Demografi dan Pengetahuan Self Management Hipertensi Pada Masyarakat Suku Timor. *Jurnal Penelitian Kesehatan "SUARA FORIKES" (Journal Of Health Research "Forikes Voice")*, 11(3), 245. <https://doi.org/10.33846/sf11305>
- Salami. (2021). Perilaku Self-Care Management Penderita Hipertensi: Studi Kualitatif. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah (JKA)*. 8 (1): 87-99.
- Sihotang, R., Utama, T. A., Aprilatutini, T., & Yustisia, N. (2020). Self Care Management Evaluation in Hypertension Patients. *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 3(2), 184–202. <https://doi.org/10.33369/jvk.v3i2.13935>
- Sinuraya, Rano K., Dika P. Destiani., Irma M. Puspitasari., Ajeng Diantini., (2018). Tingkat Kepatuhan Pengobatan Pasien Hipertensi di Fasilitas Kesehatan

- Tingkat Pertama di Kota Bandung. *Jurnal Farmasi Klinik Indonesia*. 7 (2); 124–133. <https://doi.org/10.15416/ijcp.2018.7.2.124>
- Suherman. 2018. *Hipertensi Esensial Aspek Neurobehaviour Dan Genetika*. Banda Aceh. Syiah Kuala University Press https://www.google.co.id/books/edition/Hipertensi_Esensial_Aspek_Neurobehaviour/64zPDwAAQBAJ?hl=id&gbpv=0
- Suling Frits Reinier Wantian. (2018). *HIPERTENSI*. Jakarta : Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia. ISBN : 978-623-6789-00-1 <http://repository.uki.ac.id/2680/1/BukuHipertensi.pdf>
- Suryarinilsih, Y. (2019). Penatalaksanaan Diet dan Olahraga dengan Pengendalian Hipertensi pada Klien Hipertensi. *Menara Ilmu*, 13(9), 127–138.
- Susanti. (2019). Kepatuhan Diet dengan Kejadian Komplikasi pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Sidotopo Wetan Surabaya. *Adi Husada Nursing Journal*, 5(1), 30–36.
- Utami, R. P. (2021). Efektivitas Diet DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension) pada Pasien Hipertensi: Literatur Review. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 2(2), 8. <https://doi.org/10.52742/jgkp.v2i2.11002>
- World Health Organization*, (2019), Prevalensi Hipertensi.
- Yatim, H. M., Wong, Y. Y., Neoh, C. F., Lim, S. H., Hassali, M. A., & Hong, Y. H. (2019). Factors Influencing Patients ' Hypertension Self- Management and Sustainable SelfCare Practices : A Qualitative Study. *Public Health*, 173, 5–8. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2019.04.020>

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Permohonan Kepada Responden

SURAT PERMOHONAN KEPADA RESPONDEN

Yth

Calon responden penelitian

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yulianti Nurmallasari