

DAFTAR PUSTAKA

Adib, M. (2009). Cara Mudah Memahami dan Menghindari Hipertensi, Jantung dan Stroke, Yogyakarta: Dianloka Pustaka.

Admin, S. (2010). "Hipertensi dan Akibatnya"
<http://adminsutrisnoblog.wordpress.com>

Arnilawati, Amalia H., & Amiruddin R. (2007). Hipertensi dan Faktor Resikonya dalam Kajian Epidemiologi. Diunduh pada tanggal 23 September 2010 dari
<http://ridwanamiruddin.wordpress.com/2007/12/08/hipertensi-dan-faktorisikonya-dalam-kajian-epidemiologi/>

Basha, A. 2004. Hipertensi Faktor Resiko, dan Penatalaksanaan

Benowitz, L. 2002. Obat Antihipertensi, dalam Katzung, B. G., 2002, Basic and Clinical Farmacology, ed ke-3, Penerjemah: Bagian Farmakologi Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga, Penerbit Salemba Medika

Guyton, A.C., dan Hall, J.E., 2001. Buku Ajar Fisiologi Kedokteran, Alih bahasa: Setiawan, I. dan Santoso, A., Penerbit Buku Kedokteran EGC Jakarta.

Hardjana, A. M. 1994. Stres Tanpa Distres : Seni Mengelola Stres. Yogyakarta: Kanisius

Hidayat, Aziz Alimul. 2007. Metode Penelitian Kebidanan Teknik Analisis Data. Jakarta : Salemba Medika

Junaidi, I., 2010., *Hipertensi: Pengenalan, Pencegahan, dan Pengobatan*, PT Bhuana Ilmu Populer, Jakarta

Kusmana, D. (2006). Olahraga Untuk Orang Sehat dan Penderita Penyakit Jantung Trias Sok & Senam 10 Menit Edisi 2. Jakarta: FKUI

Medica Store. Tekanan Darah Tinggi (Hipertensi). 2009. Diakses Tanggal 16 September 2009.
[Http://medicastore.com/penyakit/4/Tekanan_Darah_Tinggi_Hipertensi.html](http://medicastore.com/penyakit/4/Tekanan_Darah_Tinggi_Hipertensi.html)

National Safety Council. (2003). Manajemen Stres. Jakarta: EGC.

Nasution, I. K. (2007). Stres pada remaja. Diakses pada tanggal 16 April 2011 dari
[http://konsepitanyu.co.id/bitstream/123456789/3637/1/132316815\(1\).pdf](http://konsepitanyu.co.id/bitstream/123456789/3637/1/132316815(1).pdf)

- Nursalam. (2003). *Konsep Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. (Edisi Pertama). Jakarta: Salemba Medica
- Notoatmodjo. (2005). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Purwati, Susi. 1999. *Perencanaan Menu Untuk Penderita Tekanan Darah Tinggi*. Cetakan III. Jakarta; Swadaya.
- Ridwan, M. *Mengenal, Mencegah, Mengatasi Silent Killer, Hipertensi*. Semarang : Pustaka Widyamara; 2011.
- Rosenthal, S. 2002. *50 Cara Mencegah & Menghadapi Stres*. Penerbit Prestasi Pustaka, Jakarta.
- Saryono. (2009). *Metodologi penelitian kesehatan*. Mitra Cendikia Press, Yogyakarta.
- Suroto. (2004). *Buku Pegangan Kuliah Pengertian Senam, Manfaat Senam dan Urutan Gerakan*. Semarang: Unit Pelaksana Teknis Mata Kuliah Umum Olahraga Undip.
- Sumintarsih, (2006). *Kebugaran Jasmani Untuk Lansia*. Olahraga , 147-160.
- Williams J.S., Brown S.M., Conlin P.R. 2009. Blood pressure measurement. *N Engl J Med*. 360 : e6.
- WHO. Risk Factor Blood Pressure. World Health Organization; 2007, Available from: URL: HIPERLINK
http://www.who.int/cardiovascular_diseases/en/cvd_atlas_05_HRP.pdf