**DAFTAR PUSTAKA**

Agustin. (2021). *Ini Gerakan Senam Lansia Agar Tubuh Tetap Bugar*.

Arisandi. (2023). *Buku Keperawatan Gerontik* (M. Nasrudin (ed.)). PT Nsya Expanding Management.

Grehenson. (2023). *Mahasiswa UGM Manfaatkan Ganggang Spirulina Penurunan Kolesterol Daging Bebek Peking*.

Hasan. (2023). *Buku Ajar Keperawatan Gawat Darurat* (D. Yektiningtyastuti (ed.)). Mahakarya Citra Utama.

Hertiana. (2022). Manfaat Senam Lansia Terhadap Kadar Kolesterol di Wilayah Kerja Puskesmas Noling Kecamatan Bupon. *Mega Buana Journal of Innovation and Community Service*, *1*(2), 25–29.

Ilham. (2023). *Buku Saku Kesehatan Keluarga*. Buku Saku Kesehatan Keluarga. e-mail: guepedia@gmail.com

Kemenkes. (2019). *Kolesterol*. https://yankes-kemenkes.go.id.view.artikel-kolesterol

Kurnia. (2020). *Self-Managemen Hipertensi* (T. Lestari (ed.)). CV. Jakad Media Publishing.

Marni. (2023). *Penatalaksanaan Hipertensi* (Pertama). PT. Nasya Expanding Management.

Minarti. 2022. *Asuhan Keperawatan Lansia dengan Spiritual Well Being Berbasis Islami*. Yogyakarta: Rizmedia Pustaka Indonesia.

Nindawi. 2023. *Meninjau Kualitas Hidup Lansia.* Pekalongan: PT. Nasya Expanding management.

Nisa, A. (2024). *Posisi (Pos Siaga Hipertensi) Upaya Dalam Menghadapi Hipertensi* (Pertama). Uwais Inspirasi Indonesia.

Nuryahati. (2023). *Sistem Kardiovaskuler Keperawatan Dewasa* (C. Huda (ed.); Cetakan Ke). Syiah Kuala University Press.

Noviyanti. 2022. *Teh Daun Jati Cina dan Daun Alpukat Kaya Manfaat Bagi Kesehatan Lansia.* Jambi: PT. Nasya Medika.

Prastiwi. (2023). *Metodologi Keperawatan* (Efitra (ed.)). PT. Sonpedia Pubslihing Indonesia.

Sangadji. (2024). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah I*. Mahakarya Citra Utama.

Saputra. (2023). *Senam Lansia* (Pertama). Pradina Pustaka.

Senger Braga, P. G., Tavoni, T. M., Baroni, R. V, Aldin, M. N., Alves, M. J. N. N., Rocha, G. A., Bachi, A. L. L., Negrao, C. E., Vaisberg, M. W., Freitas, F. R., Figueiredo Neto, A. M., Damasceno, N. R. T., & Maranhao, R. C. (2022). Effect of exercise training on HDL subclasses and cholesterol transfers to HDL in elderly individuals. *European Heart Journal*, *43*(Supplement\_2). https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehac544.2441

Sumarlin. (2020). *Biokimia Dasar-dasar Biomolekul dan Konsep Metabolisme*. Rajawali Press.

Triharyanto. (2020). *Cara Mudah Mengontrol Kolesterol* (M. R. I. Ardya (ed.)). Kreatifa Prima.

WHO. (2021). *DATA WHO.pdf*. Who. https:/ /www. who.int/data/ gho/data/themes/ topics/anaemia\_in\_women\_and\_children

Widiyono. (2020). *Buku Kesehatan Air Rebusan Daun Salam Untuk Menurunkan Kolesterol*. Chakra Brahmanda Lentera.

Widiyono. (2021). *Aktivitas Fisik untuk Mengatasi Hipertensi* (P. L. C. B. Lentera (ed.)). Lembaga Chakra Brahmanda Lentera.

Yolanda. (2023). *Risiko Kolesterol Tinggi pada Lansia*. *105*(3), 129–133. https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:BDsuQOHoCi4J:https://media.neliti.com/media/publications/9138-ID-perlindungan-hukum-terhadap-anak-dari-konten-berbahaya-dalam-media-cetak-dan-ele.pdf+&cd=3&hl=id&ct=clnk&gl=id

Yustisia, et al. 2023. *Family Burden pada Lansia dengan Penyakit Kronis.* Jawa Tengah” PT. Nasya Expanding Management.

Zubaili. (2019). *PKM-M Program Kreativitas Mahasiswa Pengabdian Masyarakat*.