

DAFTAR PUSTAKA

- Aditiyana, F. N. (2023). *Hubungan Kualitas Tidur dengan Fungsi Kognitif Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Posyandu Margo Mulyo Desa Drono.*
- Aida, F., & Aisyah, S. (2020). *HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KUALITAS TIDUR PADA LANJUT USIA DI DESA BABAHA DUA.* 3(1), 1–11.
- Al, M., Tasalim, R., Mahmudah, R., Ayu, O., & Manto, D. (2025). *Hubungan durasi tidur dengan tekanan darah pada lansia Hipertensi.* 5(1), 8–14.
- alillah, N., Sari, D. P., & Hidayat, A. (2024). *ubungan indeks massa tubuh dengan kejadian hipertensi pada lansia.* *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 8(1), 45–52.
- Ampofo, J., Sun, B., & Bentum-micah, G. (2023). *Investigating the impact of sleep quality on cognitive functions among students in Tokyo , Japan , and London , UK.*
- Ananda, G., Ratnah, I., & Simamora, R. S. (2024). *Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Desa Sukadaya Kecamatan Sukawangi Kabupaten Bekasi 2023.* 3.
- Anjani, J. D. (2024). *Hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah penderita hipertensi di ruang penyakit dalam pria dan wanita rsud muara teweh.*
- Aryzki, S., Putri, R. M., & Hidayat, R. (2022). *Hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada lansia.* *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 85–92. <https://doi.org/10.xxxx/jkkm.v7i2.xxxx>.
- Aryzki, S., Rahman, A., Putri, G. A., R, S. R. D., Farmasi, P. S., Kesehatan, F., Sari, U., Banjarmasin, M., No, J. P., Luar, P., Tim, K. B., Banjarmasin, K., & Selatan, K. (2022). *PENGARUH GAYA HIDUP TERHADAP PENYAKIT HIPERTENSI BERDASARKAN TEORI TPB (Theory Of Planned Behavior).* 2(2), 30–38.
- Assiddiqy, A. (2022). *Hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah pada lansia di posyandu lansia rw ii puskesmas kedungkandang kota malang.*
- Binjabr, A. A., Alqahtani, A. M., Alharthi, H. H. (2023). *Prevalence and determinants of poor sleep quality among medical students using PSQI.* *Journal of Clinical Medicine*, 14(7), 2274.
- Brinkman, J. E., Reddy, V., Sharma, S., & Hospital, M. F. (2025). *Physiology of Sleep.* 5–9.
- Darwin, M., Sormin, M., Nurhayati, Y., Sylia, H. T., Vianitati, B., & Gebang, A. (2021). *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif (T. S. Tamb).* *CV. Media Sains Indonesia.*
- Dr. Rita Benya Adriani., Sk. Mk., Dwi Sulistyowati., Sk. N. Mk., Ros Endah Happy Patriyani, S.Kp., Ns., M. K., Koko Wahyu Tarnoto, S.Kep., N. M. K. S. K. K., Susan Susyanti, S.Kp., M. K., Suryanti, S.Kep., Ners., M. S., & Rachmawaty M. Noer, Ners, M. K. (2021). *BUKU AJAR KEPERAWATAN GERONTIK.*

- Ekasari, M. F., Riasmini, M. N., & Hartini, T. (2019). *Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Konsep Dan Sebagai Intervensi*. malang:wineka media.
- Eriyani, T., Iwan Shalahuddin, S. P., & Maulana, I. (2023). *INTERVENSI SENAM UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DENGAN GANGGUAN TIDUR*. 5, 1734–1745.
- Erizon, D. M., & Sari, K. M. (2025). *Hubungan Kepatuhan Minum Obat Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi*. 3(2), 50–53.
- Estin Gita Maringga, N. I. M. S. (2020). *Analisis Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Pada Wanita Menopause di Desa Kayen Kidul Kecamatan Kayen Kidul Kabupaten Analysis factors that affecting the incidence of hypertension in menopausal woman di Desa*. 6(2), 21–25. <https://doi.org/10.21070/midwiferia.v>
- Faridho, F. R. (2025). *GANGGUAN TIDUR PADA LANSIA : TINJAUAN*. 9(April), 1482–1492.
- Firdaus, I. (2024). *Dokter Saraf Ingatkan Penderita Hipertensi, Bila Tak Diobati Bisa Sebabkan Disabilitas*.
- Fitriani, Majid, R., & Ruwiah. (2024). *KETERKAITAN PERILAKU MEROKOK, MAKANAN DAN KUALITAS TIDUR DENGAN TEKANAN DARAH TINGGI PADA USIA LANJUT DI KAWASAN PUSAT KESEHATAN MASYARAKAT WALENGKABOLA KECAMATAN TONGKUNO KABUPATEN MUNA TAHUN 2023*. 5(2), 85–88.
- Gini, S., & Mekeama, L. (2024). *Hubungan kualitas tidur dengan kejadian hipertensi pada lansia di puskesmas simpang iv sipin kota jambi*. 8, 2115–2121.
- Guyton, A. C., & Hall, J. E. (2021). *Textbook of medical physiology (14th ed.)*. Elsevier.
- Handoko, E. (2022). *BUKU MONOGRAFI: KAJIAN HUBUNGAN PENCAPAIAN AKADEMIK DENGAN TINGKAT STRES DAN KUALITAS TIDUR*.
- Hapsari R, Rahman F, P. A. (2024). *Technostress and sleep quality among university students in Indonesia*. *Sleep Hypn.* 2024;26(4):321–9. Available from: https://journals.lww.com/shbh/fulltext/2024/07040/technostress_and_sleep_quality_among_university.7.aspx.
- Harisa, A., Syahrul, S., Yodang, Y., Abady, R., & Bas, A. G. (2022). *Analisis Faktor - Faktor yang Memengaruhi Kualitas Tidur Pasien Lanjut Usia dengan Penyakit Kronis Analysis of Factors Affecting Sleep Quality in Elderly Patients with Chronic Disease*. 7(1), 1–10.
- Haryati, A., Anggraini, N., Ningsih, E. P., Putri, A. E., Putri, D. H., & Sari, D. (2025). *Intervensi Edukasi Stres pada Lansia : Upaya Peningkatan Kesejahteraan Psikologis melalui Kegiatan Pengabdian Masyarakat*. 5(1), 10–22.
- Helvia, G. (2021). *Hubungan Kualitas Tidur dengan Derajat Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Sintuk Tahun 2021*. 2021(May), 37–45.

- Husnia, K., Zulfitri, R., & Arneliwati, A. (2025). *Gambaran Aktivitas Sebelum Tidur dan Kualitas Tidur Lansia Penderita Hipertensi*. 2022.
- Ibnu, F., & Hidayati, R. N. (2025). *DETEKSI FAKTOR RISIKO HIPERTENSI YANG DAPAT DIMODIFIKASI DALAM UPAYA PERILAKU PENCEGAHAN KLIEN HIPERTENSI*.
- Iriyani¹, Safei², Ki., Rezky Pratiwi L Basri³, Rachman⁴, M. E., & Dahliah⁵. (2023). *Hubungan Aktivitas Fisik dengan Pola Tidur pada Usia Lanjut*. 3(1), 1–11.
- Issn, P., Yogyakarta, K., Mandiri, D. A. N., Dusun, D. I., & Yogyakarta, J. K. (2023). *PENGENDALIAN PENYAKIT HIPERTENSI MEWUJUDKAN LANSIA SEHAT Abstract Hypertension is one of the common diseases found in society . The mortality rate due to hypertension in Indonesia is very high . Hypertension is the number 3 cause of death after stroke and*.
- Jalillah, S., Mailani, R., Faradillah, K. R., Oktarina, M., Kesehatan, F. I., Pembangunan, U., & Tubuh, I. M. (2024). *Indonesian Journal of Physiotherapy*. 4(1), 34–40.
- jayanti, L. K. A. T., Suparwat, K. T. A., & Jaya, I. P. P. (2023). *NDEKS MASSA TUBUH DAN TEKANAN DARAH BERHUBUNGAN DENGAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA*. 11(2023), 254-259. + L.F. A.. Nur, H., & Humaerah. U. I. (.).
- Journal, M. N., Cetak, I., & Online, I. (2022). *THE EFFECTIVENESS OFF COUNSELING ON DRUG COMPLIANCE IN*. 4(September), 2440–2458.
- Komala, K. P., & Supratman, S. (2023). *HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA LUWANG WILAYAH KERJA PUSKESMAS GATAK*. 5, 3812–3823.
- Kristiana Ledoh, Deviarbi S. Tira, Soleman Landi, S. P. (2024). *FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANJUT USIA (60-74 TAHUN)*. 13(1), 27–36. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v13i1.301>
- Kusmiati, L., Nurhayati, S., & Rahayu, S. (2024). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 16(1), 45-53.
- Kusumo, M. P. (2020). *Buku pemantauan aktivitas fisik*.
- Laila, R., Aksari, S. T., Rantauni, D. A., Didik, N., & Imanah, N. (2024). *PEMBERIAN AROMA THERAPY LAVENDER TERHADAP KUALITAS TIDUR IBU POST PARTUM DI PUSKESMAS KESUGIHAN PROVIDING LAVENDER AROMA THERAPY POST PARTUM MOTHER ' S SLEEP QUALITY AT THE KESUGIHAN HEALTH CENTER*. *September*, 5299–5305.
- Leba, I. putri R. P., Maria, L., & Harningtyas, S. (2023). *Literature Review Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur pada Professional Health Journal*, 4(2sp) 166-177. <https://>.

- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023a). *HIPERTENSI; ARTIKEL REVIEW. Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*. 2(April), 100–117.
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023b). *HIPERTENSI; ARTIKEL REVIEW. Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*.
- Luron, N. G., Soelisyoningsih, D., Arum, I., & Satiti, D. (2025). *Hubungan aktivitas fisik dengan kualitas tidur pada lansia hipertensi wilayah kerja puskesmas ardimulyo kabupaten malang*. 6, 1186–1194.
- Manurung, N. (2022). *Keperawatan Medikal Bedah Konsep, Mind Mapping Dan NANDA NIC NOC Solusi Cerdas Lulus UKOM Bidang Keperawatan Jilid II. CV.TRANS INFO MEDIA*.
- Maringga, E. G., Ike, N., & Sari, Y. (2020). *Analisis Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Pada Wanita Menopause di Desa Kayen Kidul Kecamatan Kayen Kidul Kabupaten Kediri Analysis factors that affecting the incidence of hypertension in menopausal woman di Desa Kayen Kidul Kecamatan Kayen Ki*. 6(2), 21–25. <https://doi.org/10.21070/midwiferia.v>
- Maya Yuniarti, Budhi Maulyadi, M. (2024). *GAMBARAN KARAKTERISTIK TERAPI BEKAM KERING DAN AKUPRESUR TERHADAP\ TEKANAN DARAH LANSIA DENGAN HIPERTENSI*. 14, 1073–1080.
- Modi, P. and Arsiwalla, T. (2023). 'Layanan dari Perpustakaan Kedokteran Nasional', *NCBI*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK525980/>, Available at:
- Moniung, J. R., Rottie, J. V., & Lolong, J. (2025). *Hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah sistolik pada lansia penderita hipertensi. Jurnal Keperawatan Puskesmas*, 13(1), 22–29.
- Mujiadi, R. (2022). *Buku ajar keperawatan gerontik*.
- Nazmi, A. N., Nisa, E. K., & Indriani, N. (2024). *HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN PENINGKATAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI*. 8(1).
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ns. Savitri Gemini, M.Kep - Ns. Revi Yulia, M.Kep - Apt. Siska Roswandani, S. F., Hetti Marlina Pakpahan, SKM., S.Kep., Ns., M.Kep - Dr. Eppy Setiyowati, S.Kep., M. K., Hardiyati, S.Kep., Ns. M.Kep - Sandy Ardiansyah, SST., MS. - Novita Maulidya Jalal, MPsi., P., & Poniyah Simanullang, S.Kep., Ns., SKM., M.Kes - Ganda Sigalingging, SKM., S.Kep., Ns., M. K. (n.d.). *Keperawatan Gerontik*.
- Nurhayati, U. A., Ariyanto, A., & Syafriakhwan, F. (2025). *Hubungan usia dan jenis kelamin terhadap kejadian hipertensi*. 1(2018), 363–369.
- Nurhikmawati, N., Rahman, A., & Yusuf, S. (2024). *Hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah pada pasien hipertensi*. *UMI Medical Journal*, 8(1), 30–36.
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan (4 ed.)*. Salemba Medika.

- Pailungan, F. Y., & Kada, M. K. R. (2025). *HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KEJADIAN STROKE HEMORAGIK DI RSUD KOTA TARAKAN*. 7, 2563–2569.
- Pradono, J., Kusumawardani, N., & Rachmalina, R. (2020). *HIPERTENSI: PEMBUNUH TERSELUBUNG DI INDONESIA*.
- Prayitnaningsih, S., Rohman, M. S., Sujuti, H., Abdullah, A. A. H., & Vierlia, W. V. (2021). *Pengaruh Hipertensi Terhadap Glaukoma*. Universitas Brawijaya Press.
- Pringsewu, U. A., Ambarawa, P., Khairani, M. D., Naila, Z. S., Nazarudin, M., Pringsewu, U. A., Islam, U., Raden, N., Pendidikan, T., & Gizi, S. (2025). *Jurnal gizi aisyah*. 8(1).
- Putri, I., Padu, R., Lilla, N., Kep, M. M., & Harningtyas, S. (2023). *Literature Review : Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Pada Lansia*. 4(2).
- Ramadhani, s., & wijaya. (2025). *korelasi prose penuaan dengan kualitas tidur dan fungsi kognitif pada lansia*.
- Retnaningsih, D., Kustriyani, M., Sanjaya, B. T., Hipertensi, K., & Laki-laki, L. (2024). *Perilaku merokok dengan kejadian hipertensi pada lansia*. 122–130.
- S. Astiti, I. G. J. P. (2023). *Gambaran Kualitas Tidur Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Desa Marga, Kecamatan Marga, Tabanan*.
- Sari, N. M., & Indrawati, L. (2023). *Analisis hubungan aktivitas fisik dan pekerjaan terhadap tekanan darah lansia*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(3), 301-310.
- Septiandini, P. F., Fitriani, A., & Kurniawan, H. (2024). *Hubungan kejadian hipertensi dengan pemenuhan kebutuhan istirahat dan tidur pada lansia*. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 12(2), 112-120.
- Silvianah, A., & Indrawati, I. (2024). *Hubungan Kepatuhan Minum Obat Hipertensi Dengan Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Di Posyandu Lansia*. *Jurnal Keperawatan*, 17(2), 52–61. <https://doi.org/10.56586/jk.v17i2.361>
- Simon, M., Papua, S., Kanal, J., & Sorong, K. (2022). *Hubungan Antara Lama Menderita Hipertensi Dan Motivasi Berobat Dengan Kepatuhan Minum Obat Pada Penderita Hipertensi*. 5, 1–5.
- Simposium, P., Multidisiplin, N., & Tangerang, U. M. (2020). *Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Puskesmas Balaraja*. 2.
- Siregar, R., Efendy, I., & Nasution, R. S. (2023). *FAKTOR YANG MEMENGARUHI PEMANFAATAN POSYANDU LANSIA WILAYAH KERJA PUSKESMAS DUMAI BARAT*. 2(12), 5199–5207.
- Siska Florentia, Burhan Muslim, T. J. (2023). *Hubungan kualitas tidur dengan kejadian hipertensi pada lansia di puskesmas andalas kota padang*. 2(1), 50–58.
- Siti Khadijah, F. B., & , Eko Prabowo, P. (2023). *HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR*

DENGAN TEKANAN DARAH. 5(1), 24–29.

- Studi, P., Keperawatan, S., & Hafshawaty, U. (2025). © 2025 Jurnal Keperawatan. *Hubungan Efikasi Diri Dengan Kekambuhan Pada Pasien Hipertensi Di Posbindu Desa Senduro Di Wilayah Upt.Puskesmas Senduro*, 99–108.
- Suciana, F., Agustina, N. W., & Zakiatul, M. (2025). *KORELASI LAMA MENDERITA HIPERTENSI DENGAN TINGKAT LATAR BELAKANG Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu*. 146–155.
- Sudarmin, H., Fauziah, C., & Hadiwardjo, Y. H. (2022). (2022). *Gambaran Faktor Resiko Pada Penderita Hipertensi Di Poli Umum Puskesmas Limo Tahun 2020. Conference.Upnvj.Ac.Id*, 6(2), 1–8.
- Sugiyono. (2023a). *Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif*.
- Sugiyono, D. P. (2023b). METODE PENELITIAN KUANTITATIF, KUALITATIF, DAN R&D. In *PENERBIT ALFABETA BANDUNG*. PENERBIT ALFABETA BANDUNG.
- Sumarta. (2020). *Hubungan aktivitas fisik sehari-hari dengan derajat hipertensi pada lansia di kota batu*.
- Sutrisno, I. S. V. (2023). *HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI WILAYAH PUSKESMAS 1 GODONG KABUPATEN GROBOGAN*. 8(2).
- Syifa, P., & Haryanto, T. (2025). *Hubungan tingkat aktivitas fisik dengan tekanan darah pada lansia hipertensi di posbindu. Jurnal Rehabilitasi Medis dan Kesehatan*, 4(1), 15–24.
- Tazkiyatun. (2024). *Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Dipuskesmas Cawas 1*.
- Ulum, P. L., Cahyaningrum, E. D., & M. (2022). *Gambaran Kualitas Tidur Pada Lansia Di Iryouhojin Nanrenkai Katsuren Byouin Jepang, Jurnal Inovasi Penelitian*, 3(7), 7161–7172.
- Ulum, P. L., Cahyaningrum, M., & Murniati, D. (2022). *Gambaran kualitas tidur pada lansia di Iryouhojin Nanrenkai Katsuren Byouin Jepang. Corona: Jurnal Sains dan Kesehatan*. 1(4), 421–431.
- Umbas, I. M. (2019). *HUBUNGAN ANTARA MEROKOK DENGAN HIPERTENSI DI PUSKESMAS KAWANGKOAN*. 7.
- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., Khan, N. A., Poulter, N. R., Prabhakaran, D., Ramirez, A., Schlaich, M., Stergiou, G. S., Tomaszewski, M., Wainford, R. D., Williams, B., & Schutte, A. E. (2020). *Clinical Practice Guidelines 2020 International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines International Society of Hypertension*. 1334–1357. <https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.120.15026>

- Usman, A. S. H. H., Sunarno, L., & Syamsuddin, S. (2021). *Risiko Peningkatan Hormon Kortisol Pada Hipertensi Gestasional*. *Jurnal Umiah Obsgin*, 13(4), 182-192.
- Wahyuni, S., & Fitriani, D. (2022). *Hubungan jenis pekerjaan dan riwayat keturunan dengan kejadian hipertensi pada lansia*. *Jurnal Kesmas (Kesehatan Masyarakat)*, 15(4), 142-150.
- Wang, Y. (2020). *Sleep quality and hypertension risk among older adults*. *Journal of Clinical Hypertension*, 22(5), 889–896.
- Wati, iin busma. (2025). *Hubungan aktivitas fisik dan kualitas tidur dengan tekanan darah lansia hipertensi usia 60-74 tahun di kelurahan baurung*. April.
- WHO. (2023). *Hipertensi, WHO*. Available at: https://www-who-int.translate.goog/newsroom/fact.ypertension?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=tc%0A(Accessed: 23 March 2024).
- Widodo, S., Azijah, I., & Muttaqin, A. (2025). *Pemeriksaan Kesehatan dan Penyuluhan Hipertensi Pada Lansia di Posyandu Lansia Anggrek Lubang Buaya Tahun 2023*. 2(4), 140–146.
- Yohames Reynaldi Lumowa, R. E. R. (2024). *PENGARUH USIA LANJUT TERHADAP KESEHATAN LANSIA*. 16, 363–372.
- Zubaidah Puan Elsyah, I. B. (2024). *Hubungan Status Merokok Dan Paparan Asap Rokok Terhadap Kejadian Hipertensi pada Lansia Jawa Timur Tahun 2023*.