

DAFTAR PUSTAKA

- Budisetio, M 2015, 'Pencegahan dan pengobatan Hipertensi pada pasien usia dewasa. Jurnal Kedokteran Trisakti', vol.20, hlm. 101–107
- Biswas, T., Islam, S. M. S., & Islam, A. (2016). Prevention of hypertension in Bangladesh: a review. *Journal of Medicine*.
<https://www.banglajol.info/index.php/JOM/article/view/30056>
- Danirmala, D., & Ariani, P. (2019). Angka Kejadian Insomnia Pada Lansia Di Panti Tresna Werdha Wana Seraya Denpasar, Bali Tahun 2015. *E-Jurnal Medika Udayana*, 8(1), 27. <https://doi.org/10.24922/eum.v8i1.45308>
- Dinas Kesehatan Kabupaten Banyuwangi. (2021). Profil Kesehatan Kabupaten Banyuwangi 2020. Profil Kesehatan Kabupaten Banyuwangi
- Friska, B., Usraleli, U., Idayanti, I., Magdalena, M., & Sakhnan, R. (2020). Kualitas tidur lansia. *Jurnal Proteksi Kesehatan*, 9(1), 1–8.
<https://doi.org/10.36929/jpk.v9i1.194>
- Friska, et all. 2022. “Tingkat Stress Terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa Profesi Ners.” *Jurnal Skolastik Keperawatan* 8(1):67–74
- Hardani, and Dkk. 2020. Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif. Yogyakarta: CV. Pustaka Ilmu.
- Kurniawan, A., Kusumayanti, E., & Puteri, A. D. (2020). Pengaruh kualitas tidur Terhadap Penurunan Skala Insomnia Pada Lansia Di Desa Batu Belah Wilayah
- Kerja Puskesmas Kampar Tahun 2020. *Jurnal Ners Universitas Pahlawan*, 4(23), 102–106.
<http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
- Miftahul, Jannah MN (2020) HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN TEKanan DARAH PADA REMAJA. Diploma thesis, Universitas Andalas

- Muhaningsyah, E. Della, Beatrick, A., Firyaa, S., Hulu, I., & Kaban, K. B. (2021). Peningkatan Kualitas Tidur Lansia Melalui Terapi Relaksasi Otot Progresif. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 3(2), 359–366. <https://doi.org/10.37287/jppp.v3i2.462>
- Muyasaroh, H. (2020). Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam menghadapi Pandemi Covid 19. In LP2M (Lembaga penelitian dan pengabdian masyarakat. <http://repository.unugha.ac.id/id/eprint/858>
- Muhith, Abdul dan Sandu Siyoto. 2016. Pendidikan Keperawatan Gerontik. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Notoatmodjo. (2022). Metode Penelitian Kesehatan.
- Nuraini, B. 2015, Februari. Risk Factor of hypertension. *J majority*, 4(5), 1-10.
- Perry & Potter. 2009. Dasar dasar ilmiah dalam praktek keperawatan. Jakarta: EGC.
- (Nurarif & Kusuma, 2016). (2016). Terapi Komplementer Akupresure. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Nursalam. (2020). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan (Vol. 4, Issue 1).
- Oh, C., Kim, H.Y., Na, H.K., Cho, K.H., dan Chu, M.K. (2019). The Effect of Anxiety and Depression on Sleep Quality of Individuals With High Risk for Insomnia: A Population Based Study. *Front. Neurol.* 10:849. doi: 10.3389/fneur.2019.00849.
- Riskesdas. 2018. Laporan Nasional Riskesdas. Kementrian Kesehatan RI Siagian, H. J., & Tukatman, T. (2021). Karakteristik Merokok Dan Tekanan Darah Pada Pria Usia 30-65 Tahun: Cross Sectional Study. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 7(1), 106–109.

- Rusiana, H. P., Nur, D., Purqoti, S., Safitri, R. P., Ners, P., Keperawata, D. M., Keperawatan, D., Bedah, M., Keperawatan, D., Bdah, M., & Dasar, D. K. (2021). Peningkatan kualitas tidur lansia melalui latihan relaksasi progresif di lingkungan sekarbela mataram. 116–124.
- Sarkamo. 2012. Stroke. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Sarwono, Jonathan. 2015. Rumus-Rumus Populer dalam SPSS 22 untuk Riset Skripsi. Yogyakarta: ANDI
- Sohat, F., Bidjuni, H., dan Kallo V. (2015). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan insomnia pada Lansia di Balai penyantunan Lanjut Usia Senja Cerah Paniki kecamatan Mapanget Manado. Prodi Kep. Fak. Kedokteran Universitas Ram Ratulangi. Diakses dari: <https://media.neliti.com/media/publications/113320-ID-hubungantingkat-kecemasan-dengan-insomn.pdf>
- Sumedi, T., Handoyono, & Wahyudi. (2019). Perbedaan Efektifitas Metode Terapi Akupresur Dan Hipnoterapi Terhadap Kualitas Tidur Pada Lanjut Usia Di Panti Wredha Kabupaten Banyumas. Jurnal Keperawatan Mersi, 7(2018), 1–6
- Yanuar, A., & Pamungkas, F. (2019). Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Stres pada Warga Binaan Pemasyarakatan Perempuan di Lembaga Pemasyarakatan. 2(2), 42– 47