

## DAFTAR PUSTAKA

- Abd Allah, E. S., Abdel-Aziz, H. R., & Abo El-Seoud, A. R. (2014). Insomnia: Prevalence, risk factors, and its effect on quality of life among elderly in Zagazig City, Egypt. *Journal of Nursing Education and Practice*, 4(8), 52–69. <https://doi.org/10.5430/jnep.v4n8p52>
- Aisi, V. Z. (2017). PENGARUH TERAPI RELAKSASI GUIDED IMAGERY TERHADAP INSOMNIA PADA LANSIA (UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jombang). *Open Journal Systems (OJS)*, 1–113.
- Amal, A. I.-, Cahyaningtias, Y., & Suyanto, S. (2021). Kombinasi Dzikir Dan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Insomnia Pada Lansia. *Journal of Holistic Nursing Science*, 8(1), 1–8. <https://doi.org/10.31603/nursing.v8i1.3813>
- Azizah, R., & Hartanti, R. D. (2016). Hubungan Antara Tingkat Stress Dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Wonopringgo Pekalongan. *Jurnal Universyty Reseach Coloquium*, 261–278. <https://publikasiilmiah.ums.ac.id/xmlui/handle/11617/7766>
- Bataha, Y. B., Moniung, S. Y., & Rondonuwu, R. (2014). Relation of Systolic Blood Pressure to Sleep Quality of Hypertensive Patients in Bahu Manado Health Center. *Nursing Journal*, 2 No 2. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/5266>
- Budianto, Y. I. P., & Maliya, A. (2018). *Pengaruh pemberian terapi genggam jari dan murotal terhadap kejadian insomnia pada lansia dipanti wreda dharma bakti surakarta*. [http://eprints.ums.ac.id/63666/11/Naskah\\_Publikasi.pdf](http://eprints.ums.ac.id/63666/11/Naskah_Publikasi.pdf)
- 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>
- Dewi, P. A., & Ardani, I. G. A. I. (2015). *Angka Kejadian Serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Gangguan Tidur (Insomnia) Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werda Wana Seraya Denpasar Bali Tahun 2013*. 13(3), 2238–2243. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/view/11936>
- Dinas Kesehatan, P., & Tengah, nsi J. (2018). *Profil Keseshatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2018*. [http://dinkesjatengprov.go.id/v2018/dokumen/profil\\_2018/mobile/index.html](http://dinkesjatengprov.go.id/v2018/dokumen/profil_2018/mobile/index.html)
- Erliana, E., Haroen, H., & Susanti, R. D. (2013). Perbedaan tingkat insomnia lansia sebelum dan sesudah latihan relaksasi otot progresif (progressive muscle relaxation) di BPSTW Ciparay Bandung. *Perbedaan Tingkat Insomnia Lansia Sebelum Dan Sesudah Latihan Relaksasi Otot Progresif (Progressive Muscle Relaxation) Di BPSTW Ciparay Bandung*, 10.

[pustaka.unpad.ac.id/wp.../07/perbedaan\\_tingkat\\_insomnia\\_lansia.pdf](http://pustaka.unpad.ac.id/wp.../07/perbedaan_tingkat_insomnia_lansia.pdf)

- Fahad, A. A. W., & Maliya, A. (2016). Pengaruh Masase Kaki Dan Aromaterapi Sereh Terhadap Penurunan Insomnia Pada Lansia Di Panti Wredha Daerah Surakarta Publikasi. *Naskah Publikasi*, 1–12. <http://eprints.ums.ac.id/44707/>
- Ferdian, S., Rihiantoro, T., & Handayani, R. S. (2017). Pengaruh Madu Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 11(2), 310–317. <https://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JKEP/article/view/587>
- Fitriani, D. C. (2014). *Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Derajat Insomnia pada Lansia Di Dusun Jomegatan, Ngestiharjo, Kasihan, Bantul.* <http://thesis.ums.ac.id/datapublik/t34163.pdf>
- Gede, M., Permana, C., Umum, S., & Sanglah, P. (2013). Insomnia and Correlation With Psychosocial Factors in Primary Health Care. *E-Jurnal Medika Udayana*, 2(2), 237–253. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/view/4884>
- Harsismanto, J., Juli, A., Tirta, D. P., Muhammad, A. B., & Andry, S. (2020). Kualitas Tidur Berhubungan Dengan Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia. *Jurnal Kesmas Asclepius (JKA)*, 2 No 1. <https://doi.org/https://doi.org/10.31539/jka.v2i1.1146>
- Heny, L. W., Sutresna, I. N., & Wira, P. K. (2013). Pengaruh Masase Punggung Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia dengan Insomnia di Panti Sosial Tresna Werdha Wana Seraya Denpasar. *Jurnal Dunia Kesehatan*, 2(2), 39–43.
- Hilmi, H. (2014). Gambaran Tingkat Stres pada Lansia yang menderita Hipertensi di Gandu Sendang Tirto Berbah Sleman Yogyakarta. *Naskah Publikasi*. [digilib.unisyogya.ac.id/340/1/NASKAH\\_PUBLIKASI.pdf](http://digilib.unisyogya.ac.id/340/1/NASKAH_PUBLIKASI.pdf)
- Mallampalli, M. P., & Carter, C. L. (2014). Exploring sex and gender differences in sleep health: A society for women's health research report. *Journal of Women's Health*, 23(7), 553–562. <https://doi.org/10.1089/jwh.2014.4816>
- Masita, L. (2017). *Skripsi Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Penurunan Insomnia pada Lansia.*
- Noor, H. R. (2014). Hubungan antara derajat insomnia dengan tingkat kelelahan pada mahasiswa PSIK UMY semester 8 saat penyusunan karya tulis ilmiah. *Department of Nursing*. <http://repository.ums.ac.id/handle/123456789/6582>
- Notoadmojo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT Rineka Cipta.
- Novita Sari, I., & Suratini. (2014). *Pengaruh Pemberian Terapi Tertawa Terhadap Kejadian Insomnia Pada Usia Lanjut Di PSTW Yogyakarta Unit Budi Luhur*. 1–99. <http://digilib.unisyogya.ac.id/352/>
- Nuraini, B. (2015). *Risk Factors Of Hypertension*.
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* (P. P. Lestasi (ed.);

- 2nd ed.). Salemba Medika.
- Padila. (2013). *Asuhan Keperawatan Penyakit Dalam*. Nuha Medika.
- Prasetyorini, H. T., & Prawesti, D. (2012). *Stres pada Penyakit terhadap Kejadian Komplikasi Hipertensi pada Pasien Hipertensi*. 52(2), 135–145.
- Ramadhani, V. S. (2014). *Hubungan Stres Dengan Kejadian Insomnia Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu Batusangkar*.
- Riskesdas, K. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical*, 44(8), 1–200. <https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>
- Suastari, Tirtayasa, Aryana, K. (2014). Hubungan antara Sikap Sleep Hygiene dengan Derajat Insomnia pada Lansia di Poliklinik Geriatri RSUP Sanglah. *Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana*, 2–14. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/view/11866>
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Alfabeta.
- Sulistyarini, T., & Santoso, D. (2016). Gambaran Karakteristik Lansia Dengan Gangguan Tidur (Insomnia) di RW 1 Kelurahan Bangsal Kota Kediri. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 2(2), 150–155. [http://download.garuda.ristekdikti.go.id/article.php?article=981508&val=14123&title=GAMBARAN\\_KARAKTERISTIK\\_LANSIA\\_DENGAN\\_GANGGUAN\\_TIDUR\\_INSOMNIA\\_DI\\_RW\\_1\\_KELURAHAN\\_BANGSAL\\_KOTA\\_KEDIRI](http://download.garuda.ristekdikti.go.id/article.php?article=981508&val=14123&title=GAMBARAN_KARAKTERISTIK_LANSIA_DENGAN_GANGGUAN_TIDUR_INSOMNIA_DI_RW_1_KELURAHAN_BANGSAL_KOTA_KEDIRI)
- Susilo, Yekti dan Wulandari, A. (2011). *Cara Jitu Mengatasi Insomnia*. Maria.
- Swarjana, I. K. (2012). *Metodelogi Penelitian Kesehatan* (I. Nastiti (ed.)). ANDI OFFSET.
- Triyanto, E. (2014). *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Graha Ilmu.
- Wahyu, R. U. (2015). *Mengenal dan Mencegah Penyakit Diabetes, Hipertensi, Jantung dan Stroke Untuk Hidup Lebih Berkualitas*. Media Ilmu.
- Whelton, P. K., Carey, R. M., Aronow, W. S., Casey, D. E., Collins, K. J., Himmelfarb, C. D., DePalma, S. M., Gidding, S., Jamerson, K. A., Jones, D. W., MacLaughlin, E. J., Muntner, P., Ovbiagele, B., Smith, S. C., Spencer, C. C., Stafford, R. S., Taler, S. J., Thomas, R. J., Williams, K. A., ... Hundley, J. (2018). 2017 ACC/AHA/AAPA/ABC/ACPM/AGS/APhA/ASH/ASPC/NMA/PCNA guideline for the prevention, detection, evaluation, and management of high blood pressure in adults a report of the American College of Cardiology/American Heart Association Task Force on Clinical pr. In *Hypertension* (Vol. 71, Issue 6). <https://doi.org/10.1161/HYP.0000000000000065>
- WHO. (2015). *World Health Statistic Report 2015*.

<https://www.who.int/docs/default-source/gho-documents/world-health-statistic-reports/world-health-statistics-2015.pdf>