

DAFTAR PUSTAKA

- Adnyana, I. M. D. M. (2021). Populasi dan Sampel. *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif*, 14(1), 103–116.
- Agustina, C. I. (2021). Upaya mengatasi gangguan pola tidur pada lansia dengan terapi musik. *Jurnal Keperawatan HKBP Balige*, 2(2), 29–34.
<https://ojs.akperhkbpbalige.ac.id/index.php/jkh/article/view/38>
- Badan Pusat Statistik. (2022). *Statistika Penduduk Lanjut Usia*.
<https://www.bps.go.id/id/publication/2022/12/27/3752f1d1d9b41aa69be4c65c>
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Statistik Penduduk Lanjut Usia*.
- Bhaskar S, Hemavathy D, P. S. (2016). Prevalence of chronic insomnia in adult patients and its correlation with medical comorbidities. *J Fam Med Prim Care.*, 5(4), 780.
<https://doi.org/10.4103/2249-4863.201153>
- Budiman, A., Majid, A., Syam, I., & Efendi, S. (2021). Gambaran Kualitas Tidur Dan Fungsi Kognitif Pada Pasien Ppok Di Bbkpm Makassar. *Jurnal Kesehatan*, 14(1), 29. <https://doi.org/10.24252/kesehatan.v14i1.14140>
- Chaudary, J., Jain, B., Bhadoria, A. S., Kishore, S., & Aggarwal, P. (2020). Assessment of Sleep Habits and Quality of Sleep among Elderly Residing In Rural Area of Dehradun: A Community-Based Cross-Sectional Survey. *National Journal of Community Medicine*, 11(2), 98–102.
<https://doi.org/10.5455/njcm.20200227095017>
- Crisp, J., Douglas, C., Rebeiro, G., & Waters, D. (2021). *Potter & Perry's*

Fundamentals of Nursing Anz Edition (6th ed.).

https://www.google.co.id/books/edition/Potter_Perry_s_Fundamentals_of_Nursing_A/BXv_Dw%0A_AAQBAJ?hl=id&gbpv=0

Dwi Cahya, N. K., & Rika, I. (2022). Association between Physical Activity Level and Sleep Quality in the Elderly. *Journal of Urban Health Research*, 1(1), 47–55.
<https://doi.org/10.25170/juhr.v1i1.3853>

Eriyani, T., Shalahuddin, I., Pebrianti, S., Maulana, I., & Nurrahmawati, D. (2023). Intervensi Senam untuk Meningkatkan Kualitas Tidur pada Lansia dengan Gangguan Tidur. *Malahayati Nursing Journal*, 5(6), 1734–1745.
<https://doi.org/10.33024/mnj.v5i6.8696>

Fitriani, A., Arief, F., & Shahib, N. (2021). Scoping Review : Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Tingkat Insomnia pada Lansia. *Spesia: Seminar Penelitian Sivitas Akademika Unisba*, 7(1), 367–374.

Friska, B., & Kemenkes Riau, P. (2020). The Relationship Of Family Support With The Quality Of Elderly Living In Sidomulyo Health Center Work Area In Pekanbaru Road. *Jurnal Proteksi Kesehatan*,.

Hasdiana, U. (2018). In *Analytical Biochemistry* (Vol. 11, Issue 1).

Hastuti, R. Y., Sari, D. P., & Sari, S. A. (2019). Pengaruh Melafalkan Dzikir terhadap Kualitas Tidur Lansia. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(3), 303.
<https://doi.org/10.26714/jkj.7.3.2019.303-310>

Hidayah, R. N., Romadhon, Y. A., Mahmudah, N., & Agustina, T. (2021). Hubungan tingkat pendidikan dan keaktifan kunjungan terhadap kualitas hidup pada

- posyandu lansia. *Jurnal Kedokteran*, 1196–1204.
- Ho, L. Y. W., & Ng, S. S. M. (2020). Non-pharmacological interventions for fatigue in older adults: A systematic review and meta-analysis. *Age and Ageing*, 49(3), 341–351. <https://doi.org/10.1093/ageing/afaa019>
- I Dewa Bagus Ketut Widya Pramana, & Herpan Syafii Harahap. (2022). Manfaat Kualitas Tidur yang Baik dalam Mencegah Demensia pada Lansia. *Lombok Medical Journal*, 1(1), 49–52. <https://doi.org/10.29303/lmj.v1i1.522>
- Irwin, M. R. (2019). Sleep and inflammation: Partners in sickness and in health. *Nature Reviews Immunology*, 19(11), 702–715. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31289370/>
- Ismail, S. S., Watung, G. I. V, Sibua, S., Astuti, W., & Fisik, K. (2024). Hubungan kualitas tidur dengan kelelahan fisik pada lansia di wilayah kerja uptd puskesmas motoboi kecil. 2(2), 14–19.
- Kozier, B., Erb, G. L., Berman, A., Snyder, S. J., Levett-Jones, T., Dwyer, T., Hales, M., Harvey, N., & Moxham, L., Park, T., Parker, B., Reid-Searl, K., & Stanley, D. (2015). *SLEEP. In Kozier & Erb's Fundamentals of Nursing Australian Edition Volumes 1-3 (3rd ed.). Pearson Australia Group Pty Ltd.*
- Liu, A. B., Lin, Y. X., Meng, T. T., Tian, P., Chen, J. L., Zhang, X. H., Xu, W. H., Zhang, Y., Zhang, D., Zheng, Y., & Su, G. H. (2024). Global prevalence and disability-adjusted life years of hypertensive heart disease: A trend analysis from the Global Burden of Disease Study 2019. *Journal of Global Health*, 14(6699), 04172. <https://doi.org/10.7189/jogh.14.04172>

- Mahanani, S. (2020). Guided Imagery To Reduce Insomnia in Elderly. *STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 9(1), 266–271. <https://doi.org/10.30994/sjik.v9i1.284>
- Masturoh, I., & Anggita, N. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Nasrullah, D. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik Edisi 1*. <http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-content/uploads/2017/08/Keperawatan-Gerontik-Komprehensif.pdf>
- Potter, P. A., Perry, A. G., Stockert, P. A., & Hall, A. (2019). *Fundamentals of Nursing Vol 2- 9th Indonesian edition* (& S. R. E. Novieastari, K. Ibrahim, Deswani (ed.)). Elsevier Health Sciences, 2019.
- Prakoso, D. I., Setyaningsih, Y., & Kurniawan, B. (2018). Hubungan Karakteristik Individu, Beban Kerja, Dan Kualitas Tidur Dengan Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kependidikan Di Institusi Kependidikan X. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(2), 2356–3346. <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>
- Priyono, M. S. (2021). *Analisis Regresi dan Korelasi untuk Penelitian Survei (Panduan Praktis Olah Data dan Interpretasi: D. GUEPEDIA*. <https://books.google.co.id/books?id=aOJKEAAAQBAJ>
- Purwantini, D., Nyoman, N., & Lestarina, W. (2024). Kebugaran Fungsional pada Lanjut Usia Laki-laki dan Perempuan. *Januari 2024 Indonesian Journal of Kinanthropology (IJOK)* |, 4(1), 2024–2032. <https://doi.org/10.26740/ijok.v4n1.p8-14>
- Qurratu'aini, A. D., & Sumarmi, S. (2024). Hubungan aktivitas fisik, kualitas tidur dan

- asupan energi dengan status gizi sopir kargo. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(1), 470–478.
- Rahmah, I. Z., Retnaningsih, D., & Apriana, R. (2018). Hubungan Sleep Hygiene Dengan Kualitas Tidur Pada Lanjut Usia. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 9(1). <https://doi.org/10.33666/jitk.v9i1.58>
- Ramli, R., & Masyita Nurul Fadhillah. (2022). Faktor yang Mempengaruhi Fungsi Kognitif Pada Lansia. *Window of Nursing Journal*, 01(01), 23–32. <https://doi.org/10.33096/won.v1i1.246>
- Ridwansyah, Nurbeti, & Sunarto, M. (2015). Kelelahan Pada Lanjut Usia. *Jkki*, 6, 188–197.
- Riyanto, S., & Hatmawan, A. A. (2020). *Metode Riset Penelitian Kuantitatif Penelitian di Bidang Manajemen, Teknik, Pendidikan dan Eksperimen*. CV Budi Utama. <https://books.google.co.id/books?id=W2vXDwAAQBAJ&lpg=PR4&hl=id&pg=PR4#v=onepage&q&f=false>
- Shidiq, Y. M., & Soleman, S. R. (2023). Penerapan Terapi Dzikir untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Pada Lansia di Panti Usia Lanjut 'Aisyiyah Sumber Surakarta. *Jurnal Mahasiswa Ilmu Kesehatan*, 1(4). <https://doi.org/10.59841/jumkes.v1i3.267>
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Tindakan Komprehensif* (S. Ratri (ed.)).
- Suryam Dora, D. (2017). *STUDIES ON VARIATION IN MILK PRODUCTION AND IT'S CONSTITUENTS DURING DIFFERENT SEASON, STAGE OF LACTATION AND PARITY IN GIR COWS* M.V.Sc D SURYAM DORA

LIVESTOCK, 6–18.

Uliyah, M., & Hidayat, A. A. (2021). *KEPERAWATAN DASAR 2 Untuk Pendidikan Vokasi*.

Utami, R. J., Indarwati, R., & Pradanie, R. (2021). Analisa Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Lansia Di Panti. *Jurnal Health Sains*, 2(3), 362–380.
<https://doi.org/10.46799/jhs.v2i3.135>