

DAFTAR PUSTAKA

- Abu-Raiya, H., et al. (2018). A psychological perspective on Islamic prayer: A review of the literature. *Journal of Religion and Health*, 57(3), 1206-1226.
- Adryana et al., (2020). Perbandingan Tingkat Stres pada Mahasiswa Tingkat I, II dan III Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *Majority*, 9(2), 68-75.
- Aly, M., et al., (2020). The Role of Religious Rituals in Stress Reduction: The Case of Wudu in Islam. *Journal of Behavioral Sciences*, 10(2), 45-56.
- Amalia, L., et al. (2022). Edukasi Dan Pemeriksaan Kesehatan Umum, Mata, Serta Jiwa Pada Lansia di Panti Sosial. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 5(4), 468-473.
- American Academy of Sleep Medicine. (2015). Recommended Amount of Sleep for a Healthy Adult: A Joint Consensus Statement. *Journal of Clinical Sleep Medicine*, 11(6), 591–592.
- Amran Y., Kusumawardani R., & Supriyatiningih N., (2012). Determinan Asupan Makanan Usia Lanjut. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional.*, 6(6), 255-259.
- Anggraini, D., Nurhasanah, L., & Dewi, R. (2022). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Stres pada Wanita Dewasa Muda. *Jurnal Psikologi Terapan*, 4(1), 12–18
- Ariani & Putri Ayu. 2017. *Ilmu Gizi*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Arifin, M., & Setiawan, A. (2020). Hubungan antara Penyakit Kronis dengan Tingkat Stres pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 112-119.
- Asrijati E.R., Mutmainnah Bq., & Saputra A.M., (2024). Hubungan Kehilangan Gigi dengan Status Gizi Lansia di Pusat Pelayanan Sosial Lanjut Usia Mandalika Tahun 2024. *Jurnal Bale Dental (JBD)*, 1(1), 18-23.
- ASPEN. (2020). *Malnutrition in older adults*. American Society for Parenteral and Enteral Nutrition.
- Badan Pusat Statistik Nasional. (2024). *Prevalensi lansia di Indonesia*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Badan Pusat Statistik Provinsi Sulawesi Selatan. (2022). *Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan*. Makassar: Badan Pusat Statistik Provinsi Sulawesi Selatan.
- Badan Pusat Statistik Sulawesi Selatan. (2020). *Prevalensi lansia di Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2024*. Makassar: Badan Pusat Statistik Sulawesi Selatan.
- Badan Pusat Statistik Provinsi Sulawesi Selatan. (2020). *Profil Penduduk Lanjut Usia Sulawesi Selatan*. Makassar: Badan Pusat Statistik Provinsi Sulawesi Selatan.
- Idris R., Nopriyanto D., & Nur S.R.F. (2024). Hubungan Kualitas Tidur dengan Tingkat Insomnia Pada Lansia: Studi Cross-Sectional. *Alauddin Journal of Nursing*, 5(1), 15-24.



- Baglioni, C., Battagliese, G., Feige, B., Spiegelhalder, K., Nissen, C., Voderholzer, U., & Riemann, D. (2016). Insomnia as a predictor of depression: A meta-analytic evaluation of longitudinal epidemiological studies. *Journal of Affective Disorders*, 190, 10–19.
- Baranwal, N., Yu, P.K. & Siegel, N.S. (2023). Sleep physiology, pathophysiology, and sleep hygiene. *Progress in Cardiovascular Diseases*, 77(1), 59–69.
- Basta, M., Belogianni, C., Yannakoulia, M., Zaganas, I., Panagiotakis, S., Simos, P., & Vgontzas, A. N. (2022). Poor Diet, Long Sleep, and Lack of Physical Activity Are Associated with Inflammation among Non-Demented Community-Dwelling Elderly. *Healthcare (Basel, Switzerland)*, 10(1), 143.
- Bauer, M. E., et al. (2020). Chronic stress and immunosenescence: A review. *Neuroimmunomodulation*, 27(2), 65-73.
- Budiman, Susanty S., Hasan F., & Apriliyasari R.W., (2024). Comparative Insomnia Prevalence Between Geriatrics Lived In Urban And Rural Areas: A Multicenter Nationwide Study Analysis. *BMC Public Health*, 24(2385), 2-9.
- Brahmana, R.P., (2024). Hubungan Depresi Dan Malnutrisi Pada Lanjut Usia: Studi Literatur. *Journal of Nutrition College*, 13(4), 311–320.
- Brown, J., Smith, R., & Taylor, K. (2019). *Nutritional challenges in the elderly*. *Journal of Aging and Health*, 31(2), 123-135.
- BPS. (2022). *Survei Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS)*. Badan Pusat Statistik.
- Camilleri, M., Park, S. Y., & Scarpellini, E. (2017). Gastrointestinal motility disorders in the elderly. *Gastroenterology Clinics*, 46(1), 103-115.
- Cacioppo, J. T., & Patrick, W. (2008). *Loneliness: Human nature and the need for social connection*. W.W. Norton & Company.
- Cacioppo, J. T., et al. (2015). Loneliness and health: Potential mechanisms. *Psychosomatic Medicine*, 77(5), 456-467.
- Chan, A. K. Y., Tsang, Y. C., Jiang, C. M., Leung, K. C. M., Lo, E. C. M., & Chu, C. H. (2023). Diet, Nutrition, and Oral Health in Older Adults: A Review of the Literature. *Dentistry journal*, 11(9), 222.
- Carskadon, M. A., & Dement, W. C. (2017). Normal Human Sleep: An Overview. In *Principles and Practice of Sleep Medicine* (6th ed.). Elsevier.
- Catikkas, N.M. (2020). Malnutrition and Related Factors in Older Adults. *European Journal of Geriatrics and Gerontology*, 2(2), 36-40.
- Chintami A.S., Renovaldi D., & Putra M.D., (2023). Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Kualitas Tidur terhadap Irama Sirkadian pada Lansia di Panti Sosial. *Muhammadiyah Journal of Geriatric*. 4(1), 36-41.
- Chomaria, N. (2018). *Bye-Bye Stress*. Jakarta : Elex Media Computindo.
- Cohen Mansfield. J., et al. (2016). Coping with aging: Role loss and adjustment in s. *Journal of Aging and Mental Health*, 20(5), 417-423.
- Jaite, L. J. (2009). Social network resources and management of *Journal of Aging and Health*, 21(3), 377-397.
- 5). *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan: Deskriptif, Bivariat, riat*. Jakarta: Salemba Medika.



- Damayanti, S., Amirus, K., and Perdana, A.A., (2024). Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Pada Usia Lanjut di Wilayah Kerja Puskesmas Bukoposo Kabupaten Mesuji. *Jurnal Medika Malahayati*, 7(4), 1131–1137.
- Dao-Tran, T. H., Anderson, D., & Seib, C. (2017). The Vietnamese version of the Perceived Stress Scale (V-PSS-10): Translation equivalence and psychometric properties among older women. *BMC Psychiatry*, 17(1), 1-9.
- Daturrahmah Z & Tobing D.L., (2023). Tingkat Stres, Kecemasan Dan Penyesuaian Diri Pada Lansia Yang Di Tinggal Pasangan Hidup. *Indonesian Journal of Health Development*. 5(1), 40-48
- Depkes RI. (2020). *Pedoman Gizi Seimbang untuk Lansia*. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat.
- Dewi, E. (2014). Studi Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Lansia di RW 06 Kelurahan Darmo Kecamatan Wonokromo Surabaya, *Jurnal Keperawatan*, 3(1), 6.
- Dewiasty, E., Fitriyanti, F., Nugraheni, S.A. & Suparmi, S., (2024). Malnutrition Prevalence and Nutrient Intakes of Indonesian Older Adults in Institutionalized Care Setting. *Annals of Nutrition and Metabolism*, 80(2), 45–52.
- Donini, L. M., Savina, C., & Cannella, C. (2003). Eating habits and appetite control in the elderly: the anorexia of aging. *International Psychogeriatrics*, 15(1), 73–87.
- Dhabhar, F. S. (2014). Effects of stress on immune function: The good, the bad, and the beautiful. *Immunity*, 39(1), 27-38.
- Dieny, F.F., Rahafiyanti, A., & Widyastuti, N., (2019). *Modul Gizi dan Kesehatan Lansia*. Yogyakarta: Penerbit K-Media
- Doty, R. L., & Kamath, V. (2021). The influence of age on olfaction and taste. *Physiology & Behavior*, 236, 113418.
- Ekasari, M.F., Riasmini, N.M., & Hartini, T. (2019). *Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Konsep dan Berbagai Intervensi*. Malang: Wineka Media.
- Esprenta A., Ekachayaningtyas M., & Saelan. (2022). Gambaran Tingkat Stress pada Lansia di Era New Normal. *Jurnal Keperawatan Notokusumo (JKN)*, 10(1), 45-49.
- Fatimah, S., & Nurhayati, L. (2021). Hubungan Kualitas Tidur dengan Status Gizi pada Lansia di Panti Werdha. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia*, 13(1), 28–35.
- Febriyanti, H., Nuraeni, S., & Sabarguna, B. (2023). Analisis Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 16(2), 599–608.



plikasi Monitoring Perkembangan Status Gizi Anak dan Balita
ital dengan Metode Antropometri Berbasis Android. *Jurnal Instek*,
49

an, F., & Widyastuti, N. (2021). Hubungan Status Gizi dengan
lakan pada Lansia di Panti Wredha. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*,

- Fitria, N., & Susanti, D. (2020). Faktor-faktor yang memengaruhi status gizi lansia di wilayah kerja Puskesmas Gunung Anyar. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 8(2), 123–130.
- Fitriana, N., & Ramadani, L. (2019). Hubungan antara Efisiensi Tidur dan Fungsi Kognitif pada Lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 9(2), 88–95.
- Fitriani, R., & Sutisna, E. (2022). Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Stres pada Lansia di Panti Sosial. *Jurnal Keperawatan Sehat*, 10(1), 35–41.
- Furuya, H., Nakagawa, K., Sasaki, M., Fujiwara, K. & Tokunaga, M., (2023). Eating difficulties and relationship with nutritional status among patients with dementia. *Journal of Nutrition in Gerontology and Geriatrics*, 42(1), 45–58.
- Global Nutrition Report. (2021). *The state of global nutrition*.
- Hafizoglu, M., Gurun, P., Okyar Bas, A., Kayabasi, C., Karaduman, D., Atbas, C., Esme, M., Balci, C., Halil, M., Cankurtaran, M., & Balam Dogu, B. (2025). Sleep hygiene education in older adults: effectiveness and association with comprehensive geriatric assessment. *Aging & mental health*, 29(6), 1123–1129.
- Hakim, M.A., & Aristawati, N.V. (2023). Mengukur Depresi, Kecemasan, Dan Stres Pada Kelompok Dewasa Awal di Indonesia: Uji Validitas Dan Reliabilitas Konstruk DASS-21. *Jurnal Psikologi Ulayat: Indonesian Journal of Indigenous Psychology*. 10(2), 232-250
- Handayani, T. (2020). Perubahan fisiologis lansia dan dampaknya terhadap kebutuhan gizi. *Jurnal Keperawatan dan Gizi Indonesia*, 11(1), 45–51.
- Hansen T., & Kjaersgaard A. (2020). Item analysis of the Eating Assessment Tool (EAT-10) by the Rasch model: a secondary analysis of cross-sectional survey data obtained among community-dwelling elders. *Health and Quality of Life Outcome*, 18(139), 2-14
- Handayani, R., & Puspitasari, D. (2021). Dukungan Pasangan Hidup dalam Menurunkan Tingkat Depresi dan Stres pada Lansia. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 10(1), 45-53
- Haryono, A. (2020). *Faktor-Faktor Psikologis yang Mempengaruhi Kesehatan Lansia*. Jakarta: Pustaka Medis.
- Hatmoko, J. H. (2015). Survei Minat dan Motivasi Siswa Putri Terhadap Mata Pelajaran Penjasorkes di SMK Se-Kota Salatiga Tahun 2013. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 4(4), 1729-1736.
- Hersch, P. E., & Nienaber, N. (2017). Economic stress and the elderly: Financial strain and its impact on mental health. *Journal of Aging & Social Policy*, 29(4), 292-308.
- Herlina, D., Maulidva, S., & Putri, N. (2020). Hubungan Jenis Kelamin dengan Risiko pada Lansia. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 15(2), 84–91.
- ti, E., & Ramadhan, R. (2020). Hubungan Gangguan Makan atus Gizi Lansia di Panti Werdha. *Jurnal Gizi dan Dietetik* 8(2), 85–90.



- Hermawan, F., Widyastuti, N., Tsani, A.F.A. & Fitranti, D.Y. (2019). Hubungan Status Gizi Dan Kualitas Tidur Dengan Kualitas Hidup Pada Lanjut Usia. *Journal of Nutrition College*, 8(4), 274–279.
- Hermawan, F., Widyastuti, N., & Tsani, A. F. A. (2020). Hubungan Disfagia dengan Status Gizi pada Lansia. *Journal of Nutrition College*, 8(4), 274-279.
- Hidayati, N., Fitria, M., & Syafitri, R. (2023). *Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Selama Pembelajaran Daring*. Jurnal Kesehatan Jiwa, 8(2), 90–97.
- Hill, D., Conner, M. & Clancy, F., (2021). Stress and eating behaviours in healthy adults: A systematic review and meta-analysis. *Health Psychology Review*, 15(2), 209–229.
- Hirshkowitz, M., Whiton, K., Albert, S. M., Alessi, C., Bruni, O., DonCarlos, L., Hazen, N., Herman, J., Katz, E. S., Kheirandish-Gozal, L., Neubauer, D. N., O'Donnell, A. E., Ohayon, M., Peever, J., Rawding, R., Sachdeva, R. C., Setters, B., Vitiello, M. V., Ware, J. C., & Adams Hillard, P. J. (2015). National Sleep Foundation's sleep time duration recommendations: methodology and results summary. *Sleep Health*, 1(1), 40–43
- Hussain, M., & Ahmad, A. (2019). Physiological effects of ablution (wudu) on stress reduction: A systematic review. *International Journal of Islamic Studies*, 8(1), 55-72.
- Indrawati, S., Purwanti, D., & Rachmawati, A. (2021). Kualitas Tidur Lansia dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 16(1), 35–44.
- Ilham R., Ibrahim, S.A., & Igrisa, M.D.P., (2020). Pengaruh Terapi Reminiscence Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha. *Journal of Health Science and Research*, 2(1), 1-12.
- Irwin M. R. (2022). Sleep disruption induces activation of inflammation and heightens risk for infectious disease: Role of impairments in thermoregulation and elevated ambient temperature. *Temperature (Austin, Tex.)*, 10(2), 198–234.
- Iwasaki, M., et al. (2022). Sarcopenic Dysphagia, Malnutrition, and Oral Frailty in Elderly. *Nutrients*, 14(5), 982.
- Jiang, H., Ye, L., Zhang, S., Jin, M., Wang, J., Tang, M., & Chen, K. (2023). The association between nutritional status and sleep quality of Chinese community-dwelling older adults. *Aging clinical and experimental research*, 35(9), 1945–1954.
- Julita U., et al. (2025). Hubungan Status Gizi Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Digampong Ujong Tunong. *Jurnal Kesehatan AKIMAL*. 4(1), 8-13.
- Jung, S.E., Bishop, A.J., Kim, M., Hermann, J.R. & Kim, G., (2017). Nutritional Status of Rural Older Adults Is Linked to Physical and Emotional Health. *Journal of Nutrition and Dietetics*, 117(6), 941–948.
- (2019). Financial vulnerability and mental health in older adults. *Journal of Aging & Human Development*, 89(2), 137-148.
- (2020). The impact of wudu on mental well-being among elderly clinical study. *Aging and Mental Health*, 24(5), 789-795.



- Kaunang, V. D., Buanasari, A. & Kallo, V. (2019) Gambaran tingkat stres pada lansia, *Jurnal Keperawatan*, 7(2), 1–8.
- Kakemam E., Navvabi E., Albelbeisi A.A., Saeedikia F., Rouhi A., & Majidi S., (2022). Psychometric properties of the Persian version of Depression Anxiety Stress Scale-21 Items (DASS-21) in a sample of health professionals: a cross-sectional study. *BMC Health Services Research*. 22(111), 2-9
- Kemenkes RI. (2018). *Hasil utama Riskesdas 2018*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Pemantauan Status Gizi Lansia*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan.
- Kemenkes RI, (2023). *Berhaji dan lansia*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/berhaji-dan-lansia>
- Kim JH., Ekhadem AR., and Duff JF. (2022). Circadian Rhythm Sleep-Wake Disorders in Older Adults. *Sleep Medicine Clinics*. 17(2), 241-252.
- Kim, S., Kim, M., Won, C.W. & Lee, Y., (2023). Two-year longitudinal associations between nutritional status and frailty in community-dwelling older adults. *BMC Geriatrics*, 23(1), 251.
- Koenig, H. G. (2012). Religion, spirituality, and health: The research and clinical implications. *International Scholarly Research Notices*, 2012, 1-33.
- Kossioni, A. E. (2018). The impact of oral health on the quality of life of older people: A review. *Maturitas*, 118, 63-69.
- Kozak, M. L., et al. (2017). Chronic illness and its impact on the elderly: The role of psychological factors. *Journal of Geriatric Medicine*, 45(3), 203-210.
- Kusuma, N.I (2024). Hubungan Status Gizi dan Aktivitas Fisik dengan Kualitas Hidup Lansia. *Journal of Public Health and Industrial Nutrition*, 3(1). 47
- Kusuma, R. (2020). Hubungan antara aktivitas fisik dengan status gizi pada lansia di Puskesmas X. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia*, 12(2), 87–94.
- Lachman, M. E. (2015). Development in midlife: Cognitive, social, and emotional factors. *American Psychologist*, 70(4), 317-330.
- Leba I.P.R.P., Maria L., & Harningtyas S., (2023). Literature Review: Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Pada Lansia, *Profesional Health Journal*, 4(2), 166-177.
- Leoni, A.P., Amelia, W.R., Laksmi, P.W. & Syauqy, A. (2023). Performa Diagnostik Global Leadership Initiative on Malnutrition (GLIM) dibandingkan dengan Malnutrition Nutritional Assessment (MNA) dalam Pengkajian Malnutrisi pada Pasien Geriatri di Rawat Inap. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 10(1). 4-12.
- Lestari, D., & Kurniawan, R. (2021). Faktor yang berhubungan dengan status gizi ayah kerja Puskesmas Mojosongo. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti* (2), 87–95.
- wan, A. (2021). Pola konsumsi pangan dan status gizi pada lansia perkotaan. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 7(1), 45–52.
- ri, M. (2019). Perbedaan Tingkat Kecemasan antara Lansia dan Laki-laki. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 7(1), 23-30.



- Lestari, I. W., & Maulidya, F. (2022). Pengaruh Gangguan Tidur terhadap Status Gizi pada Lansia: Kajian Literatur. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 18(2), 91–97.
- Leviana, S., & Agustina, Y. (2024). Analisis Pola Makan dengan Status Gizi Pada Siswa-Siswi Kelas V di SDN Jatiwaringin XII Kota Bekasi. *Manuju*, 6(4), 1635–1656.
- Levine, D. W., Kripke, D. F., Kaplan, R. M., Lewis, M. A., Naughton, M. J., Bowen, D. J., & Shumaker, S. A. (2003). Reliability and validity of the Women's Health Initiative Insomnia Rating Scale. *Psychological Assessment*, 15(2), 137–148.
- Lin, Y.H., Chang, H.C., Hsu, C.L., Chen, H.Y. & Chou, M.Y. (2023). Associations between Various Sleep-Wake-Related Indicators and Nutritional Status in Community-Dwelling Older Adults. *The Journal of Nutrition, Health & Aging*, 27(3), 205–214
- Majid M.N.R., Widyastuti & Indahari, N.A. (2021). Pengaruh Latihan Bersyukur Terhadap Peningkatan Subjective Well-Being Pada Lansia Di Panti Wreda Theodora Makassar: The Effect of Gratitude Exercise to Enhancing the Subjective Well-Being of The Elderly in Theodora Makassar Nursing Home. *Jurnal Psikologi Jambi*, 6(2), 1–10.
- Mardiatillah, S. D., & Nurjannah. (2023). Konsep Tidur dalam Perspektif Psikologi dan Islam. *Happiness: Journal of Psychology and Islamic Science*, 7(1), 65–71.
- Mastin, D. F., Bryson, J., & Corwyn, R. (2006). Assessment of Sleep Hygiene Using the Sleep Hygiene Index. *Journal of Behavioral Medicine*, 29(3), 223–227.
- Maulani, R., & Sasmita, N. (2022). Pola makan dan variasi konsumsi makanan pada lansia dengan gizi kurang di Puskesmas Tanjung Barat. *Jurnal Media Gizi Indonesia*, 21(3), 110–118.
- Maulidya, R., & Hartati, N. (2021). Hubungan kelebihan berat badan dengan risiko penyakit degeneratif pada lansia. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 13(2), 85–92.
- McEwen, B. S., & Morrison, J. H. (2013). The brain on stress: Vulnerability and plasticity of the prefrontal cortex over the life course. *Neuron*, 79(1), 16–29
- Mohamed, S., et al. (2017). Religious coping and psychological resilience in aging Muslims. *Journal of Aging Studies*, 41, 24–32.
- Mollayeva, T., Thurairajah, P., Burton, K., Mollayeva, S., Shapiro, C. M., & Colantonio, A. (2015). The Pittsburgh sleep quality index as a screening tool for sleep dysfunction in clinical and non-clinical samples: A systematic review and meta-analysis. *Sleep Medicine Reviews*, 25, 52–73.
- Moreira PL, Boas PJFV, Ferreira ALA. (2014). Association between oxidative stress and nutritional status in the elderly. *Rev Assoc Med Bras*, 60(1), 75–83.
- Muchsin, E.N., et al. (2023). Tingkat Stres pada Lansia yang Tidak Tinggal Serumah uarga. *Jurnal Salam Sehat Masyarakat*, 4(2), 23.
- dyani, L. (2021). Analisis Kesehatan Mental Pada Lansia i Kebersyukuran Pada Lansia Muslim di Aceh Utara). *Jurnal erapan (JPT)*, 3(1), 7
-). *Ageism: Stereotyping and prejudice against older persons*. MIT



- Novitasari, L. (2021). *Gangguan Tidur pada Lansia dan Dampaknya terhadap Kesehatan*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Nugraheni, R., & Yulianti, T. (2021). Analisis status gizi dan determinannya pada lansia di Panti Wreda Kabupaten Sleman. *Jurnal Gizi dan Pangan Indonesia*, 13(1), 45–52.
- Nugroho, W. A., Prasetya, D. S., & Ayuningtyas, S. (2020). Perbedaan Kualitas Tidur pada Lansia Berdasarkan Kelompok Umur. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 6(2), 78–84.
- Nugroho, Y. S., Yuniarti, K. W., & Prasetyo, A. (2020). Kualitas Tidur dan Risiko Malnutrisi pada Lansia di Wilayah Perkotaan. *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia*, 9(2), 77–84.
- Nuraini, L., & Kurniasari, A. (2022). Hubungan kesulitan mengunyah dengan asupan makanan pada lansia. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia*, 14(1), 33–40.
- Nuraini, D., & Yuliana, R. (2022). Efektivitas intervensi gizi terhadap perubahan indeks massa tubuh lansia di komunitas. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nusantara*, 11(1), 41–49.
- Nurlina, S., & Hidayat, M. (2021). Aktivitas fisik dan pola makan sebagai faktor risiko kelebihan berat badan pada lansia di Kota Makassar. *Jurnal Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 10(2), 124–130.
- Nurhayati, T., Suryani, I., & Hasanah, A. (2022). Hubungan Antara Isolasi Sosial dan Tingkat Stres pada Lansia. *Jurnal Geriatri Indonesia*, 5(2), 67–74.
- Nurhidayati, N. (2021). Analisis pola makan dan status gizi lansia di Puskesmas Yogyakarta. *Jurnal Ilmu Gizi dan Pangan*, 16(1), 23–31.
- Nur, H. and Aritonang, E.Y. (2022). Gambaran Pola Makan Dan Kelelahan Kerja Pada Buruh Angkat Di PT. Karya Mandiri Prima Kabupaten Langkat. *Journal of Health and Medical Science*, 1(4), 242–254.
- Safira, N.L., Probosari, E.L., Candra, A., Ayustaningwarno F., & Rahadiyanti A. (2021). Hubungan Disfagia Dengan Malnutrisi Pada Lanjut Usia: Studi Literatur. *Journal of Nutrition College*, 10(4), 257–272.
- Nurhidayati, I., Suciana, F., & Septiana, A.N. (2021). Status Gizi Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Lansia di Puskesmas Jogonalan I. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 181–189.
- National Sleep Foundation. (2021). *Sleep and aging: Understanding the impact*.
- Nguyen, T.T., Pham, H.T., Nguyen, T.T.N., Le, T.T.T. & Nguyen, T.H., (2024). Nutritional status, dietary quality and eating disturbance issues among people with dementia in Vietnam: evidence of a cross-sectional study. *Journal of Health, Population and Nutrition*, 43(1). pp. 1-8.
- Notoatmodjo & Soekidjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka



- ynolds, C. F., & Dauvilliers, Y. (2017). Excessive sleepiness and the elderly population. *Sleep Medicine Clinics*, 12(2), 205–216.
- Parry-Jones, W.L.I. (1992). Pica: Symptom or Eating Disorder? A 'assessment', *British Journal of Psychiatry*, 160(3), 341–354.

- Patricia, H., & Apriyeni, E. (2021). Determinant Factors of Psychological Well Being Nurses on the Frontline Against the Covid-19 Pandemic. Proceedings of the 2nd Syedza Saintika International Conference on Nursing, Midwifery, Medical Laboratory Technology, Public Health, and Health Information Management (SeSICNiMPH 2021).
- PERGEMI. 2012. Konsensus Pengelolaan Nutrisi pada Usia Lanjut. Jakarta: Pengurus Besar Perhimpunan Gerontologi Medik Indonesia (PB Pergemi).
- Pertiwi, J. (2018). Prediksi Tinggi Badan Aktual pada Lanjut Usia. *Jurnal Gizi Indonesia*, 6(1), 45-52
- Pinquart, M., & Sorensen, S. (2001). Influences on subjective well-being in older adults: A meta-analysis. *Psychology and Aging*, 16(3), 414-427
- Prakash, J., & Reddy, S. S. (2020). Physical limitations and stress in the elderly: A review. *Indian Journal of Geriatric Research*, 18(1), 14-20.
- Prasetya, A., & Widodo, Y. (2018). Tingkat Stres pada Lansia Usia 60-74 Tahun. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 6(3), 109-117.
- Pratiwi, D., & Indrawati, R. (2022). Faktor-faktor yang memengaruhi gangguan makan pada lansia di Panti Wredha. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 9(2), 47–54.
- Prianthara, I. M. D., Paramurthi, I.P., & Astrawan, I. P. (2021). Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Kualitas Tidur Dan Fungsi Kognitif Pada Kelompok Lansia Dharma Sentana, Batubulan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 17(2), 110–121.
- Priscila Lucelia Moreira, Paulo and Lucia, A. (2014). Association between oxidative stress and nutritional status in the elderly. *Revista da Association Medica Brasileria*, 60(1), 75-83.
- Pratiwi, A. N., & Amalia, S. (2021). Hubungan antara pola makan dan status gizi pada lansia di wilayah Puskesmas Margahayu. *Jurnal Gizi Indonesia*, 9(1), 60–68.
- Putri, D. R., & Ramadhan, Y. (2023). Efektivitas pendekatan berbasis keluarga dalam pencegahan kelebihan berat badan pada lansia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Prima*, 14(1), 27–35.
- Putra, I.G.Y. & Febianingsih, N.P.E. (2019). Gambaran Status Gizi Pada Lanjut Usia di Panti Wredha Wana Sraya Denpasar. *Bali Health Published Journal*, 1(1), 10–17.
- Putri, D.E.M., Su'udi, Sumiatin, T., 2024. Tingkat Stres Dengan Kejadian Insomnia Pada Lansia di Puskesmas Wire. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 3(8), 333-336.
- Putri, M., & Rahma, S. (2021). *Stres dan Kesehatan Mental Lansia*. Surabaya: Graha Ilmu.
- M. P. (2021). Hubungan kemampuan makan dengan status gizi. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia*, 9(3), 112–120.
- landayani, T. (2021). Hubungan Umur dengan Fungsi Mengunyah Gizi pada Lansia. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 33–40
- dyastuti, Y., & Mustofa, R. (2020). Hubungan nafsu makan dengan lansia. *Jurnal Kesehatan*, 8(1), 71–78.



- Rahmah, S., & Fatmasari, F. (2021). Masalah gigi dan mulut sebagai faktor risiko malnutrisi pada lansia. *Jurnal Kesehatan Gigi*, 12(2), 90–97.
- Rahman, F., et al. (2021). The impact of Islamic spiritual practices on stress reduction among older adults. *Journal of Religion and Health*, 60(2), 678–693.
- Rahmawati, A. and Nugroho, H.S. (2021) Hubungan kadar kolesterol total dengan kualitas tidur pada lansia, *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 16(2), 123–129.
- Rahmawati, A. and Nugroho, H.S. (2021) Hubungan kadar kolesterol total dengan pola makan pada lansia, *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia*, 9(2), 102–108
- Rahmayani, R.D., Liza, R.G. and Syah, N.A. (2019). Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2017. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 8(1), 103.
- Ramadhan, A. (2023). Analisis Status Gizi Lansia Berdasarkan Indeks Massa Tubuh. *Jurnal Kesehatan dan Gizi*, 11(1), 23–30.
- Ramadhana, G.N., Irsal, I., & Fitriany, E. (2025). View of Hubungan Kehilangan Gigi dengan Status Gizi dan Kualitas Hidup pada Lansia di Kecamatan Balikpapan Timur. [online], *Journal Unsrat*, 13(1), 167.
- Ramli, M. (2019). Pola Makan dan Status Gizi Lansia: Studi Korelasi di Wilayah Puskesmas. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 5(1), 23–29.
- Rizki, A. F., & Pertiwi, D. A. (2022). Pola makan tinggi lemak dan aktivitas fisik rendah sebagai determinan kelebihan berat badan pada lansia. *Jurnal Gizi Indonesia*, 5(1), 28–35.
- Riskiana, N.E.P.N. & Mandagi, A.M. (2021). Tingkat Pendidikan Dengan Fungsi Kognitif Pada Lansia Dalam Periode Aging Population. *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(2), 256.
- Riski, F., Kartasurya, M. I., & Pradigdo, S. F. (2018). Penggunaan Tinggi Lutut dan Panjang Depa sebagai Prediktor Tinggi Badan dan Indeks Massa Tubuh pada Lansia di Kelurahan Sambiroto Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(5), 378–387
- Rompas, S., & Kundre R. (2017). View Of Hubungan Tingkat Stres Dengan Status Gizi Pada Lanjut Usia di BPLU Senja Cerah Paniki Bawah Kecamatan Mapanget Manado, *e-journal Keperawatan*, 5(1), 1–7.
- Safira N.L., Probosari E., Candra A., Ayustaningwarno F., & Rahadiyanti A., (2021). Hubungan Disfagia Dengan Malnutrisi Pada Lanjut Usia : Studi Literatur. *Journal of Nutrition College*, 10(4), 257–272.
- Santoso, B. (2020). *Pola Hidup Sehat untuk Lansia*. Bandung: Alfabeta.
- Santrock, J. W. (2019). *Life-Span Development* (17th ed.). McGraw-Hill Education.
- Sapolsky, R. M., et al. (2017). Glucocorticoids and hippocampal atrophy in psychiatric disorders. *Archives of General Psychiatry*, 57(10), 925–935.
- M.K., Rusdi., & Ain A. (2021). Gambaran Kualitas Tidur Yang a Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda 'andemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Wiyata*, 2(1), 11–20.
- F., & Mulyani, D. (2021). Hubungan Tingkat Stres dengan Asupan ansia. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 9(2), 89–96.



- Sari, D., & Widodo, R. (2022). *Masalah Gizi pada Lansia*. Malang: UMM Press.
- Sari, D. & Anggraini, N. (2022). Hubungan gangguan pencernaan dengan kesulitan makan pada lansia di puskesmas, *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 14(1), 56–63
- Sari, M., Andini, L., & Rahmawati, Y. (2021). Stres Kronis pada Lansia dan Dampaknya terhadap Kesehatan. *Jurnal Kesehatan Jiwa*, 9(2), 77-84.
- Sari, R., Masriadi, & Patimah, S. (2021). Hubungan Faktor Psikologis dengan Pola Makan pada Lansia. *Window of Public Health Journal*, 4(2), 208-216.
- Sari W and Septiani W., (2019). Malnutrisi pada Lansia di Kota Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Komunikasi (Journal of Community Health)*, 5(1), 44-48.
- Safira, N.L., et al., (2021). Hubungan Disfagia Dengan Malnutrisi Pada Lanjut Usia : Studi Literatur. *Journal of Nutrition College*. 10(4), 257-272.
- Santini, Z. I., et al. (2017). The association between depression and cognitive impairment in older adults: A systematic review. *Psychology and Aging*, 32(3), 428-437.
- Steptoe, A., et al. (2013). Depression and anxiety in older adults: The role of social networks. *Psychological Science*, 24(2), 145-150.
- Safitri, M., & Nurjanah, L. (2022). Aktivitas fisik dan konsumsi energi berlebih pada lansia di perkotaan. *Jurnal Media Gizi Indonesia*, 21(3), 133–140.
- Sari, N. & Anggraini, D. (2022). Gangguan pencernaan dan dampaknya terhadap kualitas tidur lansia', *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 14(1), 45–52.
- Sari, P., & Lestari, D. (2023). Pengaruh senam lansia dan edukasi gizi terhadap status gizi dan kualitas hidup lansia. *Jurnal Kesehatan Gizi dan Kebugaran*, 15(1), 55–63.
- Salisa, D., Ramli, H., & Mardiah, S. (2023). Hubungan antara pengetahuan gizi, pola makan, dan status gizi pada lansia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nusantara*, 8(1), 54–60.
- Setiadi, R., Pramono, R. and Haryanto, T. (2020) Nyeri sendi akibat asam urat sebagai prediktor gangguan tidur pada lanjut usia, *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 15(3), 187–194.
- Setiadi, R. and Rini, S.S. (2022) Asam urat dan pengaruhnya terhadap nafsu makan lansia, *Jurnal Keperawatan Geriatri*, 5(1), 37–43.
- Setiati, S. and Rini, S.S. (2022) *Geriatri: Ilmu Kesehatan Usia Lanjut*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Siagian, P., Marlina, R., & Yuliani, S. (2022). Dukungan keluarga dan status gizi lansia di wilayah binaan Puskesmas Medan Timur. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Masyarakat*, 5(2), 102–110.
- Scully, C. (2018). *Oral and maxillofacial medicine: the basis of diagnosis and treatment* (4th ed.). Churchill Livingstone.



- 1). *Panduan Praktis Metode Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta:
- rihatini, S. (2020). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta:
- itri, I. P. (2019). Disfagia dan Dampaknya terhadap Kesehatan *nal Ilmu Keperawatan*, 11(1), 45-52.

- Shakeri, N., Esmaeili, R., Alizadeh, M. & Ranjbaran, M., 2025. The Relationship Between Depression and Nutritional Status Among the Elderly Adults with Cardiovascular Diseases in Northern Iran. *Journal of Health, Population and Nutrition*, 43(1), 1-8.
- Siregar, A., & Apriyani, E. (2023). Pemberian makanan tambahan dan konseling gizi terhadap peningkatan berat badan pada lansia dengan malnutrisi. *Jurnal Gizi Kesehatan Indonesia*, 9(1), 14–21.
- Smith, A., & Jones, L. (2020). *Stress and nutrition: A bidirectional relationship. Nutritional Science Review*, 15(4), 200-215
- Subagyo, B., & Fitri, M. (2021). Pelatihan Pemeriksaan Antropometri pada Kader Posyandu Lansia. *Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 5(1), 85-92.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukmawati, N.M.H., & Putra, I.G.S.W. (2019). Reliabilitas Kusioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) Versi Bahasa Indonesia Dalam Mengukur Kualitas Tidur Lansia. *WICAKSANA, Jurnal Lingkungan & Pembangunan*. 3(2), 30-38.
- Sulana, I.O., Sekeon, S.A., & Mantjoro, E.M. (2020). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi. *Kesmas*, 9(7). 1–8.
- Sumirta, I. N., & Laraswati, A. I. (2017). Faktor Yang Menyebabkan Gangguan Tidur (Insomnia) Pada Lansia. *Jurnal Gema Keperawatan*, 8(1), 20–30.
- Supriasa, I Dewa Nyoman, et al. 2016. Penilaian Status Gizi. Edisi 2. Jakarta: Buku Kedokteran EGC Smith,
- Susanti, Y., & Rahmawati, E. (2023). *Dampak Stres Berat terhadap Kesehatan Mental pada Dewasa Akhir. Jurnal Psikiatri dan Psikologi Klinis*, 11(3), 101–108.
- Susilowati, N., Hartono, Y., & Lestari, M. D. (2021). Hubungan Kesulitan Makan dengan Asupan Nutrisi pada Lansia. *Jurnal Ilmu Gizi dan Kesehatan*, 13(1), 10–16.
- Soedibyo, S. and Mulyani, R.L. (2016). Kesulitan Makan pada Pasien: Survei di Unit Pediatri Rawat Jalan. *Sari Pediatri*, 11(2), 79.
- Stamou, M. I., Colling, C., & Dichtel, L. E. (2023). Adrenal aging and its effects on the stress response and immunosenescence. *Maturitas*, 168, 13–19.
- Tanita Europe. (2012) *BC-545N Instruction Manual (InnerScan V)*.
- Taylor, S. E. (2018). *Health Psychology* (10th ed.). McGraw-Hill Education
- Thalib, B., Ramadhani, K.N., & Asmawati. (2015). Status Gizi dan Kualitas Hidup pada Lansia Pengguna Gigitiruan Penuh di Kota Makassar. *Media Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin*, 11(1), 44–49.



son, E. A., Micali, N., Misra, M., Deckersbach, T., & Eddy, K. T. Adolescent/Restrictive Food Intake Disorder: a Three-Dimensional neurobiology with Implications for Etiology and Treatment. *Current reports*, 19(8), 54.

- Trisnawati, T., Wardhani, R. S., & Fauziah, D. (2021). Gambaran Status Gizi Lansia Berdasarkan Faktor Sosiodemografi di Puskesmas. *Jurnal Gizi Indonesia*, 10(2), 97–103
- UNICEF: United Nations. (2022). *World Population Prospects 2022*. Department of Economic and Social Affairs, Population Division.
- Utami, R. J., Indarwati, R., & Pradanie, R. (2021). Analisa Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Lansia di Panti. *Jurnal Health Sains*, 2(3), 362–380.
- Utami, S. (2022). Perubahan fisiologis lansia dan pengaruhnya terhadap kebutuhan gizi. *Jurnal Geriatri dan Gerontologi*, 4(2), 87–94.
- Vellas, B., Guigoz, Y., Garry, P. J., Nourhashemi, F., Bennahum, D., Lauque, S., & Albarede, J. L. (1999). The Mini Nutritional Assessment (MNA) and its use in grading the nutritional state of elderly patients. *Nutrition*, 15(2), 116–122
- Wahyuni, D., Utami, A., & Mulyono, S. (2020). Pengaruh kehilangan gigi terhadap fungsi pengunyahan pada lansia. *Jurnal Geriatri Indonesia*, 4(1), 22–28.
- Wahyuni, R., & Pratama, D. (2022). *Kesehatan Lansia di Era Modern*. Makassar: UNM Press.
- Wahyuni, L., & Rahayu, D. (2022). Faktor Sosial dan Ekonomi yang Mempengaruhi Pola Makan Lansia. *Jurnal Gizi Indonesia*, 14(1), 112–119.
- Wahyuningrum T., Saudah N., & Hermansyah L., (2015). Hubungan Tingkat Depresi Dengan Gangguan Tidur (Insominia) Pada Lansia Di Upt Panti Werdha “Mojopahit” Kabupaten Mojokerto. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 50–55.
- Wakabayashi, H., et al. (2016). Decreased Skeletal Muscle Mass and Risk Factors of Sarcopenic Dysphagia: A Prospective Observational Cohort Study. *The Journals of Gerontology: Series A*, 71(10), 1364–1370
- Widyastuti, L., & Sari, I. (2023). Partisipasi dalam kegiatan komunitas dan pengaruhnya terhadap status gizi lansia. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 11(2), 67–73.
- Wijayanti, F., & Fitria, N. (2019). Hubungan Penggunaan Obat Tidur dengan Kualitas Tidur pada Lansia. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 10(1), 57–63.
- Wulandari, D., & Handayani, R. (2021). Kekurangan gizi pada lansia dan strategi pencegahannya. *Jurnal Ilmu Gizi Prima*, 5(1), 33–40.
- Wulandari, R., & Rachmawati, T. (2020). Dukungan Sosial dan Tingkat Stres pada Lansia yang Tinggal di Rumah. *Jurnal Psikologi Sosial*, 6(1), 55–63.
- WHO. (2021). *Global report on age and health*. World Health Organization.
- Xiaoqing W et al., 2024. Relationships between oral function, dietary intake and nutritional status in older adults aged 75 years and above: a cross-sectional study. *BMC Public Health*, 24(1465), 1–11.
- Yuliani, E. (2020). Perubahan fisiologis lansia dan implikasinya terhadap status gizi. *Keperawatan dan Gizi*, 8(3), 112–118.
- Yuliani, N. (2020). Kualitas Tidur dan Faktor yang Mempengaruhinya pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Respati*, 7(2), 39–46.
- Yuliani, N. (2020). Manajemen Stress Menuju Lansia Sehat dan Bahagia. *Perawat Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 75–81.



- Yuniarti, T. (2021). Faktor psikososial yang memengaruhi nafsu makan lansia di lingkungan keluarga. *Jurnal Keperawatan Lansia*, 6(1), 22–28
- Yusnah, H, Sulaiman, L., & Sismulyanto. (2022). Peningkatan Pengetahuan Gizi Lansia Melalui Penyuluhan dan Pendampingan di Panti Sosial Lanjut Usia Mandalika Dinas Sosial Provinsi NTB. *Jurnal Kreativitas Pengabdian kepada Masyarakat*, 5(7), 2021–2029.
- Zhao, Y., Wang, L., Liu, J., Zhang, X. & Zhang, H., (2025). *Relationship between sleep quality and dietary nutrients in rural elderly individuals*. *Frontiers in Nutrition*.
- Zhao, W. Y., Zhang, Y., Jia, S. L., Ge, M. L., Hou, L. S., Xia, X., Liu, X. L., Yue, J. R., & Dong, B. R. (2021). The association of sleep quality and sleep duration with nutritional status in older adults: Findings from the WCHAT study. *Maturitas*, 145, 1–5.

