

Daftar Pustaka

- A'la, N., Fitria, N., & Suryawati, I. (2021). Hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur pada lansia. *Jurnal Assyifa': Jurnal Ilmu Kesehatan Lhokseumawe*, 6(2).
- Adriani, R. B., Mardiyah, S., Wicaksono, D., Vioneery, D., Sari, D. H. A., Aslindar, D. A., Solikhah, M. M., Sarifah, S., Saputra, M. K. F., & Adriana, N. P. (2022). *Pengantar keperawatan gerontik*. Pradina Pustaka.
- Adriani, R. B., Sulistyowati, D., Patriyani, R. E. H., Tamato, K. W., Susyanti, S., Suryanti, & Rachmawaty. (2021). *Buku ajar keperawatan gerontik* (M. S. Sudirman (ed.); 1st ed.). CV. Adanu Abimata. https://www.google.co.id/books/edition/BUKU_AJAR_KEPERAWATAN_GERONTIK/ZGBZEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=BUKU+AJAR+KEPERAWATAN+GERONTIK+adriani&pg=PR2&printsec=frontcover
- Alvita, G. W., Faidah, N., & Tutik, F. V. (2021). Hubungan kadar asam urat dengan kualitas tidur pada lansia di desa dukuhseti pati. *Jurnal Ilmu Kesehatan MAKIA*, 11(2), 15–21.
- Andas, A. M., Sansuwito, T., Said, F. M., Wada, F. H., Purnamasari, A., Prima, A., & Andas, N. H. (2024). The Influence of Sleep Hygiene on the Sleep Disorders of Elderly at Integrated Long Term Care. *The Malaysian Journal of Nursing (MJN)*, 15(4), 109–117.
- Anggraini, N., Mutiasyah, W., Sari, P. N., Muoriz, Q., Runiasih, E., Wahyu, P., Arifin, T. N., Pratiwi, Y. D., & Repolita, J. (2022). *Edukasi keluarga dalam pemberdayaan lansia* (M. Nasrudin (ed.); Cetakan ke). PT Nasya Expanding Management. https://www.google.co.id/books/edition/Edukasi_Keluarga_dalam_Pemberdayaan_Lans/WEqkEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=0
- Aspiani, R. Y. (2014). *Buku ajar asuhan keperawatan gerontik*. Jakarta: Trans Info Media.
- Astaniah, S., Rahmayanti, D., Setiawan, H., Keperawatan, I., Kedokteran, F., & Lambung, U. (2019). Gambaran sleep hygiene lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera Provinsi Kalimantan Selatan. *Jurnal Kesehatan: April*.
- Astuti, R., Yusuf, M., & Mayasari, P. (2022). Gambaran pendokumentasian proses keperawatan. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 1(3).
- Baringbing, J. O. (2020). Diagnosa keperawatan sebagai bagian penting dalam asuhan keperawatan. *Osf Preprints*, 1–9.
- Basarewan, N. D. S., Dwisty, B., & Laya, A. A. (2022). Hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada lansia di kelurahan lawangirung lingkungan II kota manado. *Jurnal Kesehatan Amanah*, 6(1), 55–59.

- BKKBN. (2020). *Panduan bina keluarga lansia integrasi*.
- BPS. (2023). Statistik penduduk lanjut usia 2023. In *Jurnal Sains dan Seni ITS* (Vol. 6, Issue 1). <http://repositorio.unan.edu.ni/2986/1/5624.pdf><http://fiskal.kemenkeu.go.id/ejournal><http://dx.doi.org/10.1016/j.cirp.2016.06.001><http://dx.doi.org/10.1016/j.powtec.2016.12.055><https://doi.org/10.1016/j.ijfatigue.2019.02.006><https://doi.org/10.1>
- BPS Sumbar. (2023). Jumlah penduduk menurut kelompok umur dan jenis kelamin di provinsi sumatera barat. In *January 26, 2023*. <https://sumbar.bps.go.id/indicator/12/667/1/jumlah-penduduk-menurut-kelompok-umur-dan-jenis-kelamin-di-provinsi-sumatera-barat.html>
- Buysse, D. J., Reynolds III, C. F., Monk, T. H., Berman, S. R., & Kupfer, D. J. (1989). The pittsburgh sleep quality index: a new instrument for psychiatric practice and research. *Psychiatry Research*, 28(2), 193–213.
- Danumadia, F. R. (2024). *Pengaruh cognitive behavioural therapy (cbt) terhadap peningkatan kualitas tidur dan perubahan kemampuan mengatasi insomnia pada lansia di panti tresna werdha hargodedali surabaya*. UNIVERSITAS AIRLANGGA.
- Dewi, S. R. (2015). *Buku ajar keperawatan gerontik* (E. Supriyanto (ed.); Edisi 1). Deepublish. https://www.google.co.id/books/edition/Buku_Ajar_Keperawatan_Gerontik/3FmACAAAQBAJ?hl=id&gbpv=0
- Dhari, P. W., & Silvitasari, I. (2022). Hubungan antara sleep hygiene dengan tingkat insomnia pada lansia di kecamatan jebres kelurahan gandekan rw 05 surakarta. *Nusantara Hasana Journal*, 1(11), 22–32. <http://nusantarahasanajournal.com/index.php/nhj/article/view/279>
- Efendi, Y., & Abidin, A. Z. (2021). *Diet sehat di usia senja “perspektif lansia dalam pola makan dan hidup sehat”* (Guepedia (ed.)). Guepedia. https://www.google.co.id/books/edition/DIET_SEHAT_DI_USIA_SENJA_Perspektif_Lans/V_1UEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=0
- Faridah, U., Kusumawati, D., Rahayu, S., & Wahab, D. (2021). Hubungan kebiasaan mengkonsumsi kopi dengan gejala gangguan tidur pada lansia di desa tempuran demak 2018. *Prosiding University Research Colloquium*, 228–241.
- Ferini-Strambi, L. (2022). Sleep disorders and increased risk of dementia. *European Journal of Neurology*, 29(12), 3484.
- Fitria, A., & Aisyah, S. (2020). Hubungan aktivitas fisik dengan kualitas tidur pada lanjut usia di desa babah dua. *Jurnal Gentle Birth*, 3(1), 1–11.

- Fitriani, M. (2020). *Penerapan rendam kaki air hangat pada lansia dengan gangguan tidur di rumah pelayanan sosial lanjut usia budhi dharma giwangan yogyakarta*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Fitriani, N. K., Susanto, T., & Kurdi, F. (2023). The use of guided imagery therapy for insomnia prevention in the elderly: literature review. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 3(3), 253–266. <https://doi.org/10.58545/jkki.v3i3.107>
- Harianto, T. D., Yuliadarwati, N. M., & Yulianti, A. (2021). Hubungan kadar gula darah sewaktu dengan kualitas tidur pada lansia beresiko diabetes melitus di posyandu desa kincang wetan kota madiun. *Fisio Mu: Physiotherapy Evidences*, 77–84.
- 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. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 7(1), 1.
- Haryati, M. C., Kusumaningsih, I., & Supardi, S. (2022). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur lansia di RW 03 Kelurahan Kebon Manggis Jakarta. *Jurnal Keperawatan Malang*, 7(2), 76–93.
- Hassan, M. E. (2020). Effect of Sleep Hygiene Program on Sleep Quality , Depression , Anxiety and Stress among Resident Older Adults. *Journal of Nursing and Health Science*, 9(4), 45–56. <https://doi.org/10.9790/1959-0904124556>
- Heryyanoor, H., Pertiwi, M. R., & Hardiyanti, D. (2023). Persepsi perawat tentang penerapan dokumentasi keperawatan di rumah sakit a. *Jurnal Ners*, 7(2), 1230–1240.
- Hidayat, A. A. (2021). *Dokumentasi Keperawatan; aplikasi praktik klinik*. Health Books Publishing.
- Kemkes RI. (2019). *Peraturan menteri kesehatan republik indonesia nomor 25 tahun 2016 tentang rencana aksi nasional kesehatan lanjut usia tahun 2016-2019* (p. 15). Menteri Kesehatan Republik Indonesia. http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk_hukum/PMK_No._25_ttg_Rencana_Aksi_Nasional_Kesehatan_Lanjut_Usia_Tahun_2016-2019_.pdf
- Kirana, D. D., Yuliadarwati, N. M., & Rahmanto, S. (2023). Hubungan antara kualitas tidur dengan kemandirian pada lansia di griya lansia husnul khatimah. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), 5937–5947.
- Koerniawan, D., Daeli, N. E., & Srimiyati, S. (2020). Aplikasi standar proses keperawatan: diagnosis, outcome, dan intervensi pada asuhan keperawatan. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(2), 739–751.
- Kurniasih, E., & Pradana, A. A. (2022). Telaah pengetahuan keluarga akan kondisi demensia pada lansia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dharmas Indonesia*, 02, 1–7.

<https://doi.org/https://doi.org/10.56667/jikdi.v2i1.587>

- Leba, I. P. R. P. (2023). Literature review: faktor–faktor yang mempengaruhi kualitas tidur pada lansia. *Professional Health Journal*, 4(2sp), 166–177.
- Lolowang, N. L., Sarayar, C., & Pondaag, L. (2024). Edukasi kesehatan sleep hygiene untuk lansia di kelurahan lansot wilayah kerja puskesmas lansot tomohon selatan. *Journal Of Human And Education (JAHE)*, 4(3), 611–614.
- 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. <https://doi.org/10.1007/s10865-006-9047-6>
- Mawardi, E. A., & Az- Zahroh, Z. (2023). The effect of sleep hygiene activity therapy on sleep quality in the elderly: a systematic review. *Proceeding of International Conference of Kerta Cendekia*, 2(1), 97–103. <https://doi.org/10.36720/ickc.v2i1.505>
- Meikayanti, N. M. K., Sukmandari, N. M. A., & Dewi, S. P. A. A. P. (2021). Hubungan komunikasi terapeutik perawat dengan kepuasan pasien di badan rumah sakit umum daerah kabupaten tabanan. *Nursing Current: Jurnal Keperawatan*, 8(2), 135–145.
- Natikoh, N., Wirakhmi, I. N., & Haniyah, S. (2023). Hubungan aktivitas fisik dengan kualitas tidur pada lansia. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 14(2), 79–86.
- National Sleep Foundation. (2022). Promoting healthy sleep for older adults. In *Journal of Sleep Research* (Vol. 31, Issue 5). <https://doi.org/10.1111/jsr.13580>
- Nurjannah, N., & Damayanti, A. D. (2024). Pengaruh terapi relaksasi benson terhadap kualitas tidur pada lansia di posyandu lansia bina sejahtera palembang. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(2), 3990–3998.
- Nurrani, D. E., & Lestari, N. D. (2023). Case report: implementasi terapi genggam bola karet dalam asuhan keperawatan pada pasien lansia dengan stroke. *Jurnal Medika Nusantara*, 1(2), 296–305.
- Oktaviani, M., & Chalid, D. (2023). Hubungan terapi non farmakologi terhadap gangguan tidur pada lansia di desa sukahurip. *Malahayati Health Student Journal*, 3.
- Oktaviatama, A., Mirawati, D., & Setiawan, C. (2023). Pengaruh walking morning exercise terhadap peningkatan kualitas tidur pada lansia. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 12(2), 82–86.
- Pangribowo, S. (2022). *Infodatin lansia berdaya, bangsa sejahtera*. Pusdatin 2022. <https://www.kemkes.go.id/downloads/resources/download/pusdatin/infodatin/Infodatin-Lansia-2022.pdf>

- Peraturan Presiden RI. (2021). *Peraturan presiden republik indonesia nomor 88 tahun 2021 tentang strategi nasional kelanjutusiaan*. <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/178090/perpres-no-88-tahun-2021>
- Potter, P. A., Perry, A. G., Stockert, P. A., & Hall, A. (2021). *Fundamentals of nursing-e-book*. Elsevier health sciences.
- Pramana, I. D. B. K. W., & Harahap, H. S. (2022). Manfaat kualitas tidur yang baik dalam mencegah demensia pada lansia. *Lombok Medical Journal*, 1(1), 49–52.
- Prasani, M., Mutmainnah, M., & Mawarti, I. (2023). Gambaran kualitas tidur pada perempuan lansia di puskesmas simpang IV sipin kota jambi. *Jurnal Ners*, 7(2), 1567–1575.
- Purwitasari, N. H. N. (2023). Sleep hygiene dapat memperbaiki kualitas tidur lansia. *Journal of Nursing Innovation*, 2(1), 1–6.
- Putri, S. A., & Hidayat, R. (2024). Asuhan keperawatan keluarga pada ny. R dengan dispepsia di desa salo timur wilayahkerja upt puskesmas salo tahun 2023. *SEHAT: Jurnal Kesehatan Terpadu*, 3(2), 465–478.
- Rachman, N. A. A. (2021). *Pengaruh cahaya led di malam hari terhadap kadar kortisol serum dan parameter hematologi pada tikus wistar jantan*. Universitas Hasanuddin.
- Rahmani, J., & Rosidin, U. (2020). Gambaran kualitas tidur lansia disatuan pelayanan rehabilitasi sosial lanjut usia kabupaten garut. *Jurnal Keperawatan BSI*, 8(1), 143–153.
- Rayanti, R. E., de Fretes, F., & Kristianti, N. (2024). Effectiveness of sleep hygiene intervention on the sleep quality of the elderly in nursing homes in salatiga city. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 11(1), 25–28.
- Romadhon, W. A., & AP, R. R. D. R. (2022). *Kombinasi pemberian aromaterapi lavender (lavandula angustifolia) dan terapi musik langgam jawa sebagai upaya meningkatkan kualitas dan kuantitas tidur lansia insomnia berbasis roy's adaptation theory*. Penerbit NEM.
- Saharman, S., Sunarno, R. D., & Sunaryanti, S. S. H. (2023). Peningkatan pelayanan patient centered care melalui penerapan evidence based nursing: systematic review. *Avicenna: Journal of Health Research*, 6(2).
- Salikunna, N. A., Astiawan, W. D., Handayani, F., & Ramadhan, M. Z. (2022). Hubungan antara kualitas tidur dengan tingkat konsentrasi pada mahasiswa. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 8(3), 157–163.
- Santoro, A., Bientinesi, E., & Monti, D. (2021). Immunosenescence and inflammaging in the aging process: age-related diseases or longevity? *Ageing*

- Sari, N. M. T., & Kep, M. (2024). Bab 4 konsep dasar dokumentasi keperawatan. *BUNGA RAMPAI DOKUMENTASI KEPERAWATAN*, 41.
- Setiyorini, E., & Wulandari, N. A. (2018). *Asuhan keperawatan lanjut usia dengan penyakit degenerataif* (T. M. Publishing (ed.); Cetakan I). Media Nusa Creative.
https://www.google.co.id/books/edition/Asuhan_Keperawatan_Lanjut_Usia_dengan_Pe/mMVGEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=0
- Setyowati, A., Rahmayanti, D., & Agianto, A. (2023). “Sleep Hygiene” untuk kesehatan fisik dan mental yang berkualitas yang tinggal di area lahan basah. *Jurnal Pengabdian ILUNG (Inovasi Lahan Basah Unggul)*, 3(1), 137–145.
- Setyowati, S. dkk. (2021). Spiritualitas berhubungan dengan kesepian pada lanjut usia. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Jiwa*, 4(9), 67–78.
<https://doi.org/https://doi.org/10.32584/jikj.v4i1.853>
- 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), 135–144.
- Sinulinggaa, W. ayu lestari, Veronika, A., Sialagan, E., & Sinabariba, M. (2022). Gambaran kualitas tidur lansia di puskesmas desa pasir tengah kecamatan tanah pinem kabupaten dairi tahun 2021. *Healthcaring: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 1(2), 17–28. <https://doi.org/10.47709/healthcaring.v1i2.1353>
- Situngkir, R., Bate, I., & Akollo, J. E. (2021). Hubungan perilaku sleep hygiene dengan kualitas tidur pada kelompok lansia di panti tresna werdha ambon. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 4(2), 46–51.
- Sonhaji, S., Adinatha, N. N. M., & Setiani, W. (2022). The effect of sleep hygiene activity therapy on sleep quality in the elderly. *Jurnal Smart Keperawatan*, 9(1), 43–48.
- Sudargo, T., Aristasari, T., Prameswari, A. A., Ratri, F. A., & Putri, S. R. (2021). *Asuhan gizi pada lanjut usia*. Ugm Press.
- Sukmawati, A. S., Isrofah, I., Yudhawati, N. L. P. S., Suryati, S., Putra, I. K. A. D., Juwariyah, S., Kamaryati, N. P., Rosalini, W., Ismail, R., & Haryati, O. (2023). *Buku ajar pemenuhan kebutuhan dasar manusia*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Sumarsih, G. (2023). *Dukungan keluarga dan senam otak untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia*. CV. Mitra Edukasi Negeri.
- Sunaryo, Wijayanti, R., Kuhu, M. M., Sumedia, T., Widayanti, E. D., Sukrillah, U.

- A., Riyadi, S., & Kuswati, A. (2015). *Asuhan keperawatan gerontik* (P. Christian (ed.); I. Penerbit ANDI. https://www.google.co.id/books/edition/Asuhan_Keperawatan_Gerontik/58gFDgAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=Asuhan+Keperawatan+Gerontik+sunaryo&printsec=frontcover
- Supriyanti, E. (2021). Penerapan terapi murottal al-quran untuk mengatasi insomnia pada lansia. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 5(1), 14–23.
- Susanto, A. V., & Fitriana, Y. (2017). Kebutuhan dasar manusia. *Yogyakarta: Pustaka Baru*, 5–8.
- Takaredas, Y. Q., & Hariyati, R. T. S. (2021). Manfaat penggunaan dokumentasi asuhan keperawatan berbasis elektronik di puskesmas. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 1(5), 1081–1090.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2018). Standar diagnosis keperawatan indonesia (SDKI) (1st ed.).
- Tim Pokja SLKI & DPP PPNI. (2018). Standar luaran keperawatan indonesia (SLKI) (1st ed.). Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia.
- Tim Pokja SIKI & DPP PPNI. (2018). Standar intervensi keperawatan indonesia (SLKI) (1st ed.). Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia.
- Utama, I. P. S. J., & Daniaty, T. O. W. (2024). Tinjauan aspek epidemiologi terhadap fenomena wisatawan mancanegara dengan masalah gangguan mental. *PARIWISATA BUDAYA: JURNAL ILMIAH AGAMA DAN BUDAYA*, 9(1), 20–31.
- Utami, R. J., Indarwati, R., & Pradanie, R. (2021). Analisa faktor yang mempengaruhi kualitas tidur lansia di panti. *Jurnal Health Sains*, 2(3), 362–380.
- Wang, Y., Jiang, G., Hou, N., Chen, M., Yang, K., Wen, K., Lan, Y., & Li, W. (2023). Effects and differences of sleep duration on the risk of new-onset chronic disease conditions in middle-aged and elderly populations. *European Journal of Internal Medicine*, 107, 73–80.
- Wibowo, T. S. (2020). Pengaruh sleep hygiene terhadap kualitas tidur pada lansia di Panti sosial tresna werdha jara mara pati buleleng. *Indonesian Journal of Health Research*, 3(2), 35–41.
- Wijayanti, A. (2019). Hubungan dukungan keluarga dengan pola tidur lansia. *Jurnal Keperawatan*, 17(2), 1–10.
- Windri, T. M., Kinasih, A., & Sanubari, T. P. E. (2019). Pengaruh aktivitas fisik dengan kualitas hidup lansia hipertensi di panti wredha maria sudarsih ambarawa. *Jurnal JMP Online*, 3(11), 1444–1451.

<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30651/jmp.v7i3.14529>

- Wulandari, E. (2023). Inovasi catatan perkembangan pasien terintegrasi berbasis standar akreditasi dalam meningkatkan mutu dokumentasi. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS. Dr. Soetomo*, 9(2), 347–356.
- Wulansari, W., Mustain, M., & Ismiriyam, F. V. (2019). Pengaruh terapi beapreasi (kombinasi senam otak dengan relaksasi Benson) terhadap kualitas tidur pada lanjut usia dengan insomnia. *Jurnal Perawat Indonesia*, 3(1), 8–15.
- Yanto, A., & Febriyanti, L. S. (2022). Pemenuhan kebutuhan istirahat tidur lansia melalui penerapan tindakan relaksasi otot progresif untuk mengurangi kecemasan. *Holistic Nursing Care Approach*, 2(2), 41. <https://doi.org/10.26714/hnca.v2i2.10246>
- Yuliadarwati, N. M., Agustina, M., Rahmanto, S., & Septyorini, S. (2020). Gambaran aktivitas fisik berkorelasi dengan keseimbangan dinamis lansia. *Jurnal Sport Science*, 10(2), 107–112.
- Yulianti, F. A., & Febriani, N. (2023). *Peran edukator perawat dalam pelaksanaan discharge planning*. Pradina Pustaka.

