

DAFTAR PUSTAKA

- Agustana, P. P. A., Tirtayasa, K., & Gunawijaya, I. W. T. (2023). Pengaruh Terapi Musik Klasik Bali Terhadap Kualitas Tidur Lansia di Desa Manggis. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (JIK)*, 12(1), 1–6. \
- Anggani, M. (2021). Hubungan pengetahuan lansia tentang gizi seimbang dengan kejadian insomnia di posyandu lansia. *Jurnal Kesehatan*.
- Anjarsari, D. (2023). *Hukum dan hak asasi manusia lanjut usia di Indonesia*. Kementerian Sosial Republik Indonesia.
- Anjarsari, E. (2023). *Definisi dan batasan usia lanjut*. Dalam A. H. Sari (Ed.), *Asuhan Keperawatan Gerontik* (pp. 15–30). EGC.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik* (Ed. Revisi). Rineka Cipta.
- Arifin, S. (2023). Hubungan aktivitas fisik dengan kualitas tidur pada lanjut usia di komunitas. *Jurnal Ilmu Keperawatan Lanjut*, 6(1), 77–85.
- Ashari, N., Setiawan, R., & Putra, M. (2022). Kualitas tidur lansia dan faktor yang memengaruhinya di panti wreda. *Jurnal Keperawatan Nusantara*, 4(1), 56– 64.
- Biahimo, N., Katili, D. Y., & Tali, O. H. (2021). Pengaruh senam lansia terhadap kualitas tidur lanjut usia. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 6(2), 108–115.
- Biahimo, N. U., & Gobel, I. A. (2021). Faktor yang memengaruhi gangguan tidur (insomnia) pada lansia di Desa Kaidundu Kecamatan Bulawa Kabupaten Bone Bolango. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 9(1), 9–17.
- Breytspraak, L. M., & Badura, J. M. (2021). *Gerontology: The psychology, biology, and sociology of aging*. SAGE Publications.
- Budiman, M. E. A., Yuhbaba, Z. N., Sutrianingsih, Y., & Sya'id, A. (2025). Tingkat kecemasan dengan insomnia pada individu yang tidak memiliki pekerjaan. *Jambura Nursing Journal*, 7(1).
- Claudia, R., & Astutik, E. (2021). Hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur lansia di wilayah kerja puskesmas. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*.
- Damayanti, I., & Susanto, B. (2025). Efektivitas sleep hygiene terhadap kualitas tidur lansia dengan diabetes melitus. *Jurnal Keperawatan Medis*, 10(1).
- Devanti, N. R. (2022). Perubahan fungsi saraf dan kualitas tidur pada lansia. *Jurnal Kesehatan Indonesia*, 12(2), 101–108.

- Dinata, K. A. (2021). Gambaran asuhan keperawatan pada lansia dalam pemenuhan kebutuhan istirahat dan tidur. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 6(3), 150–158.
- Dwi, S. (2021). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian insomnia pada lansia. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8(1), 12–20.
- Ekowati, F. (2022). Implementasi terapi rendam kaki air hangat untuk mengatasi gangguan tidur pada lansia. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Keperawatan*, 4(1), 35–41.
- Fazriana, E., Rahmawati, N., & Dewi, R. (2023). Hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah pada lansia. *Jurnal Penelitian Kesehatan Indonesia*, 6(1), 33–41.
- Febriana, T. D., Andarmoyo, S., & Susanti, R. (2019). Pengaruh senam lansia terhadap kualitas tidur lansia di panti sosial. *Jurnal Kesehatan*, 12(3).
- Firmawati, F. (2021). Fisiologi proses menua: Aspek perubahan fisik dan psikologis. *Jurnal Ilmu Kedokteran*, 4(1).
- Fitriyah, L. (2021). Hubungan depresi dengan gangguan tidur pada lansia: Literature review. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*.
- Gunawan, M. W., Hidayat, A. A., & Yuniarti, L. (2025). Efek terapi bekam kering terhadap peningkatan kualitas tidur pada lansia penderita osteoarthritis. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 15(1).
- Gustini, R., & Handayani, T. (2023). Pengaruh terapi musik gelombang theta terhadap penurunan insomnia pada lansia. *Jurnal Ners Indonesia*, 4(2), 150–158.
- Handayani, R. (2021). Adaptasi peran sosial pada lanjut usia di komunitas binaan puskesmas. *Jurnal Keperawatan Nusantara*, 4(2), 89–97.
- Handoyo, L. (2018). *Asuhan keperawatan pada klien lanjut usia*. Pustaka Baru Press.
- Hasibuan, R. K., & Hasna, J. A. (2021). Gambaran kualitas tidur pada lansia dan faktor-faktor yang memengaruhinya di Kecamatan Kayangan. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 17, 187.
- Herawati, N., & Syahrums. (2024). Faktor-faktor yang memengaruhi kualitas tidur pada lansia. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 6(5), 2853–2862.
- Hidayat, M. (2020). Penurunan fungsi tubulus ginjal pada lansia: Implikasi klinis dan pencegahan. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 8(1), 45–53.
- Hidayati, N. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur lansia. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 8(1).

- Hongdyanto, D., & Syamsuddin, S. (2024). Dampak tingkat kebisingan lingkungan terhadap gangguan tidur pada lansia. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 11(1), 1–9.
- Japardi, A. (2022). *Neurologi klinis: Gangguan tidur*. Balai Penerbit FKUI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Pedoman etik penelitian kesehatan*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kirana, D. D., Sari, R., & Putri, A. R. (2023). Hubungan antara kualitas tidur dengan kemandirian pada lansia di Griya Lansia Husnul Khatimah. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), 4567–4575.
- Lepir, M., Pasande, S., & Liling, F. (2022). Pengaruh terapi musik klasik terhadap kualitas tidur lansia. *Jurnal Kesehatan*, 10(1).
- Manulang, M., & Saragih, R. (2025). Penerapan sleep restriction therapy untuk mengatasi insomnia kronis pada lansia. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 10(1).
- Mawardi, E. A., & Az-Zahroh, A. K. (2023). Penanganan pada klien lanjut usia dengan gangguan pola tidur. *Indonesian Health Science Journal*, 3(1).
- Merdekawati, M. (2022). Hubungan tingkat stres dengan insomnia pada lansia di panti werdha. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 25(2).
- Moleong, L. J. (2018). *Metodologi penelitian kualitatif (Ed. Revisi)*. PT Remaja Rosdakarya.
- Mujaidi, A., & Rachmah, S. (2022). Korelasi kebiasaan merokok dengan gangguan tidur pada lansia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(1).
- Mustofa, A., Hidayat, R., & Wulandari, S. (2023). Pengaruh terapi relaksasi Benson terhadap peningkatan kualitas tidur lansia. *Jurnal Ners Indonesia*, 5(1), 60–68.
- Nainar, Y., Suwaryo, P. A., & Budi, A. (2022). Efektivitas terapi relaksasi progresif terhadap kualitas tidur lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 7(3).
- Ningtyas, F. D. (2024). Faktor-faktor yang memengaruhi kualitas tidur pada pasien post operasi. *Jurnal Keperawatan Gawat Darurat*, 6(1).
- Nursalam. (2020). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pendekatan praktis (Ed. ke-5)*. Salemba Medika.
- Nurinayah, W., & Triansyah, Y. (2022). *Studi kasus: Asuhan keperawatan pada lansia dengan gangguan pola tidur*. *Jurnal Keperawatan Dasar*, 11(2), 85–92.
- Osira, Y., & Hadiprashada, D. (2025). *Pelayanan sosial bagi lanjut usia dalam perspektif suku Rejang*. *Sosio Konsepsia*, 14(1), 45–60.

- ONIBAH, O. (2021). Pengaruh latihan fisik terhadap kualitas tidur lansia dengan diabetes melitus. *Jurnal Kesehatan*, 9(3).
- Pelawi, S., Siagian, A., & Turnip, H. N. (2022). Pengaruh senam kaki diabetes terhadap kualitas tidur lansia di posyandu. *Jurnal Keperawatan Kesehatan Masyarakat*.
- Permana, A. (2021). Hubungan tingkat pengetahuan tentang gangguan tidur dengan kualitas tidur lansia. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 8(1).
- Pitaloka, A. (2019). *Asuhan keperawatan gerontik pada lansia dengan gangguan tidur*.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2021). *Fundamentals of nursing (10th ed.)*. Elsevier.
- Pramadita, D. A., Wasityastuti, S., & Gunawan, M. W. (2019). Hubungan tingkat kesejahteraan dengan kualitas tidur pada lansia. *Jurnal Kesehatan*, 12(3), 190–198.
- Prameswari, P., & Arifin, S. (2023). Pengaruh pemberian teh chamomile terhadap kualitas tidur lansia di panti jompo. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 15(1), 1–8.
- Putri, D. E. (2021). Hubungan fungsi kognitif dengan kualitas hidup lansia. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(4), 1147–1152.
- Rahmani, N., & Rosidin, U. (2020). Perubahan fisiologis sistem saraf akibat proses penuaan dan dampaknya terhadap pola tidur. *Jurnal Neurofisiologi*, 12(2), 110–119.
- Ratri, D. W., Wulandari, S., & Herman, S. (2022). Hubungan peran keluarga dengan kejadian insomnia pada lansia. *Jurnal Keperawatan Keluarga*, 5(1), 1–8.
- Rofiqoh, Z. A. (2020). Pengaruh massage kaki dan rendam air hangat terhadap penurunan insomnia pada lansia. *Jurnal Keperawatan Nusantara*, 3(2), 112–120.
- Sari, M., & Ramadhani, A. (2022). Asuhan keperawatan gangguan pola tidur melalui terapi audio murottal. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 1(1), 9–32.
- Sari, N., Wahyuni, E., & Putri, D. (2021). Hubungan kualitas tidur dengan fungsi kognitif pada lansia. *Jurnal Keperawatan*, 10(2), 87–96.
- Setyoadi, S., Purnomo, B., & Hidayati, E. (2023). Terapi komplementer untuk gangguan pola tidur. EGC.
- Simbolon, D. (2023). Pengaruh terapi relaksasi progresif terhadap kecemasan dan kualitas tidur lansia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Prima*, 16(2), 105–112.
- Simbolon, D., Anwari, M., & Fitriani, A. (2022). Hubungan penyakit kronis dengan kualitas tidur lansia. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 25(1), 1–9.

- Situngkir, M., & Agustana, P. P. A. (2023). Efektivitas akupresur pada titik shenmen dan anmian terhadap insomnia lansia. *Jurnal Keperawatan Medis*, 8(3), 201–208.
- Sugiyono. (2022). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Alfabeta.
- Suaib, M. (2020). Gerontologi: Kesehatan dan permasalahan lansia. Kencana.
- Supatmi, A. (2020). Faktor-faktor yang memengaruhi kejadian insomnia pada lansia di panti. *Jurnal Kesehatan Lanjut Usia*, 3(2), 80–87.
- Susilawati, E., Cahyanto, B., & Sudarmaji, T. (2024). Etika penelitian kesehatan: Prinsip dan penerapan di lapangan. Deepublish.
- Syamsuddin, S., & Pelawi, F. N. (2023). Hubungan pola tidur siang dengan kualitas tidur malam pada lansia. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 12(4), 250–258.
- Tenggara, P. A., & Ratri, D. W. (2019). Intervensi keperawatan pada lansia dengan gangguan pola tidur. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 7(2), 110–118.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI). Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI). Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2019). Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI). Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- Tunny, N. H. (2022). Pengaruh aromaterapi lavender terhadap kualitas tidur pada lansia. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 25(3).
- UPT PSTW Magetan. (2025). Laporan tahunan jumlah lansia dan data kesehatan penghuni panti. Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur.
- World Health Organization. (2017). Global strategy and action plan on ageing and health 2016–2020. WHO.