

DAFTAR PUSTAKA

- Ambardini, 2019 *Aktivitas Fisik Pada Lanjut Usia*. Universitas Negeri Yogyakarta Fakultas Ilmu Kesehatan.
- Amanda, H., Prastiwi, S., & Sutriningsih, A. (2016). Hubungan Kualitas Tidur dengan Tingkat Kekambuhan Hipertensi pada Lansia di Kelurahan Tlogomas Kota Malang Hafiez. *Nursing News*, 1, 358–368
- Andri, J., Karmila, R., Padila, P., Harsismanto, J., & Sartika, A. (2019). Pengaruh Terapi Aktivitas Senam Ergonomis terhadap Peningkatan Kemampuan Fungsional Lansia. *Journal of Telenursing*, 1(2), 304–313.
<https://doi.org/https://doi.org/10.31539/joting.v1i2.93>
- Ardiani, N. K. N. dan Subrata, I. M. (2021) “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Yang Mengonsumsi Kopi Di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana,” *Archive of Community Health*, 8(2), hal. 372. doi: 10.24843/ach.2021.v08.i02.p12.
- Asmadi, 2008. *Teknik Prosedural Keperawatan Konsep dan Aplikasi kebutuhan Dasar Klien*. Jakarta: Salmeba Medika
- Ashari, M. H. et al. (2022) “Hubungan antara Aktivitas Fisik dengan Kualitas Tidur pada lansia The Relationship Between Physical Activity and Sleep Quality In Elderly,” *Jurnal Fisioterapi dan Rehabilitasi*, 6(1), hal. 35–41.
- Benly, dkk. 2022. Pelayanan Pemeriksaan Kesehatan Gratis pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Batalaiworu. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Vol.1. No. 12, Mei 2022*
- Chennaoui M, Arnal P, Savet F, Ieger D. (2014). Sleep and Exercise: A Reciprocal Issue?. *Sleep Medicine Review* 20, 1-14.
- Dewi, 2018. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta. Deep Publish
- Dinkes Palembang, 2020. *Profil Kesehatan Kota Palembang Tahun 2018*
- Dinkes Sumsel, 2019. *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan Tahun 2018*
- Ekasari, Mia Fatma dkk. (2018). *Meningkatkan kualitas hidup lansia konsep dan berbagai intervensi*. Malang: Wineka Media.
- Farisma, O. (2018). *Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas tidur pada lanjut usia di indonesia*. Universitas Sriwijaya.

- Fari, & Pranata, & S. (2021) “Edukasi pada Lansia Tentang Gangguan Insomnia,”
Jurnal Keperawatan, hal. 1377–1382. Tersedia pada:
<http://eprints.ukmc.ac.id/5824/>.
- Fitri. (2018). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Pada Lanjut Usia Di
Desa Karangrejo Kecamatan Gabus Kabupaten Grobogan. Universitas Kristen
Satya Wacana, 1(1)
- Fitira, A & Aisyah, S. (2020). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Pada
Lanjut Usia Di Desa Babah Dua. Gentle Birth Vol. 3, No. 1
- Festi, W, P. (2018). Buka ajar gizi dan diet. Surabaya: UM Surabaya Publishing
- Hasibuan, R. K. dan Hasna, J. A. (2021) “Gambaran Kualitas Tidur pada Lansia dan
Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya di Kecamatan Kayangan, Kabupaten
Lombok Utara, Nusa Tenggara Barat,” Jurnal Kedokteran dan Kesehatan,
17(2), hal. 187. doi: 10.24853/jkk.17.2.187-195.
- Haswita, & Sulistyowati, R. (2017). Kebutuhan dasar manusia untuk mahasiswa
keperawatan dan kebidanan. Jakarta: TMS
- Hidayat, 2016. Kebutuhan Dasar Manusia. Jakarta. Salemba Medika.
- Hungu. (2007). Pengertian Jenis Kelamin. Jakarta PT. Gramedia
- Iwa dkk, 2022 Keperawatan Gerontik. (2022). Kota Bandung – Jawa Barat : Media
Sains Indonesia(144).
- Guyton & Hall, 2016. Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. Jakarta. EGC.
- Kaplan, H. I., & Sadock B.J. 2016. Buku Ajar Psikiatri Klinis. Alih bahasa: W.M
Roan. Jakarta: EGC
- Kemenkes RI, 2016. Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia. Jakarta.
Kementerian Kesehatan RI
- Kemenkes RI, 2018. Analisis Lansia di Indonesia, Jakarta. Kementerian Kesehatan RI
- Kemenkes RI., 2019. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018. Jakarta. Kemenkes RI
- Kusumawati Medika dan Hartono, 2014. Buku Ajar Keperawatan Jiwa. Jakarta.
Salemba
- Khasanah, K., & Wahyu, H. (2012). Kualitas tidur lansia balai rehabilitasi sosial
“MANDIRI” Semarang. Jurnal Nursing Studies, 1, 189–196

- Kozier, Barbara. 2008. *Fundamentals of Nursing: concepts, process, and Lestari, Pemi L (2009). Riset. Perbedaan kualitas tidur pekerja shif saat Management and Prevension In Children.*
- Luo dkk, 2019. Prevalence and risk factors of poor sleep quality among chinese elderly in an urban community: results from the Shanghai Aging Study. *PLoS ONE* 8(11): e81261.doi:10.1371/journal.pone.0081261
- Maisharoh, R. dan Purwito, M. (2020) “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Insomnia Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Patikraja Kabupaten Banyumas,” *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, (September), hal. 138–147. Tersedia pada: <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM>.
- Martono H. & Pranarka, K. *Buku ajar Geriatri (ilmu kesehatan usia lanjut)edisi:5.* Jakarta: FKUI. 2015. P
- Maryam & Rosidawati. (2008). *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya.* Jakarta: Salemba Medika.
- Maryam dkk.(2012). *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya.* Jakarta: Salemba Medika.
- Mubarak, 2018. *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar.* Jakarta, Salemba Medika.
- Nasrullah, D. (2016) “Buku Ajar Keperawatan Gerontik Edisi 1 Dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan NANDA 2015 - 2017 NIC dan NOC,” hal. 283.
- Ratnawati. (2021). *DEMENSIA SEBAGAI GANGGUAN BERPIKIR PADA GANGGUAN BERBAHASA.* *Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Daerah*, 58-64
- Rahmani, J. A. dan Rosidin, U. (2020) “Gambaran Kualitas Tidur Lansia di Satuan Pelayanan Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia Kabupaten Garut,” *Jurnal Keperawatan BSI*, VIII(1), hal. 143–53.
- Ristamida, N. et al. (2021) “Aktivitas fisik dan aspek kekhawatiran lansia pada masa pandemi Covid-19 Physical activity and worry domains of elderly during Covid-19 pandemic,” *Jurnal ilmu olahraga dan kesehatan*, 10(1), hal. 97–111.
- Rudimin, Hariyanto, T., & Rahayu, W. (2017). Hubungan Tingkat Umur dengan Kualitas Tidur pada Lansia di Posyandu Permadi Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Malang. *Nursing News : Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(1), 119–127.

- Potter dan Perry, 2014. Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses dan Praktik. Jakarta. EGC
- Ramaiah. 2016. Terapi Reminiscence Solusi Pendekatan Sebagai Upaya Tindakan Keperawatan dalam Menurunkan Kecemasan, Stress, dan Depresi. dalam Manurung. Jakarta: Trans Info Media.
- Sadock, B. dan Sadock, V. (2010) “Buku Ajar Psikiatri Klinis,” NASPA Journal, 42(4), hal. 1.
- Sitanggang, Y. F., dkk (2021). Keperawatan Gerontik. Yayasan Kita Menulis
- Shudita. 2015. Masalah-Masalah Tentang Lansia, Yogyakarta
- Sumirta, I. N. dan Laraswati, A. I. (2017) “Faktor yang Menyebabkan Gangguan Tidur (Insomnia) pada Lansia,” Jurnal Gema Keperawatan, 8(1), hal. 20–30.
- Stanley, 2018. Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Jakarta. EGC.
- Stuart, 2016. Buku Saku Keperawatan Jiwa Edisi 5. Jakarta. EGC
- Valero, J. J. dkk. (2016). Age and Gender Effects on the Prevalence of Poor Sleep Quality in the Adult Population. G Model
- Wahyuni dkk, 2018. Kualitas Tidur dan Gangguan Tidur pada Lansia di Panti Werda Bakti