

DAFTAR PUSTAKA

- A Potter, & Perry, A. G. (2015). Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, Dan Praktik, edisi 4, Volume.2. Jakarta: EGC
- Adi D, Tilong.(2014). Buku Lengkap Pertolongan Pertama Pada Beragam Penyakit. Jakarta: Flash Books.
- AHA / ACC. (2017). Guideline for the Prevention, Detection, Evaluation, and Management of High Blood Pressure in Adults a Report of the American College of Cardiology / American Heart Association T. In Journal of American College of Cardiology. <https://doi.org/10.1161/HYP.0000000000000065/-/DC1>
- Alfi, W. N. (2018). Hubungan Kualitas Tidur dengan Hipertensi Pasien Hipertensi. Jurnal Berkala Epidemiologi. 6(1), 18-26
- American Heart Association (AHA). (2014). Understand Blood Pressure Readings. http://www.heart.org/idc/groups/heartpublic/@wcm/@gsa/documents/downloadable/ucm_484095.pdf
- American Heart Association. (2017). Highlights from the 2017 Guideline for the Prevention, Detection, Evaluation and Management of High Blood Pressure in Adults. Available from : <https://professional.heart.org/en/science-news/-/media/f8334ecde4e8437d9a9420620fdbeb01.ashx>.
- Andri, J., Permata, F., Padila, P., Sartika, A., & Andrianto, M. B. (2021). Penurunan Hipertensi pada Pasien Hipertensi Menggunakan Intervensi Slow Deep Breathing Exercise. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(1), 255-262.
- Anies. (2021). Waspada Susah Tidur : Seluk Beluk Gangguan Tidur di Segala usia. Ar-Ruzz Media
- Arikunto, S. (2013). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik (Rev.ed.). Jakarta: PT RINEKA CIPTA.
- Ari, V., Kumar, H., & Ratep, N. (2017). Kualitas Tidur pada Geriatri di Panti Jompo Tresna Wana Seraya, Denpasar-Bali. *Intisari Sains Media*, 8(2), 151–154. <https://doi.org/10.1556/ism.v8i2.132>
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Jember. (2018). Available from : https://jemberkab.bps.go.id/istilah/index.html?Istilah_page=4.
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Jember. (2019). Kecamatan Kalisat dalam Angka Kalisat sub-district in figure. BPS Jember Batlibangkes. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

- Dahroni, D., Arisdiani, T., & Widiastuti, Y. P. (2019). Hubungan antara stres emosi dengan kualitas tidur lansia. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(2), 68-71.
- Depkes, (2019), Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat, Departemen Kesehatan RI, Jakarta.
- Dewi, S.K. (2012). Faktor-faktor Resiko yang Berkaitan dengan Prevelensi Kurang Tidur Kronis Pada Mahasiswa di Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Surya Medika Yogyakarta*
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. (2017). Profil Provinsi Jawa Timur Tahun 2016. Surabaya. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. <http://www.dinkes.jatimprov.go.id>.
- Ekarini, N. L. P., Wahyuni, J. D., & Sulistyowati, D. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan hipertensi pada usia dewasa. *Jkep*, 5(1), 61-73.
- Hananta, Y dan Freitag, H. (2018). Deteksi Dini Dan Pencegahan Hipertensi Dan Stroke, Yogyakarta : Media Pressindo.
- Indarwati, Nova. (2012). Hubungan antara Kualitas Tidur Mahasiswa yang Mengikuti UKM dan Tidak Mengikuti UKM pada Mahasiswa Reguler Fakultas Ilmu Keperawatan. Depok: Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia.
- Indriyani, D. (2017). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Hipertensi Pada Lansia Hipertensi Di Puskesmas Sentolo 1 Kulon Progo (Doctoral dissertation, Universitas Alma Ata Yogyakarta).
- Inun, M. (2016). Hubungan Kualitas Tidur dengan Hipertensi pada Mahasiswi Program Studi S1 Fisioterapi Angkatan 2013 dan 2014 di Universitas Hasanuddin. Makassar : Fakultas Kedokteran, Universitas Hasanuddin Jakarta : EGC
- Kartika Sari, A. D. (2018). Ternyata Kualitas Tidur Nyenyak Masyarakat Indonesia Rendah. Available from : <https://lifestyle.bisnis.com/read/20180509/106/793438/ternyata-kualitastidur-nyenyak-masyarakat-indonesia-rendah>.
- Kasiati, & Ni Wayan Dwi Rosmalawati. (2016). Kebutuhan Dasar Manusia I. Pusdik SDM Kesehatan.
- KEMENKES RI. (2014). Hasil Utama RISKESDAS 2014 Badan Peneliti dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). Laporan Riskesdas 2018. Jakarta: Badan Litbangkes, Kemenkes Kementerian Kesehatan RI. (2019).

- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. Profil Kesehatan Indonesia 2019.
- Kemenkes RI. 2020; 206-208
- Laporan Riskesdas 2018. Jakarta: Badan Litbangkes, Kemenkes Lany Sustrani, dkk. Hipertensi. (2009). Tim redaksi vitahealth. Gramedia. Jakarta
- Martini, S., Roshifanni, S., & Marzela, F. (2018). Pola Tidur yang Buruk Meningkatkan Risiko Hipertensi. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 14(3), 297.
- National Sleep Foundation. (2017). National Sleep Foundation announces indicators of good quality sleep. Available from : <https://www.bjfm.co.uk/national-sleep-foundation-announces-indicators-of-good-quality-sleep>
- National Sleep Foundation. (2021). How To Determine Poor Sleep Quality. Available from : <https://www.sleepfoundation.org/sleep-hygiene/how-to-determine-poor-quality-sleep>
- National Sleep Foundation. (2021). Sleep Statistic. Available from : <https://www.sleepfoundation.org/how-sleep-works/sleep-facts-statistics>.
- Ningsih. (2018). Hubungan Kualitas Tidur dengan Hipertensi pada Pasien Hipertensi di BLUD RSUD dr. Ben Mboi Ruteng 2018. *Jurnal Wawasan Kesehatan*, 3(10), 46–50. Diambil dari <https://stikessantupaulus.e-journal.id/JWK/article/view/40>
- P2PTM. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Gejala Hipertensi. Available from : <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensipenyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/page/43/gejala-hipertensi>.
- P2PTM. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Kebutuhan Tidur Sesuai Usia. Available from : <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographicp2ptm/obesitas/kebutuhan-tidur-sesuai-usia>
- Potter & Perry. (2010). *Fundamental keperawatan* (ed.7vol.2). Jakarta: Salemba Medika
- Pranita, E. (2021). Kualitas Tidur 62 Persen Warga Asia Pasifik Terganggu Selama Pandemi. *Kompas.com* Available from : <https://www.kompas.com/sains/read/2021/03/18/190200223/kualitas-tidur62-persen-warga-asia-pasifik-terganggu-selama-pandemi?page=all>.
- Purwanto, S. (2016). Hubungan antara Intensitas Menjalankan Dzikir Nafas dengan

Latensi Tidur. *Jurnal Indigeous*. 1(1) 32-38

- Rahmadhani, M. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi pada masyarakat di Kampung Bedagai Kota Pinang. *Jurnal Kedokteran Sains Dan Teknologi Medik (STM)*;4(1):52–62.
- Ramdhani. (2014). *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Ratih. (2017). Hubungan Kualitas Tidur dengan Hipertensi pada Mahasiswa Semester VIII Program Studi Keperawatan STIKES BHM Madiun. Madiun : Program Studi S1 Keperawatan, STIKES Bhakti Husada Mulia
- Riskesdas Kementerian Kesehatan RI. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) (Vol. 44, Issue 8). <https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>
- Shaumi Fadilah. N.R. (2019). Kajian Literatur: Faktor Risiko Hipertensi pada Remaja di Indonesia. *Media Litbangkes*. 29(2) : 115-122
- Sidharta, Priguna. (2009). *Neuorologi Klinis dalam Praktek Umum*. Jakarta: Dian Rakyat Siregar, Syofian. 2012. *Statistik Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif*. Jakarta : PT Bumi Aksara
- Sukmawati, N. M. (2019). Reabilitas Kusioner Pittsburgh Sleep Quality Index(PSQI) Versi Bahasa Indonesia Dalam Mengukur Kualitas Tidur Lansia. *Jurnal Lingkungan & Pembangunan*. Vol. 3 No. 2 : Hal. 30-38
- Sulistiyani, C. (2012). Beberapa Faktor Yang Berhubungan dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Ultawiningrum, S. (2018). „Pengaruh Senam Yoga Hatha terhadap Penurunan Hipertensi Diastolik pada Lanjut Usia dengan Riwayat Hipertensi“, Naskah Publikasi. Universitas Muhammadiyah Malang. 10–43.
- Umamul, F. (2016). Hubungan Kualitas Tidur dengan Hipertensi pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawan Universitas Jember. Jember : Program Studi Ilmu Keperawatan.
- Utami, R. J., Indarwati, R., & Pradanie, R. (2021). Analisa Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Lansia Di Panti. *Jurnal Health Sains*, 2(3), 362-380.
- WHO. (2013). A Global Brief On Hypertension: Silent Killer, Global Public Health Crises (World Health Day 2013). Geneva. WHO. http://ishworld.com/downloads/pdf/global_brief_hypertension.pdf

World Health Organization. (2015). Data Hipertensi Global. Asia Tenggara. WHO.

World Health Organization. (2020). Data Hipertensi Global. Asia Tenggara. WHO.

Yuliantari, Ni Wayan. (2015). Perbedaan Pengaruh Ekstrak Mentimun Dan Air Jahe Terhadap Hipertensi Lansia Dengan Hipertensi. Caring: Community of Publishing in Nursing, [S.l.], v. 3, n. 1, jan. 2015. ISSN2715-1980.