

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, R. (2017). *Tidur, Irama Sirkadian Dan Metabolisme Tubuh*. Jurnal Keperawatan, 5(1), 42–46.
- Agustina, C. I. (2021). Upaya Mengatasi Gangguan Pola Tidur Pada Lansia Dengan Terapi Musik. Jurnal Keperawatan Hkbp Balige, 2(2), 29–34. <https://Ojs.Akperhkbpbalige.Ac.Id/Index.Php/Jkh/Article/View/38>
- Arifin, A. R., Burhan, E., & Erlina, B. (2010). Fisiologi Tidur Dan Pernapasan. *Jurnal Respiologi*, 1–12
- Damanik, S. M., & Hasian. (2019). Modul Bahan Ajar Keperawatan Gerontik. <http://Repository.Uki.Ac.Id/2742/1/Modulbahanajarkeperawatangerontik>.
- Hasibuan, R. K., & 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), 187. <https://Doi.Org/10.24853/Jkk.17.2.187-195>
- Handayani, S. P., & Sari, R. P. (2020). Studi Literatur Literature Review Manfaat Senam Lansia Terhadap Kualitas Hidup Lansia. 48–55
- Hidayat, A. A., & Uliyah, M. (2016). *Fisiologi Tidur: Pengaturan Kegiatan Tidur Oleh Hubungan Mekanisme Serebral*. Yogyakarta: Penerbit Universitas Aisyiyah
- Kamagi, R. H., & Sahar, J. (2021). Terapi Musik Pada Gangguan Tidur Insomnia. Journal Of Telenursing, 3(1), 797–809. <https://Doi.Org/10.1016/J.Solener.2019.02.027%0ahttps://Www.Golder.Com/Insights/Block-Caving-A-Viable-Alternative/%0a???>
- Khadijah, S., Bachtir, F., Prabowo, E., & Purnamadyawati. (2023). Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Paninggiling Utara, Ciledug. Indonesian Journal Of Nursing Research (Ijnr), 5(2), 57.
- Kusumawardani, W., & Isnaeni, Y. (2017). *Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Kualitas Tidur Lansia Di Balai Pstw Unit Budi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta*. Universitas' Aisyiyah Yogyakarta.
- Leba, I. P. R. P. (2020). Literature Review Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Pada Lansia. *Professional Health Journal*, 4(2sp), 166–177. <https://Repository.Stikvinc.Ac.Id/Id/Eprint/154/>
- Leba, B. (2020). *Gangguan Tidur: Diagnosis Dan Penanganannya*. Jakarta: Penerbit Kesehatan Nusantara.
- Lantong, Y. M., Lamonge, S. A., & Wetik, S. V. (2022). The Effectiveness Of Spiritual Music Therapy In Improving Elderly Sleep Quality. 1(November), 75–81

- Mustika, I. W. (2019). Buku Pedoman Model Asuhan Keperawatan Lansia Bali Elderly Care (Bec) (M. K. Prof. Dr. Dr. I Putu Gede Adyatmika, S. P. G. (K. Prof. Dr. Dr. Tuty Kusumawardani, & M. Dr. Dr. Dyah Pradnya Paramita Duarsa (Eds.)).
- Nelson, L, K., Davis, E, J., & Corrbet, F, C. (2022). Sleep Quality: An Evolutionary Concept Analysis. National Library Of Medicine, 57(1):144-. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34610163/>
- Nursalam, N., Fibriansari, R. D., Yuwono, S. R., Hadi, M., Efendi, F., & Bushy, A. (2018). Development Of An Empowerment Model For Burnout Syndrome And Quality Of Nursing Work Life In Indonesia. International Journal Of Nursing Sciences, <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2018.05.001>
- Saryono, S., & Widiati, D. (2014). *Fisiologi Tidur Dan Gangguan Tidur*. Yogyakarta: Penerbit Universitas Aisyiyah.
- Sumiarsih, S. (2012). *Konsep Istirahat Dan Tidur Dalam Kesehatan Manusia*. Yogyakarta: Penerbit Universitas Aisyiyah.
- Sumirta, I. N., & Laraswati, A. I. (2017). Faktor Yang Menyebabkan Gangguan Tidur (Insomnia) Pada Lansia. Jurnal Gema Keperawatan, 8(1), 20–30
- Sukmawati, N. M. H., & Putra, I. G. S. W. (2019). Reliabilitas Kusioner Pittsburgh Sleep Quality Index (Psqi) Versi Bahasa Indonesia Dalam Mengukur. Jurnal Lngkungan Dan Pembangunan, 3(2), 30–38.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2010). *Fundamental Of Nursing: Concepts, Process, And Practice* (8th Ed.). St. Louis: Elsevier Mosby.
- Retnayu, P., Retno, I., & Rizki, U. J. (2021). Vol. 2, No. 3, Maret 2021. 2(3), 362 380.
- Wang, Z., Zhang, Y., Guo, W., Zhuang, L., Gao, X., Willcox, M. L., & Hu, X. (2020). Is Single Acupoint Sanyinjiao (Sp 6) Effective In Managing Insomnia ? A Systematic Review Of Randomized Controlled Trials. 2(4), 212 220. <https://doi.org/10.35772/Ghm.2020.01010>