DAFTAR PUSTAKA

Adha, A. (2022). Asuhan Keperawatan Gangguan Istirahat Dan Tidur Pada Pasien Fraktur Diruangan Trauma Center (TC) Bedah Rsup. Dr. M. Djamil Padang. *Karya Tulis Ilmiah*, 16–19.

Artamevia, F. (2025). Penerapan Aromaterapi Lavender Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Lansia Dengan Gangguan Tidur Di BPSTW Budi Luhur DIY. *Karya Tulis Ilmiah*, 37.

Anggraeni, P. (2025). Asuhan Keperawatan Gerontik Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur Di Wilayah Kerja Puskesmas Remaja Samarnda. In *Karya Tulis Ilmiah* (p.23). https://www.city.kawasaki.jp/500/page/0000174493.html

Baequny, Ahmad, and Hida`yati, S., (2021). "The Effect of Acupressure in Improving the Quality of Sleep in the Elderly." *Juru Rawat. Jurnal Update Keperawatan* 1(1). doi:10.31983/juk.v1i1.8051.

Dincer, B., İnangil, D., İnangil, G., Bahçecik, N., Ayaz, E. Y., Arslanoğlu, A., Keskinler, M. V., Kabuk, A., & Özkan, G. (2022). The effect of acupressure on sleep quality of older people: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. Explore (New York, N.Y.), 18(6), 635–645.

Erika, N., Sapitri, W., & Sofiyanti, I. (2023). Efektifitas Akupresure Dalam Mengatasi Gangguan Tidur Pada Menopause. *Seminar Nasional Dan Call for Paper Kebidanan*, *2*(1), 2023.

Fitriani, Dinni, Harta, and Agustin, S., (2025). "Penerapan Terapi Akupresur Untuk Mengatasi Gangguan Tidur Pada Lansia Di Posyandu Kemuning Wilayah Kerja Puskesmas Kayon." *Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Kesehatan* 1(1): 42–49.

Ghaida., Lubis, Z. I., & Ertitri, F. (2025). Penyuluhan Peningkatan Kualitas Tidur pada Lansia di ILP Kelurahan Arjosari Kota Malang. *Jurnal Pelaksanaan Pengabdian Bergerak Bersama Masyarakat*, *3* (November), 59.

Hami F, Tasalim R, & Putra A. H. S. (2021). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Indeks Prestasi Mahasiswa Baru Di Universitas Sari Mulia. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, *6*(1), 12.

Indaryani, Iskandar, S., Sari, M., Sari, N. P., Yani, S., Darma, D. D., L. P. (2024). Pemeriksaan Kesehatan, Pemberian Terapi Akupresur dan Edukasi Upaya Penatalaksanaan pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Pengabdian*

Kesehatan, *2*(2), 149

Indrayani, T., Damayanti, M., & Lail, N. H. (2021). Pengaruh Terapi Akupresur terhadap Kualitas Tidur Lansia di Area Kerja Puskesmas Melintang , Pangkalpinang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, *10*(1), 964–975. https://doi.org/10.30994/sjik.v10i1.742

Iskandar, Siska, Sari, Ma., and Sari. N. P., (2024). "Pemeriksaan Kesehatan, Pemberian Terapi Akupresur Dan Edukasi Upaya Penatalaksanaan Pada Pasien Hipertensi." *Jurnal Pengabdian Kesehatan* 2(2): 143–52.

Isnaini F. N., Suryani, S. S. (2025). Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Dusun Bejaten Jatisarono Nanggulan. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, *011*, 349.

Istibsaroh, F. (2021). Hubungan Antara Pemenuhan Kebutuhan Tidur Dengan Penurunan Daya Ingat Pada Lansia. *Indonesian Health Science Journal*, *1*(1), 11. http://ojsjournal.stikesnata.ac

Kemenkes RI. (2024). *InfoDATIN Pusat dan Teknologi Informasi Kementerian Kesehatan RI*.

Kusumo, M. P. (2020). *Buku Lansia*. Lembaga Penelitian, Publikasi dan Pengabdian Masyarakat (LP3M) UMY. 11.

Kuswati, A., & Kunci, K. (2024). Pengaruh Terapi Akupresur terhadap Kualitas Tidur Lansia : Tinjauan Sistematis. *Journal of Chemical Health Risks*, *14*, 956.

Leba, I. P. R. P., M.Kep, N. L. M., & Harningtyas, S, S.ST., M. K. (2023).

Literature Review Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Pada Lansia. *Professional Health Journal*, *4*(2sp), 171–172. https://repository.stikvinc.ac.id/id/eprint/154/

Lilyana, M. (2023). Pemanfaatan Titik Tichong (LR3) Sebagai Terapi Komplementer: Studi Literatur. *Jurnal Ners LENTERA*, *11*(2).

Loihala, M., Sulastri, N. A., & Putriningtyas, I. F. N. (2022). *Relaksasi Progresif Dalam Pemenuhan Tidur Lansia* (A. Rafiq (ed.); 1st ed.). Poltekkes Kemenkes Kendari. https://doi.org/10.36990

Manoppo, M. W., Pitoy, F. F., & Abigael, T. (2023). Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Profesi Ners Universitas Klabat. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, *3*(7), 2101.

PPNI, T. P. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia Definisi dan Indikator Diagnostik.* Jakarta Selatan: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.

PPNI, T. P. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia Definisi dan Tindakan Keperawatan.* Jakarta Selatan: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.

PPNI, T. P. (2022). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan.* Jakarta Selatan: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia

Pramawati, Nyoman, N., Mastiningsih, P., and Ekajayanti. P. P. N., (2025). "Pengaruh Akupresure Terhadap Penurunan Skala Insomnia Pada Lansia Di Posyandu Lansia Banjar Puseh Desa Angantaka." *Jurnal Sakti Bidadari* VIII(1): 45–49. http://www.journal.uim.ac.id/index.php/bidadari/article/view/1178.

Raudhoh, S., & Pramudiani, D. (2021). Lanisa Asik, Lansia Aktif, Lansia Produktif. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat FKIK UNJA*, *4*(1), 126–130. https://doi.org/10.22437/medicaldedication.v4i1.13458

Salikunna, N. A., Astiawan, W. D., Handayani, F., M. Z. R. (2022). Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Tingkat Konsentrasi Pada Mahasiswa. *Jurnal Kesehatan Tadulako*, *8*, 2017–2019.

Sari, Riana, N., Nugroho, S. W., Sulistyowati, R., Agustina, R., Yulianto, K. T., G. A. (2024). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2024*.

Septadina, I. S., Roflin, E., Ishmata, K., Shafira, N. (2021). *Terapi Murrotal Al-Qur'an untuk Menurunkan Ansietas dan Memperbaiki Kualitas Tidur*. NEM.

Siregar, Z. (2024). *Pijat Relaksasi dan Akupresur Sebagai Upaya Penurunan Stres pada Ibu Rumah Tangga*. Universitas Hasanuddin Makassar.

Sulastri, S., Wulandari, R., & Hapsari, E. (2022). *Pengaruh Tindakan Akupresur Terhadap Kualitas Tidur Pada Perimenopause di Posyandu Lansia Dusun Sobo Desa Hargosari*. 1.

Sutiyo, T. A. W., Yuliadarwati, N. M., & Mufakhiroh, M. (2024). Pemeriksaan Fisioterapi Kualitas Tidur pada Lansia dengan Pittsburgh Sleep Quality Index di Griya Lansia Husnul Khotimah Wajak. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, *4*(2), 449–454. https://doi.org/10.54082/jamsi.1121

Tamalonggehe, Y. M., Deeng, D., Mamosey, W. E. (2021). *Pengobatan Tradisional Akupresur di Era Modern pada Masyarakat Abepura Kota Jayapura Papua*. *14*(4), 1–18.

Utami, Y. (2021). Penerapan Akupresur Terhadap Gangguan Pola Tidur Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Citra Medika Kota Lubuklinggau Tahun 2021. In *Laporan Tugas Akhir* (pp. 51–52).

Wahyuningsih, Melania, and Liliana, A., 2022. "Accupressure Untuk Mengatasi Insomnia Pada Lansia." *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Universitas Respati Yogyakarta* 1(1): 251–55.

Widiyanto, B., & Wijayati, S. (2025). *Kualitas Tidur Pada Lansia Kontribusi Penting Perawat* (M. Ilham (ed.); 1st ed.). Nuansa Fajar Cemerlang.

Yao, C., Zeng, X., Zhang, S., Xiao, B., Sun, P., Kong, L., Tao, J., & Fang, M. (2025). Acupoint massage: a comprehensive descriptive review of its forms, applications, and underlying mechanisms. *Chinese Medicine (United Kingdom)*, *20*(1), 2. https://doi.org/10.1186/s13020-025-01105-1

Zain, M., & Hanif, M. (2023). Optimalisasi Manajemen Waktu Tidur Demi Meningkatkan Produktivitas Remaja Dengan Pendekatan Kesehatan Dan Nilai-Nilai Islam. *Jurnal Bintang Manajemen*, *1*(4), 7.

Zitser, J., Allen, I. E., Falgàs, N., Le, M. M., Neylan, T. C., Kramer, J. H., & Walsh, C. M. (2022). Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) responses are modulated by total sleep time and wake after sleep onset in healthy older adults. *PLoS ONE*, *17*(6 June), 4. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0270095