

DAFTAR PUSTAKA

- Apriani, M., Fatrin, T., Wijayanti, A., Dwi, S., & Putri, Y. (2025). *Pemanfaatan Terapi Musik Klasik Nature Sound (Suara Alam) Terhadap Kualitas Tidur Lansia. 01*, 1–5.
- Aswardi. (2023). *Berhaji dan Lansia*. Ayosehat.Kemendes. [https://ayosehat.kemendes.go.id/berhaji-dan-lansia#:~:text=Kategori tersebut sebagai berikut:,berusia 80 tahun ke atas](https://ayosehat.kemendes.go.id/berhaji-dan-lansia#:~:text=Kategori%20tersebut%20sebagai%20berikut%3A,berusia%2080%20tahun%20ke%20atas.).
- Fadli, R. (2020). *Gangguan tidur*. Halodoc. https://www.halodoc.com/kesehatan/gangguan-tidur?srsId=AfmBOooUWLS1w6FZe6OI09k0s7IaCM7sdkEhsVDh_ZSzDCMAPUNgq9wI
- Fara, Y. D., Veronica, S. Y., Darmayanti, H., & Septarina, I. (2025). *Peningkatan Pengetahuan Lansia Tentang Cara Mengatasi Insomnia Melalui Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat di Puskesmas Kemiling , Bandar Lampung. 5(2)*. <https://doi.org/10.59818/jpm.v5i2.1387>
- Kemendes RI. (2018). Laporan Nasional RKD 2018. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan* (p. 674). http://labdata.litbang.kemendes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf
- Manoppo, M. W., Pitoy, F. F., & Abigael, T. (2023). Kualitas Tidur pada Mahasiswa Profesi Ners Universitas Klabat. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 3(7), 2098–2107. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i7.10717>
- Nabila, T. B., Herliana, I., & Yuliza, E. (2025). *Pengaruh Kombinasi Aromaterapi Lavender Dan Terapi Musik Suara Alam Terhadap Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Indonesia Maju Tahun 2024 The Effect of Combination of Lavender Aromatherapy and Natural Sound Mus. 5523–5536*.
- Ners, T. A., Ariyanti, N. I. A., Pendidikan, P., Ners, P., Keperawatan, J., Kementerian, P., & Yogyakarta, K. (2022). *Laporan Asuhan Keperawatan Gerontik Ibu S Tidur Di Dusun Genitem Wilayah Tidur Di Dusun Genitem Wilayah*.
- PPNI, T. P. S. (2016). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI) Edisi 1. *Dpp Ppni. Jakarta*.
- PPNI, T. P. S. (2019). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI)*. DPP PPNI.

- Ppni, T. P. S. D. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (Siki). *Jakarta: Dewan Pengurus Ppni*.
- Rachmadina, A., Zahra, I. S., & Ritonga, R. (2025). Hubungan Antara Pola Tidur dan Resiko Penyakit Kronis pada Lansia.
- Rahmawati, A. (2020). Pengaruh Terapi Musik Nature Sound Terhadap Kualitas Tidur Lansia Di Desa Pingkuk Kecamatan Bendo Kabupaten Magetan.
- Ramadania, R., Nopriyanto, D., Ramadhani, S., & Nur, F. (2024). *Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tingkat Insomnia Pada Lansia: Studi Cross-Sectional*. 5(April), 15–24.
- Safitri, N. Y., Kep, M., J, N. D. S., Kep, M., Ari, A. D., & Kep, S. (2023). Pengaruh Terapi Nature Sounds Terhadap Kualitas Tidur Tn.N dengan Non Stemi di RSUD Arifin Achmad Pekanbaru.
- Shakespeare, W., Widyastuti, W., & Ridfah, A. (2021). Efektivitas nature sound terhadap penurunan insomnia. *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan*, 3(2), 79. <https://doi.org/10.26555/jptp.v2i2.17861>
- Supratti, S., & Ashriady, A. (2018). Pendokumentasian Standar Asuhan Keperawatan Di Rumah Sakit Umum Daerah Mamuju. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 2(1), 44. <https://doi.org/10.33490/jkm.v2i1.13>
- Sutardi, M. A. G. (2021). Tata Laksana Insomnia. *Jurnal Medika Utama*, 03(01), 1703–1708. <http://jurnalmedikahutama.com>
- Tim Pokja PPNI. (2016). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik* (PPNI (ed.); Edisi 1). DPP PPNI.
- Tim Pokja PPNI. (2018). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia: Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan* (PPNI (ed.); Edisi 1). DPP PPNI.
- Trivaika, E., & Senubekti, M. A. (2022). Perancangan Aplikasi Pengelola Keuangan Pribadi Berbasis Android. *Nuansa Informatika*, 16(1), 33–40. <https://doi.org/10.25134/nuansa.v16i1.4670>
- Who. (2021). *Gangguan Tidur Pada Lansia*. World Health Organization.
- WHO. (2020). *Gangguan Tidur Pada Lansia*. World Health Organization.
- Wulandari, S., & Pranata, R. (2024). Deskripsi Kualitas Tidur dan Pengaruhnya terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 10(1), 101–108. <https://doi.org/10.59672/jpkr.v10i1.3414>