

## DAFTAR PUSTAKA

- Adib. (2011). *Pengetahuan praktis ragam penyakit mematikan yang paling sering menyerang kita*. Buku Biru. Yogyakarta
- Ardiansyah, M. (2012). *Medikal bedah untuk mahasiswa*. Jogjakarta: Diva Press
- Arikunto, Suharsimi (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Bell, K. (2015). *Hypertension: The silent killer: Updated JNC-8 Guideline Recommendations*. *Comting Education*, 2.
- Buyse, D. J. (1988). The pittsburg sleep quality index: A New Instrument for psychiatric practice and research. *Psychiatri Research*, 193-207
- Dalimartha, P, S, dkk. (2008). *Care your self hipertensi*. Jakarta: Penebar Plus+
- Damayanti, A, P, (2014). *Perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan hidroterapi rendam hangat pada penderita hipertensi di Desa Kebon Dalem Kecamatan Jambu Kabupaten Semarang*. Stikes Ngudi Waluyo: Ungaran
- Depkes RI. (2009). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta
- Gottlieb, D. J. (2007). Association of Usual Sleep Duration With Hypertension: The Sleep Heart Health. *Sleep Duration and Hypertension* , 1.
- Hasdianah, S. *Patologi dan patofisiologi penyakit*. Yogyakarta: Nuha Medika; 2016
- Hidayat, A. (2007). *Metode penelitian keperawatan dan teknik analisa data*. Jakarta: Salemba Medika
- Ilkafah. (2016). *Perbedaan penurunan tekanan darah lansia dengan obat anti hipertensi dan terapi rendam air hangat di wilayah kerja Puskesmas Antara Tamalanrea*. *Jurnal Ilmiah Farmasi-UNSRAT* Vol. 5 (No. 2), Edisi Mei. ISSN: 2302-2493. Makasar
- Imron (2014). *Metodologi penelitian bidang kesehatan*. Jakarta: Sagung Seto
- Irianto, K. (2015). *Memahami berbagai macam penyakit*. Bandung: Alfabeta
- Yulistian, K. (2017). *Hubungan kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien hipertensi di Puskesmas Jati Kabupaten Kudus*
- Khomarun, N, W. (2014). *Pengaruh aktifitas fisik jalan pagi terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi stadium 1 di posyandu lansia Desa Makamhaji*. *Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan*, Volume 3, (no 2), November hlm 106-214

- Laksita, I. D. (2016). Hubungan Lama Menderita Hipertensi dengan Tingkat Kecemasan pada Lansia di Desa Praon Nusukan Surakarta. *Universitas Muhammadiyah Surakarta* , 2.
- Lumantow, R.O. (2016). *Hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah pada remaja di Desa Tombasian Atas Kecamatan Kawangkoan Barat*. E-journal Keperawatan (e-Kp) Volume 4 (Nomor 1). Universitas Sam Ratulangi Manado
- Nilifda, N.H. (2016). *Hubungan kualitas tidur dengan prestasi akademik mahasiswa Progam Studi Pendidikan Dokter Angkatan 2010 FK Universitas Andalas*.<http://jurnal.fk.unand.ac.id> : Jurnal Kesehatan Andalas
- Notoatmodjo, S. (2014).*Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nurarif A.H.H.K. *Aplikasi asuhan keperawatan berdasarkan diagnosa medis dan Nanda Nic-Noc*. Yogyakarta: Mediacion Publishing; 2015.
- Patten, dkk. (2010). *Teenage Attitude and Practices Survey, American Heart Assosiation, Inc. Journal Circulation*. (Online), (<http://findresearcher.sdu.dk:8443/ws/files/88330090/PhD> thesis tryk Thomas Madsen final.pdf, diakses tanggal 12 desember 2017 pukul 15.00)
- Purwanto, S. Mengatasi insomnia dengan terapi relaksasi. *Jurnal Kesehatan, ISSN 1979-7621, Vol.1, (No.2) Edisi Desember 2008, hal 141-148*.Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Rahmawati, T. S. (2015). *Efektifitas mandi air hangat dan aroma terapi lavender terhadap insomnia pada lansia.. Profesi, Volume 13, (Nomor 1), Edisi September*. Stikes Muhammadiyah Klaten
- Ramirez, M. S.(2012). *Rating Scale in Mental Health*. Maryland: The Johns Hopkins University Press
- RIKESDAS. (2013). *Riset kesehatan dasar*. Jakarta: Badan Penelitian Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI
- Robby, Chaidir & Rahayu. Kualitas tidur pasien praoperasi di ruang rawat inap. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia Vol. 11, No.2 September 2015: Universitas Padjadjaran*
- Sugiyono. (2011). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Surbakti, S. (2014). *Pengaruh latihan jalan kaki 30 menit terhadap penurunan tekanan darah pada pasien penderita hipertensi di Rumah Sakit Umum Kabanjahe*.Pengabdian Masyarakat Vol. 20 (Nomor 77), Tahun XX edisi September
- Swarjana I. K. (2015). *Metodologi penelitian kesehatan*. Yogyakarta: ANDI
- Triyanto, E. Pelayanan keperawatan bagi penderita hipertensi secara terpadu. Yogyakarta: Graha Ilmu; 2014
- Wahyudi, A. S. (2016). *Ilmu keperawatan dasar*. Jakarta: Mitra Wacana Media

Zhang, J., Ma, R.C.W., Kong, A.P.S., So, W.Y., Li, A.M., Lam, S.P., Li, S.X., Yu, M.W.M., Ho, C.S., Chan, M.H.M., Zhang, B., Wing, Y.K. (2011). Relationship of sleep quantity and quality with 24-hour urinary catecholamines and salivary awakening cortisol in healthy middle-aged adults. *J Sleep*: 34(2):225-233. Retrieved from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3022944/?report=reader>

