

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmat, P., dkk. (2021). Pengaruh Tidur terhadap Kesehatan Manusia. Jakarta: Penerbit Ilmu Sehat.
- Asbi, R. (2023). Pengaruh Gangguan Tidur terhadap Tekanan Darah pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(3), 45-52.
- Dayaningsih, S. (2021). Lansia dan Proses Penuaan. : Pustaka Medika.
- Kasiati, & Rosmalawati, D. (2021). Hubungan Pola Tidur dengan Hipertensi pada Lansia. Yogyakarta: Pustaka Keperawatan.
- Kemenkes RI. (2019). Laporan Data Kesehatan Hipertensi di Indonesia. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2016). Pedoman Pelayanan Kesehatan Lansia. Jakarta: Kemenkes RI.
- Mafaza, A., Wiratmadi, B., & Adriani, M. (2021). Hipertensi pada Lansia dan Faktor Risikonya. Surabaya: Universitas Airlangga Press.
- Mutiaranti, L. (2023). Hipertensi sebagai Silent Killer: Pencegahan dan Pengelolaan. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14(1), 78-89.
- Nurlatif, & Kusuma, R. (2015). Hipertensi dan Gangguan Tidur pada Lansia. Bandung: Penerbit Medis.
- Purwono, dkk. (2020). Faktor Risiko Hipertensi dan Pencegahannya. Jakarta: Gramedia.
- Ratri, T., dkk. (2022). Manajemen Pola Tidur pada Lansia Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 18(2), 99-110.
- Santi, A. (2023). Hipertensi: Gejala, Diagnosis, dan Manajemen Terkini. Yogyakarta: Penerbit Medis Sehat.
- SDKI. (2017). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia. Jakarta: PPNI.
- Simorangkir, A., dkk. (2022). Proses Penuaan dan Kesehatan Lansia. Medan: Universitas Sumatera Utara Press.

- Sitanggang, M., dkk. (2021). Lansia dan Perubahan Biologisnya. *Jurnal Kedokteran*, 15(2), 112-125.
- Soares, P., dkk. (2023). Perubahan Struktural pada Lansia dan Hipertensi. *Jurnal Kedokteran Dunia*, 27(3), 203-217.
- WHO. (2020). *Global Report on Hypertension and Cardiovascular Diseases*. Geneva: World Health Organization.
- WHO. (2023). *Hypertension Overview and Management Guidelines*. Retrieved from
- Widyastuti, & Yuni, S. (2015). *Gangguan Tidur dan Pengaruhnya terhadap Hipertensi*. Jakarta: Kesehatan Nusantara.
- Zaura, T. A., Rahmawati, & Yanti, S. (2023). Faktor Risiko Hipertensi pada Lansia di Indonesia. *Jurnal Epidemiologi*, 10(1), 33-45.
- Zgheib, A., dkk. (2023). Aging, Telomeres, and Cardiovascular Health. *International Journal of Cardiology*, 42(2), 145-159.