

DAFTAR PUSTAKA

1. S.F D, Rosmaini, N.P D. Hubungan Kualitas Tidur Terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Baiturahmah Padang Angkatan 2018. 2021 Jan. Report.
2. Galindra Y, Asda Astiah A, Syahla Nuralyfah N. Hubungan Antara Derajat Hipertensi Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit PMI Kota Bogor. Vol. 14. 2024 May 2;14.
3. Ramadhan AR. Hubungan Intensitas Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Smp Pasundan 6 Di Kota Bandung Tahun 2023 [Skripsi]. [Bandung]: Universitas Pasundan; 2024.
4. Zaiyati N, Ridwan A, Maulina. Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Dengan Tugas Akhir. JIM FKep. 2023;7(3):25–9.
5. Rifky Ahdian M, Keperawatan Bogor Poltekkes Kemenkes Bandung P, studi Keperawatan Bogor Poltekkes Kemenkes Bandung P. Penerapan Teknik Relaksasi Benson Dalam Mengatasi Insomnia Pada Remaja Di Sma Negeri 10 Kota Bogor Tahun 2023. Report.
6. Damanik C, Fauza Z, Achmad A, Studi P, Keperawatan I, Wiyata I, et al. Hubungan Antara Pelaksanaan Sleep Hygiene Dengan Kualitas Tidur Pada Karyawan Di Lingkungan ITKES Wiyata Husada Samarindra. Jurnal Keperawatan Wiyata. 2022;3(1).
7. Subagiarttha FS, Katuuk ME, Ch Paat a-c TC. Hubungan KualitasTidur Dengan Tekanan Darah Pada Perawat Di Siloam Hospitals Manado. Jurnal Keperawatan. 2024 Feb. Report.

8. Tegar D, Prasetya R, Kusumaningsih D. Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Lansia [Internet]. 2024 Jan [cited 2025 Apr 7]. Report. Available from: <https://eprints.ums.ac.id/120687/>
9. Sabila VP, Sari IP. Hubungan Asupan Zat Gizi, Aktivitas Fisik, Dan Kualitas Tidur Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pegawai Negeri Sipil Usia 24-54 Tahun di Lpmp Sumsel. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* . 2023;7(3):16919–36.
10. Rahman NH, Pase MA. Hubungan Antara Pola Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Mahasiswa FK USU Tahun 2020. *Majalah Kedokteran Andalas*. 2022;45(3):244–8.
11. Bell K, Candidate P, Olin BR. Hypertension: The Silent Killer: Updated JNC-8 Guideline Recommendations [Internet]. Report. Available from: www.APArX.org/AlabamaPharmacyAssociation/334.271.4222/www.aparx.org/apa@aparx.org
12. Maulida D, Lubis HS. Kualitas tidur dan tekanan darah pada supir bus lintas Sumatera: Studi pada trayek Banda Aceh - Medan. *Tropical Public Health Journal*. 2023 Mar 31;3(1):8–11. doi:10.32734/trophico.v3i1.9767
13. Ali Ahmad F. Humas BKPK [Internet]. 2024 [cited 2025 Apr 7]. Bahaya Hipertensi Mengintai Anak Muda Indonesia. Available from: [https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/bahaya-hipertensi-mengintai-anak-muda-indonesia/#:~:text=Survei%20Kesehatan%20Indonesia%20\(SKI\)%202023,pada%20kelompok%2025%E2%80%9334%20tahun.](https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/bahaya-hipertensi-mengintai-anak-muda-indonesia/#:~:text=Survei%20Kesehatan%20Indonesia%20(SKI)%202023,pada%20kelompok%2025%E2%80%9334%20tahun.)

14. Humas Dinkes. dinkes.bandung.go.id [Internet]. 2022 [cited 2024 Dec 9].
Cegah Hipertensi dengan Skrining Kesehatan. Available from:
<https://dinkes.bandung.go.id/cegah-hipertensi-dengan-skrining-kesehatan/>
15. Kemkes. sehatnegeriku.kemkes.go.id [Internet]. 2019 [cited 2025 Mar 15]. Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat. Available from:
<https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20190517/5130282/hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat/>
16. Famuji SRR. Hubungan Kualitas Tidur Terhadap Nilai Tekanan Darah Lansia di Kota Batu [Skrispsi]. [Malang]: UIN Maulana Malik Ibrahim; 2020.
17. Nugroho MFH, Safitri A, Zulfahmida, Jaya MuhA, Rachman MochE. Pengaruh Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah Mahasiswa. Fakumi MedicalJournal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran. 2024;4(10):685–94.
18. Auliani FD, Mariefni R. Pengaruh Kualitas Tidur Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Berdasarkan Skor Pittsburgh Sleep Quality Index (Psqi) Di Puskesmas Sukamakmur Kabupaten Aceh Besar. Jurnal Sains Riset. 2021;11(2):463–8.
19. Aulia Islami S, Marisa D, Kaidah S, Muttaqien F, Illiandri O, Studi Kedokteran Program Sarjana P, et al. Hubungan Kualitas Tidur dengan Tingkat Tekanan Darah pada Pegawai Disdikbud Kalsel Tahun 2023. 2024 Dec. Report.

20. Simatupang NRY, Lestari IC, Susanti M, Sari S. Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Fk Uisu Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kedokteran STM (Sains dan Teknologi Medik)*. 2022 Jul 1;5(2):72–9. doi:10.30743/stm.v5i2.262
21. Rizal NS, Afriandi D. Hubungan Konsumsi Kopi Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara. *Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan - Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*. 2022 Jul 1;21(2):233–9. doi:10.30743/ibnusina.v21i2.311
22. Maharani AD. Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Burnout Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya [Skripsi]. [Surabaya]: Universitas Muhammadiyah Surabaya; 2023.
23. Patel AK, Reddy V, Shumway KR, Araujo JF. *Physiology, Sleep Stages*. StatPearls Publishing LLC; 2025. PubMed PMID: 30252388.
24. Lukmanulhakim AF. Hubungan Kualitas Tidur Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pasundan Angkatan 2019 [Skripsi]. Universitas Pasundan; 2023.
25. Guyton, Hall. *Textbook of Medical Physiology*. 13th ed. Philadelphia: Elsevier; 2016.
26. Boland R, Verduin ML. *Kaplan & Sadock's Synopsis of Psychiatry*. 12th ed. Wolters Kluwer; 2021.

27. Colten HR, Altevogt BM. Sleep Disorders and Sleep Deprivation: An Unmet Public Health Problem. Washington (DC): National Academies Press; 2006.
28. Zulkipli NAB. Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Lansia di Kelurahan Penanggungan Malang [Tugas Akhir]. [Malang]: Universitas Brawijaya; 2019.
29. Wijiyanti RA, Linggardini K. Hubungan Tingkat Stres Dengan Pola Tidur Pada Mahasiswa Semester 7 Prodi Keperawatan S1 Fakultas Ilmu Kesehatan. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah. 2020;5(2).
30. Pranaputra IBGW. Gambaran Kualitas Tidur Pada Anak Usia Sekolah Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Wilayah Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2022 [Tugas Akhir]. [Denpasar]: Poltekkes Kemenkes Denpasar; 2022.
31. Kholis MN. Pengaruh Kualitas Tidur Terhadap Derajat Tekanan Darah Sistolik pada Pasien Hipertensi di Poli Penyakit dalam RST TK.II Dr. Soepraoen Kota Malang [Skripsi]. [Malang]: UIN Malik Ibrahim Malang; 2020.
32. Satriyanto MD, Maulana A Al, Parnawi A. Hubungan Antara Kualitas Tidur dengan Peningkatan Nilai Indeks Massa Tubuh Berlebih Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Abdurrah. Jurnal Ners. 2024;8(1):634–40.

33. Hamida NW. Gambaran Kualitas Tidur Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Hasanuddin Di Masa Pandemi Covid-19 [Skripsi]. Universitas Hasanuddin; 2021.
34. Permatasari AN. Hubungan Tingkat Stres Terhadap Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Tahun Pertama dan Tahun Kedua Fakultas Kedokteran UIN Syarif Hidayatullah Jakarta [Skripsi]. [Jakarta]: UIN Syarif Hidayatullah Jakarta; 2020.
35. Sari PN. Hubungan Tingkat Stres Dalam Menghadapi Objective Structured Clinical Examination (Osce) Dengan Kualitas Tidur Padamahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara [Skripsi]. [Medan]: Universitas MUhammadiyah Sumatera Utara; 2020.
36. Aulia ZP. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Uin Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2022 [Skripsi]. [Jakarta]: UIN Syarif Hidayatullah Jakarta; 2022.
37. Said MJ. Hubungan Gejala Adiksi Internet Terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa Tahap Akademik Fakultas Kedokteran UIN Syarif Hidayatullah Jakarta [Skripsi]. [Jakarta]: UIN Syarif Hidayatullah Jakarta; 2020.
38. Brzezinski WA. Blood Pressure. Butterworth Publishers; 1990. PubMed PMID: 21250111.

39. Amaliyah A. Hubungan Antara Aktivitas Fisik Sehari-Hari Dengan Keseimbangan Tekanan Darah Pada Lansia [Skripsi]. [Surabaya]: STIK Hang Tuah; 2021.
40. Kusumaningrum W. Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Mahasiswa Psik Reguler Universitas Ngudi Waluyo Ungaran [Skripsi]. Universitas Ngudi Waluyo; 2020.
41. Williams L, Wilkins. Pathophysiology of Heart Disease. 5th ed. Lilly LS, editor. Wolters Kluwer; 2011.
42. Sherwood L. Human Physiology From Cells to Systems. 9th ed. Cengage Learning; 2016.
43. Fahrurroji T. Pengaruh Kadar Natrium Pada Makanan Terhadap Peningkatan Tekanan Darah Lansia DI Upt. Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember [Skripsi]. Universitas Jember; 2020.
44. Sharma S, Hashmi MF, Bhattacharya PT. Hypotension. StatPearls Publishing LLC; 2025. PubMed PMID: 29763136.
45. Zumariffirdaus MY. Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Nilai Tekanan Darah Pengemudi Bus Di Kabupaten Malang [Skripsi]. [Malang]: UIN Maulana Malik Ibrahim; 2021.
46. Lydia A, Tiksnadi A, Indriani A, Mumpuni ASS, Lukito AA, Soenarta AA, et al. Panduan Promotif & Preventif Hipertensi 2023. Jakarta: Indonesian Society of Hypertension Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia; 2023.

47. WHO. Hari Hipertensi Sedunia 2024: Ukur Tekanan Darah Anda Secara Akurat, Kendalikan, Hidup Lebih Lama. [Internet]. 2024 [cited 2025 Mar 17]. Available from: <https://www.who.int/srilanka/news/detail/17-05-2024-world-hypertension-day-2024--measure-your-blood-pressure-accurately--control-it--live-longer>
48. Fakhruddin PA. Profil Tekanan Darah Pasien Penyakit Ginjal Kronik Non-Dialisis Di Poliklinik Rawat Jalan Rsup Dr. Wahidin Sudirohusodo Dan Rsp Universitas Hasanuddin Periode Agustus – Oktober 2019 [Skripsi]. Universitas Hasanuddin; 2020.
49. Mastang H. Pengaruh Konsumsi Kopi Terhadap Kejadian Hipertensi Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2019 [Skripsi]. [Makassar]: Universitas Hasanuddin; 2022.
50. Angraeni N. Distribusi Penderita Hipertensi Berdasarkan Faktor Risiko Di Puskesmas Tanete Kecamatan Bulukumpa Kabupaten Bulukumba Periode Juli 2019 - Juni 2020 [Skripsi]. Universitas Hasanuddin; 2020.
51. Gaol SRL. Faktor Risiko Hipertensi Pada Kejadian Stroke (Studi Analitik Observasional Di Rsud Gondosuwarno Ungaran Kabupaten Semarang) [Skripsi]. [Semarang]: Universitas Islam Sultan Agung Semarang; 2023.
52. Susanti S, Febrio I ARA, Soenggono A, Armandha D SA, Utami F. Relationship between Physical Activity and Fitness Levels of Male Students. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. 2025 Sep;355–62. doi:10.17509/jpjo.v10i2.91587

53. Meher M, Pradhan S, Pradhan SR. Risk Factors Associated With Hypertension in Young Adults: A Systematic Review. *Cureus*. 2023 Apr 12. doi:10.7759/cureus.37467
54. Khoirunnisa R. Hubungan Pola Tidur Dengan Jipertensi Pada Lansia di Puskesmas Bangetayu Kota Semarang [Skripsi]. [Semarang]: Universitas Islam Sultan Agung; 2023.
55. Paralegal.id. Paralegal.id [Internet]. 2023 [cited 2025 Mar 18]. Pengertian Pegawai Menurut Undang Undang. Available from: <https://paralegal.id/pengertian/pegawai/>
56. humas@unpas.ac.id. Universitas Pasundan [Internet]. 2024 [cited 2025 Mar 18]. Available from: <https://www.unpas.ac.id/>
57. Purba DRP, Susanti R, Susanti R, Permana H, Murni AW, Sauma E. Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Lansia di Kecamatan Kuranji Kota Padang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*. 2023 Sep 19;4(3):198–205. doi:10.25077/jikesi.v4i3.1077
58. A'isyah U, Ariyanto A, Syafriakhwan F. Hubungan Usia dan Jenis Kelamin Terhadap Kejadian Hipertensi. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*. Yogyakarta; 2023 Jul. Report.
59. Husna R, Saida SA, Cahyady E. Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Baiturrahman. *Future Academia: The Journal of Multidisciplinary Research on*

- Scientific and Advanced. 2025 Aug 31;3(3):1514–21. doi:10.61579/future.v3i3.612
60. Naimatul Hasanah Siti. Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Kecamatan Kalisat. Jember; 2022. Report.
 61. Loreнна M, Rizky Amalia L. Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. Action Research Literate [Internet]. 2024 Dec;8(12):3544–9. Available from: <https://arl.ridwaninstitute.co.id/index.php/arl>
 62. Nabila RI, Herlinawati H, Ariyanto S, Ronanarasafa R. Hubungan Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan, dan Indeks Massa Tubuh Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja PUSKESMAS Gunungsari Lombok Barat. Bioscientist: Jurnal Ilmiah Biologi. 2025 Mar 29;13(1):364. doi:10.33394/bioscientist.v13i1.14534
 63. Gupta R, Grover S, Basu A, Krishnan V, Tripathi A, Subramanyam A, et al. Changes in sleep pattern and sleep quality during COVID-19 lockdown. Indian J Psychiatry. 2020 Jul 1;62(4):370–8. doi:10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry_523_20
 64. Nugroho AS, Astutik E. Relationship Between Sleep Quality And Hypertension Among Working-Age Population In Indonesia. 2020 Jun. Report.
 65. Nur Nazmi A, Khoirun Nisa E, Indriani N. Hubungan Kualitas Tidur Dengan Peningkatan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. Jurnal Edu

- Nursing [Internet]. 2024 Apr;8(1). Available from: <http://journal.unipdu.ac.id>
66. Novitri S, Prasetya T, Artini I. Hubungan Kualitas Tidur Dan Pola Makan (Diet DASH) Dengan Kejadian Penyakit Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda Di PUSKESMAS Simbarwaringin Kecamatan Trimurjo Kabupaten Lampung Tengah Provinsi Lampung. Jurnal Medika Malahayati. 2021 Sep. Report.
 67. Melizza N, Hikmah N, Dwi Kurnia A, Masruroh NL, Setiowati CI, Prasetyo YB. Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Ciptomulyo. CHMK NURSING SCIENTIFIC JOURNAL. 2020 Apr. Report.
 68. Rachman A, Machelia Champaga Nursery S, Permata Hati I. Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah [Internet]. 2023 Dec. Report. Available from: <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>
 69. Fazriana E, Prianti Rahayu F. Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Lansia Risiko di Puskesmas Linggar Kabupaten Bandung The Relationship between Sleep Quality and Blood Pressure in the Elderly at Risk at the Linggar Health Center, Bandung Regency. Vol. 15. 15(2):2085–0840. doi:10.36990/hijp.v15i2.930
 70. Hayeeteh H, Asrizal CW, Inggriyani G. Hubungan Kualitas Tidur terhadap Tekanan Darah pada Mahasiswi yang Tinggal di Asrama Pendidikan Profesi Guru Universitas Syiah Kuala. Jurnal Kedokteran Nanggroe Medika. 2023;6(3).

71. Imaroh ul, Khasanah U, Akbar Syah P. Hubungan Aktivitas Fisik dan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Karyawan Universitas Swadaya Gunung Jati. Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS) e-ISSN [Internet]. 2025 Oct. Report. Available from: <http://ejournal.urindo.ac.id/index.php/jukmas>