

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, N. & Sumarni, S. (2022). Hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah pada pasien hipertensi. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 25(2), 123–130.
- Akhriansyah, M. (2023). *Keperawatan keluarga*. Jakarta: CV Widina Bhakti Persada Indonesia..
- Amalia, S. (2021). Gangguan tidur pada pasien hipertensi. *Jurnal Kesehatan*, 14(1), 55–62.
- American Heart Association. (2023). High blood pressure (hypertension). <https://www.heart.org>
- Asti, H., Sunarno, N. D., Wahdaniyah, R., & Afnela, W. (2020). *Buku saku hipertensi*. Medan: Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara.
- Budi, A. & Dianin, R. (2021). *Asuhan keperawatan keluarga*. Jakarta: EGC.
- Darmojo, R. B. (2020). Buku ajar geriatri. Dalam R. Rahmani & U. Rosidin (Eds.), *Keperawatan lansia* (hlm. 120–128). Bandung: Alfabeta.
- Dos Santos, R., Ferreira, G. H., De Lima, D., & Batista, R. E. A. (2022). Holistic nursing interventions and quality of sleep in people with hypertension: A scoping review. *Journal of Holistic Nursing*, 40(1), 18–29. <https://doi.org/10.1177/08980101211019985>
- Ekasari, M. F., Suryati, E. S., Badriah, S., Narendra, S. R., & Amini, F. I. (2021). *Hipertensi: Kenali penyebab, tanda gejala dan penanggannya*. Bandung: Media Sains Indonesia.
- Gou, X., Zhong, Y. & Jiao, J. (2023). Association between sleep quality and blood pressure control in hypertensive patients: A cross-sectional study. *Journal of Clinical Hypertension*, 25(5), 412–420. <https://doi.org/10.1111/jch.14660>
- Inges, K. E. & Redeker, N. S. (2021). Sleep and cardiovascular risk in adults. *Annual Review of Nursing Research*, 39(1), 63–87. <https://doi.org/10.1891/0739-6686.39.63>
- Iriani, R., Purwoto, A., Nuraeni, A., Harun, L., Dasat, M., Sari, E. E., & Janah, E. N. (2023). *Keperawatan keluarga*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- John, M. W. (1991). Sleep and health. Dalam S. Amalia (Ed.), *Kualitas tidur pasien hipertensi* (hlm. 45–47). Surabaya: Unair Press.
- Kaakinen, J. R., Coehlo, D. P., Steele, R., Tabacco, A., & Hanson, S. M. H. (2022). *Family health care nursing: Theory, practice, and research* (7th ed.). Philadelphia: F. A. Davis Company..
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Pedoman pencegahan dan pengendalian hipertensi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

- Kim, H. G., Park, H. S., & Yoon, D. (2022). Sympathetic overactivity and pain sensitivity in patients with hypertension: A review of pathophysiology and management strategies. *Hypertension Research*, 45(4), 738–747. <https://doi.org/10.1038/s41440-021-00794-y>
- Kozier, B. (2015). *Kozier & Erb's fundamentals of nursing* (10th ed.). Dalam A. Gurusinga (Ed.), *Keperawatan dasar* (hlm. 75–83). Jakarta: EGC.
- Kurniawan, E. P. (2022). Faktor risiko gangguan tidur pada penderita hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 13(2), 99–106.
- Mashudi. (2021). *Konsep dasar keperawatan keluarga*. Yogyakarta: Deepublish.
- Merdekawati, R., Komariah, S., & Sari, P. (2021). Efektivitas senam *Tai Chi* terhadap kualitas tidur pasien hipertensi. *Jurnal Keperawatan Sehat*, 10(2), 80–87.
- Meng, X., Zheng, Y., & Hui, Z. (2022). Sleep disturbance and hypertension: A review. *Frontiers in Cardiovascular Medicine*, 9, 1045. <https://doi.org/10.3389/fcvm.2022.01045>
- Nurarif, A. H., & Kusuma, H. (2015). *Aplikasi asuhan keperawatan berdasarkan diagnosa medis dan NANDA NIC-NOC* (1st ed.). Yogyakarta: Mediaction.
- Nursalam. (2021). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pendekatan praktis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Oliveira-Silva, I., et al. (2021). Sleep architecture and cardiovascular risk. *Sleep Medicine Reviews*, 58, 101439. <https://doi.org/10.1016/j.smrv.2021.101439>
- Petersen, C., Hilbert, A., Steinig, J., & Haase, M. (2021). Sleep disturbances and hypertension: A review of the evidence and implications for nursing practice. *International Journal of Nursing Studies Advances*, 3, 100037. <https://doi.org/10.1016/j.ijnsa.2021.100037>
- Prastiwi, D. (2023). *Metodologi keperawatan: Teori dan panduan komprehensif*. Yogyakarta: Deepublish.
- Qiu, J., Zhao, X., Zhou, Y., et al. (2021). Sleep quality and risk of hypertension: A prospective cohort study. *Hypertension*, 77(4), 1234–1242. <https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.120.16120>
- Rismawati, I. & Isnaeni, Y. (2025). Pengaruh terapi senam *Tai Chi* terhadap penurunan tekanan darah dan tingkat kecemasan pada lansia hipertensi di Desa Sukunan Banyuraden Gamping Sleman Yogyakarta. *Prosiding Seminar Nasional*, 1267–1273.
- Roy, C. & Andrews, H. A. (2021). *The Roy adaptation model* (4th ed.). Upper Saddle River: Pearson.

- Salamung, N., Pertiwi, M. R., Ifansyah, M. N., Riskika, S., Maurida, N., Primasari, N. A., ... (2021). *Keperawatan keluarga*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Salsabila, E., Utami, S. L., & Sahadewa, S. (2024). Faktor risiko usia dan jenis kelamin dengan kejadian hipertensi di Klinik Paradise Surabaya Oktober 2023. *Calvaria Medical Journal*, 2(1), 64–68.
- Sexton-Radek, K. J. (2021). *Sleep health and wellness*. New York: Springer.
- Srinivasan, V., Pandi-Perumal, S. R., Spence, D. W., & Trakht, I. (2021). Sleep and hypertension: Clinical implications. *Current Hypertension Reports*, 23(3), 10. <https://doi.org/10.1007/s11906-021-01131-9>
- Sutanto, J. (2010). *Tai Chi untuk perawat*. Jakarta: EGC.
- Sutanto, J. (2015). *Tai Chi dan kesehatan otak*. Jakarta: EGC.
- Tambunan, F. F., Nurmayni, R., Rahayu, P. R., Sari, P., & Sari, S. I. (2021). *Hipertensi si pembunuh senyap*. Medan: CV Pusdikra Mitra Jaya.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017a). *Standar diagnosis keperawatan Indonesia* (Edisi 1, cetakan ke-2). Jakarta: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017b). *Standar diagnosis keperawatan Indonesia* (1st ed.). Jakarta: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Urbayanti, P. D., Sudiantara, K., & Mustika, I. W. (2024). Pengaruh senam *Tai Chi* terhadap peningkatan kualitas tidur pada lansia dengan hipertensi. *Jurnal Gema Keperawatan*, 17(2), 175–184.
- Wang, Y., Wang, J., Zhang, L., & Wei, F. (2022). The impact of sleep improvement interventions on blood pressure in hypertensive patients: A systematic review and meta-analysis. *Sleep Medicine Reviews*, 61, 101567. <https://doi.org/10.1016/j.smrv.2021.101567>
- Widyaningsih, D. R., & Indrawati, R. (2021). Patofisiologi Hipertensi Dan Dampaknya Terhadap Organ Target.
- Yahya, S. (2021). *Keperawatan keluarga*. Yogyakarta: Deepublish.
- Yukeu Lestari, M. (2021). Hubungan tingkat stres selama masa pembelajaran jarak jauh dengan kualitas tidur pada mahasiswa pre-klinik Fakultas Kedokteran UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *Institutional Repository UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*.
- Zhang, Y., Ren, R., Lei, F., Zhou, J., Zhang, J., & Wing, Y. K. (2022). Short sleep duration and hypertension risk: A systematic review and meta-analysis. *Sleep Medicine Reviews*, 61, 101563. <https://doi.org/10.1016/j.smrv.2021.101563>