

## DAFTAR PUSTAKA

- Abd, S., Abdelaziz, E., Hassan, S., Abd-Elfatah, S., Saad, N., El-Aty, A., Aly, S.E. and Abdelhafeez, S. 2020. 'Relation between nutritional status and chronic diseases among elderly at Assiut City'.
- Adietomo, S.M. dan Pardede, E.L. 2018. *Memetik Bonus Demografi: Membangun Manusia Sejak Dini*. Depok: Rajawali Pers.
- Affandi, M., 2009. Faktor-faktor yang mempengaruhi penduduk lanjut usia memilih untuk bekerja.
- Afidah, I.N., 2019. Asuhan keperawatan lansia dengan rheumatoid arthritis di UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda Untuk.
- Agustiningrum, R., Handayani, S. dan Hermawan, A., 2021. Hubungan status gizi dengan penyakit degeneratif kronik pada lansia di Puskesmas Jogonalan I. *Motorik Journal Keseatan*, 16(2), pp.63-73
- Ahmad, I.E., Rijal, S. dan Haryati, H., 2020. Faktor yang mempengaruhi kualitas tidur mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo. *Jurnal Surya Medika*, 5(2), pp. 42-53. <https://doi.org/10.33084/jsm.v5i2.1290>
- Amarya, S., Singh, K. dan Sabharwal, M., 2015. Changes during aging and their association with malnutrition. *Journal of Clinical Gerontology and Geriatrics*, 6(3), pp. 78-84.
- Ambarwati, R., 2017. Tidur, irama sirkadian dan metabolisme tubuh. *Jurnal Keperawatan*, 10(1), pp. 42-46.
- Andersen, J.L. 2003. Muscle fibre type adaptation in the elderly human muscle. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 13(1), pp.40-47. <https://doi.org/10.1034/j.1600-0838.2003.00299.x>
- Ashari, M.H., Hardianto, Y. dan Nur'Amalia, R., 2022. Hubungan antara aktivitas fisik dengan kualitas tidur pada lansia. *Jurnal Fisioterapi Dan Rehabilitasi*, 6(1), pp.35–41

- Azri, M.A., Dahlan, A., Masuri, M.G. dan Isa, K.A.M., 2016. Sleep quality among older persons in institutions. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2016.10.221>
- Badan Kebijakan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2023. *Hasil Survei Kesehatan Indonesia 2023*. [online] Tersedia di: <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/hasil-ski-2023/>
- Badan Pusat Statistik. 2021. Statistik Penduduk Lanjut Usia 2021. 1st edn. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Badan Pusat Statistik. 2023. Statistik Penduduk Lanjut Usia 2023:Volume 20. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Badan Pusat Statistik Daerah Istimewa Yogyakarta. 2024. Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Dalam Angka 2024. Yogyakarta: Badan Pusat Statistik DI Yogyakarta.
- Badan Pusat Statistik Sleman. 2023. Kabupaten Sleman Dalam Angka 2023. Sleman: Badan Pusat Statistik Kabupaten Sleman.
- Bakker, L. P., Småstuen, M. C., Reichelt, J. G., Gjerstad, C. L., Weisaeth, L., Herlofsen, P. H., dan Grov, E. K. 2019. Sleep quality problems three decades post-disaster. *Nordic journal of psychiatry*, 73(2), 104–110. <https://doi.org/10.1080/08039488.2018.1563214>
- Bardon, L.A. dkk. 2020. Predictors of incident malnutrition in older Irish adults from the Irish Longitudinal Study on Ageing cohort—A MaNuEL study. *The Journals of Gerontology. Series A, Biological Sciences and Medical Sciences*, 75(2), pp.249–256. <https://doi.org/10.1093/gerona/gly225>
- Buysse, D.J., Reynolds, C.F., Monk, T.H., Berman, S.R. dan Kupfer, D.J., 1989. The Pittsburgh Sleep Quality Index: A new instrument for psychiatric practice and research. *Psychiatry Research*, 28(2), pp. 193-213. [https://doi.org/10.1016/0165-1781\(89\)90047-4](https://doi.org/10.1016/0165-1781(89)90047-4).
- Buysse, D. J., Hall, M. L., Strollo, P. J., Kamarck, T. W., Owens, J., Lee, L., Reis, S. E., dan Matthews, K. A. 2008. Relationships between the Pittsburgh

- Sleep Quality Index (PSQI), Epworth Sleepiness Scale (ESS), and clinical/polysomnographic measures in a community sample. *Journal of clinical sleep medicine : JCSM : official publication of the American Academy of Sleep Medicine*, 4(6), 563–571.
- Campbell, S.S. dan Dawson, D. 1992. Aging young sleep: a test of the phase advance hypothesis of sleep disturbance in the elderly. *Journal of Sleep Research*, 1(4), pp.205-210.  
<https://doi.org/10.1111/j.1365-2869.1992.tb00040.x>
- Cederholm, T. dkk. 2017. 'ESPEN guidelines on definitions and terminology of clinical nutrition', *Clinical Nutrition*, 36(1), pp. 49–64. doi: 10.1016/j.clnu.2016.09.004.
- Christy, J., 2019. Hubungan riwayat sakit dan asupan gizi (energi dan protein) dengan status gizi lansia di wilayah kerja Puskesmas Padangmatinggi Kota Padangsidempuan. *Jurnal Ilmiah Perekam dan Informasi Kesehatan Imelda*, 4(2).
- Dalal, P.K. dan Agarwal, M., 2015. Sindrom pasca menopause. *Indian Journal of Psychiatry*, 57(Suppl 2), pp. S222-32.  
<https://doi.org/10.4103/0019-5545.161483>.
- Damayanthi, H.D.W.T., Moy, F.M., Abdullah, K.L. dan Dharmaratne, S.D. 2018. Prevalence of malnutrition and associated factors among community-dwelling older persons in Sri Lanka: A cross-sectional study. *BMC Geriatrics*, 18(1), p.199. <https://doi.org/10.1186/s12877-018-0892-2>
- Damião, R., Santos, Á.d.S., Matijasevich, A. dan Menezes, P.R., 2017. Factors associated with risk of malnutrition in the elderly in south-eastern Brazil. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 20, pp.598–610.
- Dariah, E.D. dan Okatiranti, O., 2015. Hubungan kecemasan dengan kualitas tidur lansia di Posbindu Anyelir Kecamatan Cisarua Kabupaten Bandung Barat. *Jurnal Keperawatan BSI*, 3(2).
- Darmojo, B. dan Martono, H., 2005. *Proses menua dan implikasi klinik (Buku Ajar Penyakit Dalam)*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.

- Dashti, H.S., Scheer, F.A., Jacques, P.F., Lamon-Fava, S. dan Ordovás, J.M., 2015. Short sleep duration and dietary intake: Epidemiologic evidence, mechanisms, and health implications. *Advances in Nutrition*, 6, pp. 648-659. <https://doi.org/10.3945/an.115.008623>.
- Debnath, S.C., 2017. Relationship of socio-economic status with nutritional status among the elderly in a rural community of Bangladesh. *Family Medicine & Primary Care Review*, 2, pp.104–109. <https://doi.org/10.5114/fmpcr.2017.67862>
- Dewi, S., 2019. Status nutrisi lansia dan risiko jatuh pada lansia. *The Indonesian Journal of Health Science*, 11(1), pp. 22-29.
- Dharmawangsa, A., 2022. *Hubungan antara status nutrisi berdasarkan skor Mini Nutritional Assessment (MNA) dengan skor depresi pada lanjut usia di Kecamatan Selakau Kabupaten Sambas*. Thesis.
- Dhila, A.F. dan Sulistyanto, B.A. 2022. 'The Overview of Sleep Quality of Adults in the Coastal Flooding Area Pekalongan', *Proceedings of the 16th University Research Colloquium 2022*, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan. Available at: <https://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/2434/2395>
- El-Desouky, R. dan Abed, H. 2017. Screening of malnutrition and its correlates among a sample of rural elderly in Qalyobeya Governorate, Egypt. *The Journal of the Egyptian Public Health Association*, 92(3), pp.156–166.
- Eliopoulos, C., 2018. *Gerontological Nursing Ninth Edition*. Lippinco: Williams & Wilkins.
- Ernawati, Ahmad, S., dan Haisah, S. (2022). Gambaran Kualitas Tidur Dan Gangguan Tidur Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Jambi. *Jurnal Keperawatan Universitas Jambi*, 7(1).
- Fatima, Y., Doi, S.A.R., Najman, J.M. dan Al Mamun, A., 2016. Exploring gender difference in sleep quality of young adults: Findings from a large population study. *Clinical Medicine Research*, pp. 138-144.

- Fatmah, 2013. *Gizi usia lanjut*. Penerbit Erlangga.
- Fauziah, E., 2018. Pengaruh pemberian minyak esensial aromaterapi kenanga terhadap kualitas tidur lansia di Dusun Karang Tengah Nogotirto Gamping Sleman Yogyakarta. *Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta (UNISA)*
- Fauziningtyas, R., Indarwati, R., Alfriani, D., Haryanto, J. dan Ulfiana, E., 2018. The experiences of grandparents raising grandchildren in Indonesia. *Working with Older People*, 23(1), pp. 17-26. <https://doi.org/10.1108/WWOP-10-2018-0019>.
- Fávaro-Moreira, N.C., Krausch-Hofmann, S., Matthys, C., 2016. Risk factors for malnutrition in older adults: A systematic review of the literature based on longitudinal data. *Advances in Nutrition*, 7(3), pp. 507-522.
- Firmansyah, D. dan Dede. 2022. 'Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi Penelitian: Literature Review'. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, 1(2), pp. 85–114.
- Hamsah, I.A., 2020. Gambaran nutrisi lansia di Desa Banua Baru. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), pp. 1-7.
- Hanifa, S.F., 2021. Tingkat pendidikan dan keaktifan kunjungan terhadap status gizi lansia. *Herb-Medicine Journal*, 4(1), p.20. <https://doi.org/10.30595/hmj.v4i1.7844>
- Harefa, J., Pranata, L. dan Daeli, N.E., 2021. Aktivitas sosial dan fungsi kognitif lansia di Posyandu Merpati. *Jurnal Ilmiah*, 1(2), p. 6.
- Harisa, A., 2022. Analisis faktor-faktor yang memengaruhi kualitas tidur pasien lanjut usia dengan penyakit kronis. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 7(1), p.1. <https://doi.org/10.22146/jkesvo.62916>.
- Haryati, M.C., Kusumaningsih, I. dan Supardi, S., 2022. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur lansia di RW 03 Kelurahan Kebon Manggis Jakarta. *Jurnal Keperawatan Malang*, 7(2), pp.76–93

- Iriyani, S., Basri, R. P. L., Rachman, M. E., dan Dahliah. 2023. 'Hubungan Aktivitas Fisik dengan Pola Tidur pada Usia Lanjut'. *Fakumi Medical Journal*, 3(1), pp. 1–11.
- Jepisa, T., Riasmini, N.M. dan Guslinda. 2020. Karakteristik, tingkat depresi dan faktor lingkungan fisik dengan kualitas tidur lansia yang tinggal di PSTW Prov Sumbar. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(2), pp.152–159.
- Jepisa, T., dan Suci, H. 2022. 'Efektifitas Aroma Terapi Lavender Terhadap Kualitas Tidur Lansia yang Tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Sumatera Barat', *JIK Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(1), pp. 104–108.
- Jones, A., 2016. 'The vascular depression hypothesis revisited', *Archives of General Psychiatry*, 66(3), pp. 267–276.
- Jyv  rpori SK, Urtamo A, Kivimäki M, Strandberg TE. 2021. Associations of sleep quality, quantity and nutrition in oldest-old men The Helsinki Businessmen Study (HBS). *Eur Geriatr Med*, 12(1):117-122. doi: 10.1007/s41999-020-00421-z. Epub 2020 Nov 1. PMID: 33131032; PMCID: PMC7900075.
- Kaiser, M. J., Bauer, J. M., Ramsch, C., Uter, W., Guigoz, Y., Cederholm, T., Thomas, D. R., Anthony, P., Charlton, K. E., Maggio, M., Tsai, A. C., Grathwohl, D., Vellas, B., Sieber, C. C., dan MNA-International Group. 2009. Validation of the Mini Nutritional Assessment short-form (MNA-SF): a practical tool for identification of nutritional status. *The journal of nutrition, health & aging*, 13(9), 782–788. <https://doi.org/10.1007/s12603-009-0214-7>
- Katsas, K., Mamalaki, E., Kontogianni, M.D., Anastasiou, C.A., Kosmidis, M.H., Varlamis, I., Hadjigeorgiou, G.M., Dardiotis, E., Sakka, P., Scarmeas, N.,. 2020. 'Malnutrisi pada orang dewasa yang lebih tua: Korelasi dengan faktor sosial, terkait pola makan, dan neuropsikologis'. *Nutrisi*, 71, p. 110640. doi:10.1016/j.nut.2019.110640
- Kementerian Kesehatan RI. 2016. *INFODATIN Pusat Data dan Informasi Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

- Khasanah, K., dan Hidayati, W. 2012. 'Kualitas Tidur Lansia Balai Rehabilitasi Sosial "MANDIRI" Semarang', *Jurnal Nurs Stud.*
- Kholifah, S. N. 2016. *Keperawatan Gerontik.*
- Khusumawerdanie, E.K. dan Maulina, M. 2015. 'Status gizi lansia berdasarkan mini nutritional assessment (MNA) di Panti Sosial Tresna Werdha Lhokseumawe Aceh Utara', *Jurnal Samudera*, 9(2), pp. 18-29.
- Kim H. Y. 2017. Statistical notes for clinical researchers: Chi-squared test and Fisher's exact test. *Restorative dentistry & endodontics*, 42(2), 152–155. <https://doi.org/10.5395/rde.2017.42.2.152>
- Komada, Y., Narisawa, H., Ueda, F., Saito, H., Sakaguchi, H., Mitarai, M., Suzuki, R., Amura, N., Inoune, S., dan Inoune, Y. 2017. 'Relationship between Self-Reported Dietary Nutrient Intake and Self-Reported Sleep Duration among Japanese Adult', *Nutrients*, 9(2), p. 134.
- Kumar, V.A., dan Ratep, N. 2017. 'Kualitas Tidur Pada Geriatri di Panti jompo tresna Wana Seraya, Denpasar-bali', *Intisari Sains Medis*, 8(2), pp. 151–154. doi: 10.15562/ism.v8i2.132.
- Kushkestani, M., Ebrahimpour Nosrani, S., Moradi, K., dan Lira, F. 2021. 'Poor sleep quality correlated negatively with physical activity level and nutritional status in older adults living in nursing homes', *Aging Medicine and Healthcare*, 12, pp. 46-52. doi: 10.33879/AMH.122.2020.08028.
- Laili, F. N., dan Hatmanti, N. M. 2018. 'Aktivitas fisik dengan kualitas tidur lansia di posyandu lansia Wulan Erma Menanggal Surabaya: Physical Activity With Sleep Quality In Elderly Posyandu Wulan Erma Menanggal Surabaya'. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 4(1), pp. 7–14. doi: 10.33023/jikep.v4i1.129.
- Leblanc, M.F., Desjardins, S., dan Desgagne, A. 2013. 'The Relationship Between Sleep Habits, Anxiety and Depression in The Elderly', *Dove Press Journal: Nature and Science of Sleep.*



- Lemeshow, S., dan David W. H. Jr. 1997. *Large Sample in Health Research*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Li, J., Vitiello, M. V., dan Gooneratne, N. S. 2018. 'Sleep in Normal Aging'. *Sleep Medicine Clinics*, 13(1), pp. 1–11. doi: 10.1016/j.jsmc.2017.09.001.
- Luo, J., Zhu, G., Zhao, Q., Guo, Q., Meng, H.,. 2013. 'Prevalence and risk factor of poor sleep quality among Chinese elderly in an urban community result from the Shanghai aging study', *PLoS ONE*, 8(11), e81261. doi: 10.1371/journal.pone.0081261.
- Lusiana, Novita. 2014. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kecemasan Wanita dalam Menghadapi Menopause di Puskesmas Melur Pekanbaru Tahun 201. *Jurnal Kesehatan Komunitas*. 2. 215-219. 10.25311/keskom.Vol2.Iss5.77.
- Maisharoh, R. dan Purwito, D., 2020. Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian insomnia pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Patikraja Kabupaten Banyumas. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah..*
- Marno. 2017. Gambaran Kualitas Tidur dan Kuantitas Tidur pada Lanjut Usia (Lansia) di Panti Sosial Tresna Werdha Minaula Kota Kendari. *Skripsi*, pp. 1–12.
- Martini, S., Roshifanni, S., dan Marzela, F. 2018. Pola Tidur yang Buruk Meningkatkan Risiko Hipertensi Poor Sleep Pattern Increases Risk of Hypertension. *Jurnal MKMI*, 14(3), pp. 297–303.
- Maseda, A., Diego-Diez, C., Lorenzo-López, L., López-López, R., Regueiro-Folgueira, L. dan Millán-Calenti, J.C., 2018. Quality of life, functional impairment and social factors as determinants of nutritional status in older adults: The VERISAÚDE study. *Clinical Nutrition*, 37(3), pp.993–999. <https://doi.org/10.1016/j.clnu.2017.04.009>
- Misnaniarti, M. 2017. Situation Analysis of Elderly People and Efforts To Improve Social Welfare in Indonesia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8(2), pp. 67–73. doi: 10.26553/jikm.2017.8.2.67-73.



- Nabawiyah, H. dkk. 2021. Hubungan Pola Makan, Aktivitas Fisik, Kualitas Tidur dengan Status Gizi Santriwati di Pondok Modern Darussalam Gontor 1. *Darussalam Nutrition Journal*, 5(1), pp. 78–89.
- Nalole, D., Nuryani, N., Maesarah, M., dan Adam, D. 2021. Gambaran Pengetahuan, Status Gizi, Konsumsi Zat Gizi dan Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Mellitus. *Gorontalo Journal of Nutrition and Dietetic*, 1(2), pp. 74–81.
- Nelms, M. dkk. 2016. *Nutrition Therapy & Pathophysiology*. University of Wisconsin Green Bay.
- Nelson, K. L., Davis, J. E., dan C. F. C. 2022. Sleep quality: An evolutionary concept analysis. *Enhanced Reader*, 2021 Wiley Periodicals LLC.
- Nurdhahri, A., Ahmad, A., dan Adamy, A. 2020. Faktor Risiko Malnutrisi Pada Lansia di Kota Banda Aceh. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 6(2), p. 893. doi: 10.33143/jhtm.v6i2.1069.
- Nurizky, K., Teesa, P., dan Apandi, M. 2017. Nutritional Status Among Elderly in Ambulatory Care Setting. *Althea Medical Journal*, 4(2), pp. 242–246.
- Nurmaliza dan Herlina, S. 2019. Hubungan pengetahuan dan pendidikan ibu terhadap status gizi balita. *Jurnal Kesmas Asclepius*, vol. 1, no. 2, pp. 1-10.
- Nursilmi, N., Kusharto, C.M. dan Dwiriani, C.M. 2017. Hubungan status gizi dan kesehatan dengan kualitas hidup lansia di dua lokasi berbeda. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 13(4), p.369. <https://doi.org/10.30597/mkmi.v13i4.3159>
- Oktariyani. 2012. Gambaran Status Gizi Pada Lanjut Usia Di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Budi Mulya 01 dan 03 Jakarta Timur. Vol 3 No. 4.
- Pannemans, D.L.E. dan Westerterp, K.R. 1995. Energy expenditure, physical activity and basal metabolic rate of elderly subjects. *British Journal of Nutrition*, 73(4), pp.571-581. <https://doi.org/10.1079/BJN19950059>

- Papadopoulou, S.K., Mantzourou, M., Voulgaridou, G., Pavlidou, E., Vadikolias, K., Antasouras, G. dkk. 2023. Nutritional status is associated with health-related quality of life, physical activity, and sleep quality: a cross-sectional study in an elderly Greek population. *Nutrients*, vol. 15, no. 2, pp. 443. <https://doi.org/10.3390/nu15020443>.
- Patricia, H., dan Apriyeni, E. 2021. Determinant Factors of Psychological Well Being Nurses on the Frontline Against the Covid-19 Pandemic. *Proceedings of the 2nd Syedza Saintika International Conference on Nursing, Midwifery, Medical Laboratory Technology, Public Health, and Health Information Management (SeSICNiMPH 2021)*. <https://doi.org/https://doi.org/10.2991/ahsr.k.211026.040>
- PERGEMI. 2012. *Konsensus Pengelolaan Nutrisi pada Usia Lanjut*. Jakarta: Pengurus Besar Perhimpunan Gerontologi Medik Indonesia (PB Pergemi).
- Potter, P. A. dan Perry, A. G. 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik* Edisi 4 (edisi terjemahan oleh Komalasari, R., Evriyani, D., Novieastari, E., Hany, A., Kurnianingsih, S.). Jakarta: EGC.
- Praharaj, S. K., Gupta, R. dan Gaur, N. 2018. Clinical Practice Guideline on Management of Sleep Disorders in the Elderly. *Indian Journal of Psychiatry*, 60(Suppl 3), S383–S396. Available from: <https://doi.org/10.4103/0019-5545.224477>.
- Prasani, M., Mutmainnah, M. dan Mawarti, I. 2023. Gambaran Kualitas Tidur Pada Perempuan Lansia di Puskesmas Simpang IV Sipin kota Jambi. *Jurnal Ners*, 7(2), pp. 1567–1575. doi:10.31004/jn.v7i2.16687
- Prastyo, B. W., Sugiyanto, dan Doewes, M. 2017. The Development Model Of The Basic Techniques Of Exercise And Physical Exercise On. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 3(2), 50–59. <https://doi.org/10.5281/zenodo.376857>

- Putra, T.E. 2017. *Hubungan Antara Durasi dan Kualitas Tidur dengan Overweight pada Mahasiswa Universitas Alma Ata Yogyakarta*. Skripsi: Universitas Alma Ata Yogyakarta.
- Putri, D. E. 2021. Hubungan Fungsi Kognitif dengan Kualitas Hidup Lansia. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(4), 1147-1152.
- Putu, N., Narayani, R., Menik, K. dan Krisnawati, S. 2020. Hubungan intensitas pengasuhan cucu dengan kualitas hidup lansia. 8(4), 25–32.
- Qurratu'aini, A.D. dan Sumarmi, S. 2024. Hubungan Aktivitas Fisik, Kualitas Tidur Dan Asupan Energi Dengan Status Gizi Sopir Kargo. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(1).
- Ridwan, M., Samudro, B. R. dan Purwaningsih, Y. 2019. Dinamika Demografis Dan Kualitas Hidup Lansia Wanita: Suatu Kajian Penerima Pkh Di Kabupaten Madiun. *Pros SENDU\_U\_2019*, 978–9.
- Riskesdas Badan Penelitian Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Riset Kesehatan Daerah*. Jakarta: Riskesdas.
- Riskyana, C. dwie dan Kumala, M. 2023. 'Status Gizi Lansia Panti Werdha Hana Dan Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan Dengan Mna Dan IMT', *Ebers Papyrus*, 29(1). doi:10.24912/ep.v29i1.24632.
- Rosdianti, Y., Herlina, Hasanah, O. 2018. Hubungan Pendidikan dengan Kualitas Tidur pada Lansia Di PTSW Khusnul Khotimah Pekanbaru. *JOM FKp*, 5(2), 660–6.
- Ruiter, M. E., Vander Wal, G. S. dan Lichstein, K. L. 2009. Insomnia in the elderly. In *Principles and Practice of Geriatric Sleep Medicine*. Available from: <https://doi.org/10.1017/CBO9780511770661.028>.
- Sa'diyah, H., Yulia, A. N. dan Widayanti, D. M. 2023. 'Hubungan antara Status Nutrisi dan Fungsi Kognitif pada Lansia dengan Penyakit Penyerta Selama Masa Pandemi COVID-19 di Puskesmas Kenjeran Surabaya'. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 12(1), p. 48.

- Sadock, B. J., Sadock, V. A. dan Ruiz, P. 2017. *Kaplan and Sadock's Comprehensive Textbook of Psychiatry* (10th ed.). Wolters Kluwer.
- Saka, B., Kaya, O., Ozturk, G. B., Erten, N., dan Karan, M. A. 2010. Malnutrition in the elderly and its relationship with other geriatric syndromes. *Clinical nutrition (Edinburgh, Scotland)*, 29(6), 745–748. <https://doi.org/10.1016/j.clnu.2010.04.006>
- Salim, P.R., Avia, Z. dan Sihaloho, E.D., 2023. Faktor sosio-ekonomi yang mempengaruhi kualitas tidur pada individu cerai mati di Indonesia. *Ecosains: Jurnal Ilmiah Ekonomi dan Pembangunan*, 12(2), p.86. <https://doi.org/10.24036/ecosains.12632757.00>
- Sari, R. P. 2015. *Pengaruh Aromaterapi Mawar terhadap Peningkatan Kualitas Tidur pada Lanjut Usia*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah, Surakarta.
- Sari, W. dan Septiani, W. 2019. Malnutrisi pada Lansia di Kota Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 5(1), 44-48.
- Sediaoetama, A. D. 2010. *Ilmu Gizi*. Jakarta: Dian Rakyat.
- Şengül, Ş. dan Uysal, H. 2019. The relationship between the nutritional status and sleep quality of patients with atrial fibrillation. *Saudi Medical Journal*, 40(9), 922–929. Available from: <https://doi.org/10.15537/smj.2019.9.24509>.
- Shang, B., Yin, H., Jia, Y., Zhao, J., Meng, X., Chen, L. dan Liu, P. 2019. Nonpharmacological interventions to improve sleep in nursing home residents: A systematic review. *Geriatric Nursing*, 40(4), pp.405–416. <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2019.01.001>
- Sholikhah, D.U., Sasmito, N.B., Vidhiastutik, Y. dan Wadid, M.T.W. 2022. Hubungan aktivitas fisik dengan kualitas tidur pada lansia di Posyandu Lansia Dusun Cangkring Desa Kedunglosari Kecamatan Tembalang Kabupaten Jombang. *Prima Wiyata Health*, III(2).

- Silvanasari, I.A. 2012. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur yang buruk pada lansia di Desa Wonojati Kecamatan Jenggawah Kabupaten Jember. *Universitas Jember*.
- Sitepu, M.B. dan Sareharto, T.P. 2016. Hubungan gangguan tidur dengan status gizi pada anak gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas (Gpph). *Diponegoro Medical Journal*, 5(4), pp.1251–1260.
- Sitoayu, L. dan Rahayu, P. 2019. Hubungan asupan vitamin (B6, B12, asam folat), olahraga dan kualitas tidur pada mahasiswa Universitas Esa Unggul tahun 2016. *Media Gizi Mikro Indonesia*, 11(1), pp.73–82.
- Smith, J. dan Johnson, A., 2019. The impact of violence on elderly women's mental health. *Journal of Geriatric Psychology*, 25(2), pp.87–91.
- Štefan, L., Vrgoč, G., Rupčić, T., Sporiš, G. dan Sekulić, D. 2018. Sleep duration and sleep quality are associated with physical activity in elderly people living in nursing homes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(11), pp.2512.
- St-Onge, M.-P., dan Gallagher, D. 2010. *Body composition changes with aging: The cause or the result of alterations in metabolic rate and macronutrient oxidation? Nutrition*, 26(2), 152–155. doi:10.1016/j.nut.2009.07.004
- Starr, K.N.P., McDonald, S.R. dan Bales, C.W., 2015. Nutritional vulnerability in older adults: A continuum of concerns. *Current Nutrition Reports*, 4(2), pp.176–184.
- Statistik, B.P. 2019. Katalog: 4104001. *Badan Pusat Statistik*.
- Sumarni DW, Pratiti, B., Probosuseno, dan Kandarina, I. 2023. 'Identifikasi Kekerasan Hubungannya dengan Depresi dan Status Gizi pada Lansia Wanita Pasca Pandemi Covid-19 di Purwobinangun Sleman'. Yogyakarta: Penelitian FK-KMK UGM
- Sumirta, I. N., dan Laraswati, A. I. (2017). Faktor Yang Menyebabkan Gangguan Tidur (Insomnia) Pada Lansia. *Jurnal Gema Keperawatan*, 8(1), 20–30.

- Sunaryo, 2015. *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Supriadi, D., Santoso, M.B. dan Supriantini, N.P. 2023. 'Penatalaksanaan kualitas Tidur Pada Lansia Dengan Melakukan Aktivitas olahraga Jalan Kaki', *Holistik Jurnal Kesehatan*, 17(4), pp. 294–303. doi:10.33024/hjk.v17i4.9949.
- Susanto, J., Sari, Y., Indah, P. dan Aisyah, N. 2022. Kondisi psikologis dan kualitas tidur pada lansia kelompok prolanis. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 7(4), p.204. doi:10.22146/jkesvo.74460.
- Suzuki, K., Miyamoto, M. dan Hirata, K., 2017. Gangguan tidur pada lansia: Diagnosis dan penatalaksanaan. *Jurnal General Family Medicine*, 18, pp.61–71. <https://doi.org/10.1002/jgf2.27>
- Syarifuddin, N. H., Briawan, D. dan Sinaga, T. 2022. "Sleep Quality, Stress Level, Physical Activity, and Food Consumption with Nutritional Status ", *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 4(1), pp. 136–145. doi: 10.36590/jika.v4i1.238.
- Tahun, K.B., Kadek, N.I. dan Astria, R., 2016. Gambaran kualitas tidur pada lansia di Desa Adat Pecatu, Kecamatan Kuta.
- Tanita. 2019. 'What is a healthy body fat percentage?', *Tanita*. Available at: <https://tanita.eu/blog/healthy-bodyfat-percentage>
- Tattari S, Gavaravarapu SM, Pullakhandam R, Bhatia N, Kaur S, Sarwal R, Rajkumar H, Reddy GB. Nutritional requirements for the elderly in India: A status paper. *Indian J Med Res*. 2022 Sep;156(3):411-420. doi: 10.4103/ijmr.ijmr\_2784\_21. PMID: 36751740; PMCID: PMC10101356.
- Tel, H., 2013. Sleep quality and quality of life among elderly people. *Neurology, Psychiatry and Brain Research*, 19, pp.48–52.
- Thamaria, N. 2017. *Penilaian Status Gizi*. In: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, ed. 1st ed. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, p. 315.

- Thichumpa, W., Howteerakul, N., Suwannapong, N., dan Tantrakul, V. 2018. Sleep quality and associated factors among the elderly living in rural Chiang Rai , northern Thailand. *Epidemiol Health*, 40, 1–9. <https://doi.org/10.4178/epih.e2018018>
- Tranah, G.J., Parimi, N., Blackwell, T., Ancoli-Israel, S., Ensrud, K.E., Cauley, J.A. 2010. Postmenopausal hormones and sleep quality in the elderly: A population-based study. *BMC Women's Health*.
- Tresignie, J., Scafoglieri, A., Clarys, J.P. dan Cattrysse, E. 2013. 'Reliability of standard circumferences in constitutional applications related to domains', *American Journal of Human Biology*, 25, pp. 637–642. doi: 10.1002/ajhb.22423.
- Ulfa, M., Muammar, M., dan Yahya, M. 2021. 'Hubungan perubahan psikososial dengan kualitas hidup lansia', *Darussalam Indonesian Journal of Nursing and Midwifery*, 2(1), pp. 81-88.
- Ulum, P.L., Cahyaningrum, E.D. dan Murniati, 2022. Gambaran kualitas tidur pada lansia di Iryouhojin Nanrenkai Katsuren Byouin Jepang. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 3(7).
- Utomo, D.W. dan Dwiana, A. 2022. Hubungan kualitas tidur terhadap status gizi dan tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas. *Ebers Papyrus*, vol. 28, no. 2.
- Velázquez-Alva, M.C., Irigoyen-Camacho, M.E., Cabrer-Rosales, M.F., Lazarevich, I., Arrieta-Cruz, I., Gutiérrez-Juárez, R. dan Zepeda-Zepeda, M.A., 2020. Prevalence of malnutrition and depression in older adults living in nursing homes in Mexico City. *Nutrients*, 12(8), pp.2429. doi:10.3390/nu12082429.
- Verlaan, S., Aspray, T. J., Bauer, J. M., Cederholm, T., Hemsworth, J., Hill, T. R., Brandt, K. 2017. Nutritional status, body composition, and quality of life in community-dwelling sarcopenic and non-sarcopenic older adults: A case-control study. *Clinical Nutrition*, 36(1), 267–274. doi:10.1016/j.clnu.2015.11.013



- Voinescu, B.I. dan Tatar, A.S. 2015. Sleep hygiene awareness; its relation to sleep quality and diurnal preference. *Journal of Molecular Psychiatry*, 3, 1.
- Volkert, D. dkk. 2019. 'ESPEN guideline on clinical nutrition and hydration in geriatrics', *Clinical Nutrition*, 38(1), pp. 10–47. doi: 10.1016/j.clnu.2018.05.024.
- Wahyuni, D., Tjekyan, R.M.S. dan Darmayanti, S. 2009. Kualitas tidur dan gangguan tidur pada lansia di Panti Werdha Bhakti Dharma KM. 7 Palembang. *Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya*.
- Wahyuni, Y.T. dan Abidin, Z., 2015. Pengalaman hidup lansia yang mengasuh cucu: Studi kualitatif fenomenologis dengan interpretative phenomenological analysis. *Jurnal Empati*, 4(4), pp.8–14.
- Wesseliuss, H.M., van den Ende, E.S., Alisma, J., ter Maaten, J.C., Schuit, S.C.E., Stassen, P.M., dkk. 2018. Quality and quantity of sleep and factors associated with sleep disturbance in hospitalized patients. *JAMA Internal Medicine*, 178(9), pp. 1201. <https://doi.org/10.1001/jamainternmed.2018.2669>
- Wijayanti, A. 2019. Hubungan dukungan keluarga dengan pola tidur lansia. *Jurnal Keperawatan Vol.17*, 17(2), 1–10.
- Williams dan Wilkins. 2012. *Kapita Selekta Penyakit*. Jakarta: EGC.
- World Health Organization. 2015. *World Health Statistics*.
- World Health Organization. 2020. *Decade of Healthy Ageing: Plan of Action*.
- Wolkove, N., Elkholy, O., Baltzan, M. and Palayew, M. 2007. Sleep and aging: 1. Sleep disorders commonly found in older people. *Canadian Medical Association Journal*, 176(9), pp.1299–1304. doi:10.1503/cmaj.060792.
- Wu, C.Y., Su, T.P., Fang, C.L. dan Yeh Chang, M. 2012. Sleep quality among community-dwelling elderly people and its demographic, mental, and physical correlates. *Journal of the Chinese Medical Association*, 75, pp.46–51. <https://doi.org/10.1016/j.jcma.2011.12.011>

- Wulansari, W., Mustain, M. dan Ismiriyam, F.V. 2019. Pengaruh Terapi Beapreasi (kombinasi senam otak dengan relaksasi Benson) terhadap Kualitas Tidur pada Lanjut Usia dengan Insomnia. *Jurnal Perawat Indonesia*, 3(1), p.8. doi:10.32584/jpi.v3i1.199.
- Xu, R., Lin, Y. dan Zhang, B. 2021. Relationship among sleep quality, depressed mood, and perceived social support in older adults: A longitudinal study. *Journal of Pacific Rim Psychology*, 15, pp.1–16. <https://doi.org/10.1771/18344909211052658>
- Yaremchuk, K. 2018. Sleep Disorders in the Elderly. In *Clinics in Geriatric Medicine*. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.cger.2018.01.008>
- Yosa, D.A. 2019. Hubungan kesepian dengan kualitas tidur pada lanjut usia di Desa Wonoyoso Kecamatan Pringapus Kabupaten Semarang. Available at: <http://repository2.unw.ac.id/id/eprint/24>
- Yosep. 2009. *Keperawatan Jiwa* (Edisi Revisi). PT Refika Aditama.
- Yue, Z., Zhang, Y., Cheng, X. dan Zhang, J. 2022. Sleep quality among the elderly in 21st Century Shandong Province, China: A ten-year comparative study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19, p.14296.
- Yuliadarwati, N.M. dan Utami, K.P. 2022. Pengaruh Latihan Relaksasi Otot Progresif bagi Lansia dengan Kualitas Tidur Buruk. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(2), pp.319–323.
- Zhang, L., Ruan, X., Cui, Y., Gu, M., dan Mueck, A. O. 2020. Menopausal symptoms among Chinese peri- and postmenopausal women: a large prospective single-center cohort study. *Gynecological Endocrinology*, 37(2), 185–189. doi:10.1080/09513590.2020.1832070
- Zhao, W.Y., Zhang, Y., Jia, S.L., Ge, M.L., Hou, L.S., Xia, X., Liu, X.L., Yue, J.R. dan Dong, B.R. 2021. The association of sleep quality and sleep duration with nutritional status in older adults: Findings from the WCHAT study. *Maturitas*, 145, pp.1–5.



Zhu, N., Zhang, D., Wang, W., Li, X., Yang, B., Song, J., Zhao, X., Huang, B., Shi, W. dan Lu, R. 2020. A novel coronavirus from patients with pneumonia in China, 2019. *New England Journal of Medicine*.

Zielinski, M.R., McKenna, J.T. dan McCarley, R.W. 2016. Fungsi dan mekanisme tidur. *AIMS Neuroscience*, 3, pp.67–104.  
<https://doi.org/10.3934/Neuroscience.2016.1.67>