

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN
KUALITAS TIDUR PADA PASIEN HIPERTENSI:
*LITERATURE REVIEW***

NASKAH PUBLIKASI



Disusun oleh:

RIZKY AMALIA NURUL IZZA CHOIRUNISA

1810201073

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA**

2023

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN
KUALITAS TIDUR PADA PASIEN HIPERTENSI:
*LITERATURE REVIEW***

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan
Program Studi Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Di Universitas 'Aisyiyah
Yogyakarta



**Disusun oleh:
RIZKY AMALIA NURUL IZZA CHOIRUNISA
1810201073**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2023**

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS
TIDUR PADA PASIEN HIPERTENSI:
LITERATURE REVIEW

NASKAH PUBLIKASI

Disusun oleh:

RIZKY AMALIA NURUL IZZA CHOIRUNISA

1810201073

Telah memenuhi Persyaratan dan Disetujui untuk dipublikasikan
Program Studi Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Di Universitas'Aisyiyah
Yogyakarta

Pada Tanggal:
27 Februari 2023

Oleh:

Pembimbing



Ns. Slamet Riyanto, M.Psi

UNIVERSIT

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR PADA PASIEN HIPERTENSI: *LITERATURE REVIEW*¹

Rizky Amalia Nurul Izza Choirunisa², Slamet Riyanto³
Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. Jl. Siliwangi No.63 Mlangi, Nogotirto, Gamping, Sleman,
Yogyakarta
amaliarizky252@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Kecemasan merupakan unsur kejiwaan yang menggambarkan perasaan, keadaan emosional yang dimiliki oleh seseorang pada saat menghadapi kenyataan atau kejadian dalam hidupnya. Kecemasan yang dialami penderita hipertensi berdampak pada kualitas tidur yang dirasakannya. Kecemasan yang berlebihan akan membuat seseorang sulit untuk mulai tidur, sehingga dapat menyebabkan kualitas tidur yang buruk. Kualitas tidur adalah keadaan seseorang selama tertidur dalam keadaan tidak sering terbangun dan mudah untuk tertidur. Kualitas tidur yang buruk dapat berdampak pada kesehatan seseorang terutama bagi penderita hipertensi.

Tujuan: Untuk mengetahui kualitas tidur pasien hipertensi. Untuk mengetahui tingkat kecemasan pada pasien hipertensi. Untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien hipertensi.

Metode: Penelitian *literature review* menggunakan instrumen *JBI Critical Appraisal Checklist for Cross Sectional* yang terdiri dari 8 pertanyaan. Database yang digunakan *Google Scholar* dan Portal Garuda dengan kriteria inklusi yang ditentukan. Jurnal yang didapatkan kemudian dilakukan uji kelayakan untuk selanjutnya dilakukan sintesis kualitatif.

Hasil: Hasil dari 10 jurnal menyatakan bahwa adanya hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien hipertensi, yang berarti bahwa pasien dengan tingkat kecemasan ringan memiliki kualitas tidur yang lebih baik dibandingkan dengan pasien yang memiliki tingkat kecemasan berat.

Saran: Diharapkan tenaga kesehatan terutama perawat dapat membantu untuk meningkatkan kualitas tidur melalui penanganan kecemasan pada penderita hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, Kualitas Tidur, Tingkat Kecemasan

Kepustakaan: 53 buah (2012-2022)

Halaman: xii, 87 halaman, 8 tabel, Skema 2, 3 lampiran

¹Judul skripsi

²Mahasiswa PSK Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

³Dosen PSK Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

THE RELATIONSHIP BETWEEN ANXIETY LEVELS AND SLEEP QUALITY IN HYPERTENSIVE PATIENTS: A LITERATURE REVIEW¹

Rizky Amalia Nurul Izza Choirunisa², Slamet Riyanto³

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. Siliwangi Street No.63 Mlangi, Nogotirto,
Gamping, Sleman, Yogyakarta
amaliarizky252@gmail.com

ABSTRACT

Background: Anxiety is a psychological factor signaling how a person feels and reacts to the demands of daily life. People with hypertension often report lower than average sleep quality due to anxiety. It is difficult for one with excessive anxiety to sleep which results in poor sleep quality. Sleep quality refers to the state in which it is easy for one to fall asleep and have uninterrupted sleep. Poor sleep quality has negative impacts on health, particularly among hypertensive patients.

Objective: This research aimed to investigate the sleep quality of patients with hypertension, the anxiety levels in hypertension patients, and the relationship between the anxiety levels and sleep quality of hypertension patients.

Method: The JBI Critical Appraisal Checklist for Cross-Sectional instrument encompassing eight questions was used to conduct this literature review research. The determined inclusion criteria were employed to find relevant journal articles on Google Scholar and Garuda Portal. After the journal articles were retrieved, a feasibility test for qualitative synthesis was performed.

Results: The findings on ten journal articles revealed a relationship between the anxiety levels and sleep quality of hypertension patients. Those with lower level of anxiety reported to have better sleep than those with a higher anxiety level.

Suggestion: It is suggested that health workers, particularly nurses, can help improve hypertension patients' sleep quality through anxiety treatment.

Keyword : Anxiety Level, Hypertension, Sleep Quality

Literature : 53 (2012-2022)

Pages : xii, 87 Pages, 8 Tables, 2 Schematic, 3 Appendices

¹The title of the thesis

² Student of Nursing Program, Faculty of Health Sciences, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

³ Lecturer of Nursing Program, Faculty of Health Sciences, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

PENDAHULUAN

Penyebab kematian global teratas, berdasarkan jumlah total nyawa yang hilang, terkait dengan tiga topik besar: kardiovaskular, pernapasan serta komplikasi kelahiran prematur (WHO, 2020). Hipertensi bertanggung jawab atas 8,5 juta kematian akibat stroke, penyakit jantung, serta penyakit ginjal diseluruh dunia. Hipertensi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal, dimana sistoliknya diatas 140 mmHg dan diastoliknya diatas 90 mmHg yang mengakibatkan peningkatan angka kesakitan (morbiditas) dan angka kematian (mortalitas) (Triyanto, 2014).

Faktor risiko hipertensi dibagi menjadi 2 yaitu faktor risiko yang dapat dimodifikasi dan yang tidak dapat dimodifikasi. Seorang dengan hipertensi terkadang sulit untuk tidur karena merasa tidak nyaman, seperti merasa pusing dan jantung berdebar yang menyebabkan berkurangnya kualitas tidur.

Kualitas tidur merupakan kemampuan setiap orang untuk mempertahankan keadaan tidur dan untuk mendapatkan tahap tidur REM dan NREM yang pantas (Khasanah & Hidayati, 2012). Kualitas tidur yang buruk menjadi penyebab meningkatnya tekanan darah seseorang, dikarenakan adanya peningkatan denyut jantung. Berdasarkan *Survey of Health Ageing and Retirement in Europe (SHARE)* orang berusia 50 tahun ke atas dari 16 negara Eropa menunjukkan bahwa prevalensi masalah tidur bervariasi dari 17% di Denmark dan Italia hingga 31% di Polandia. *US National Health Aging Trends Study (NHATS)* menemukan bahwa 28% dari peserta penelitian (usia 65 tahun) mengalami kualitas tidur yang buruk. *The French Three-City Study* dengan 9294 orang yang tinggal dikomunitas berusia 65 tahun atau lebih ditemukan bahwa 30,9% orang dewasa menderita keluhan insomnia (Wang et al., 2020; Ayu Meliansyah & Suratini, n.d.).

Beberapa penelitian menyatakan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi masalah kualitas tidur salah satunya adalah faktor psikologis berupa kecemasan berdasarkan Sohat, dkk (2015, dalam Puspita et al., 2020; Tri Andiani & Sugiyanto, n.d.). Kecemasan sering digambarkan sebagai perasaan yang tidak pasti, ragu-ragu, tidak berdaya, gelisah sertakekhawatiran (Ma'rifatul Azizah et al., 2016). Kecemasan dapat meningkatkan kadarnorepinefrin dalam darah melalui stimulasi saraf simpatis yang menyebabkan kurangnya waktu tidur tahap NREM dan REM (Asmadi, 2014).

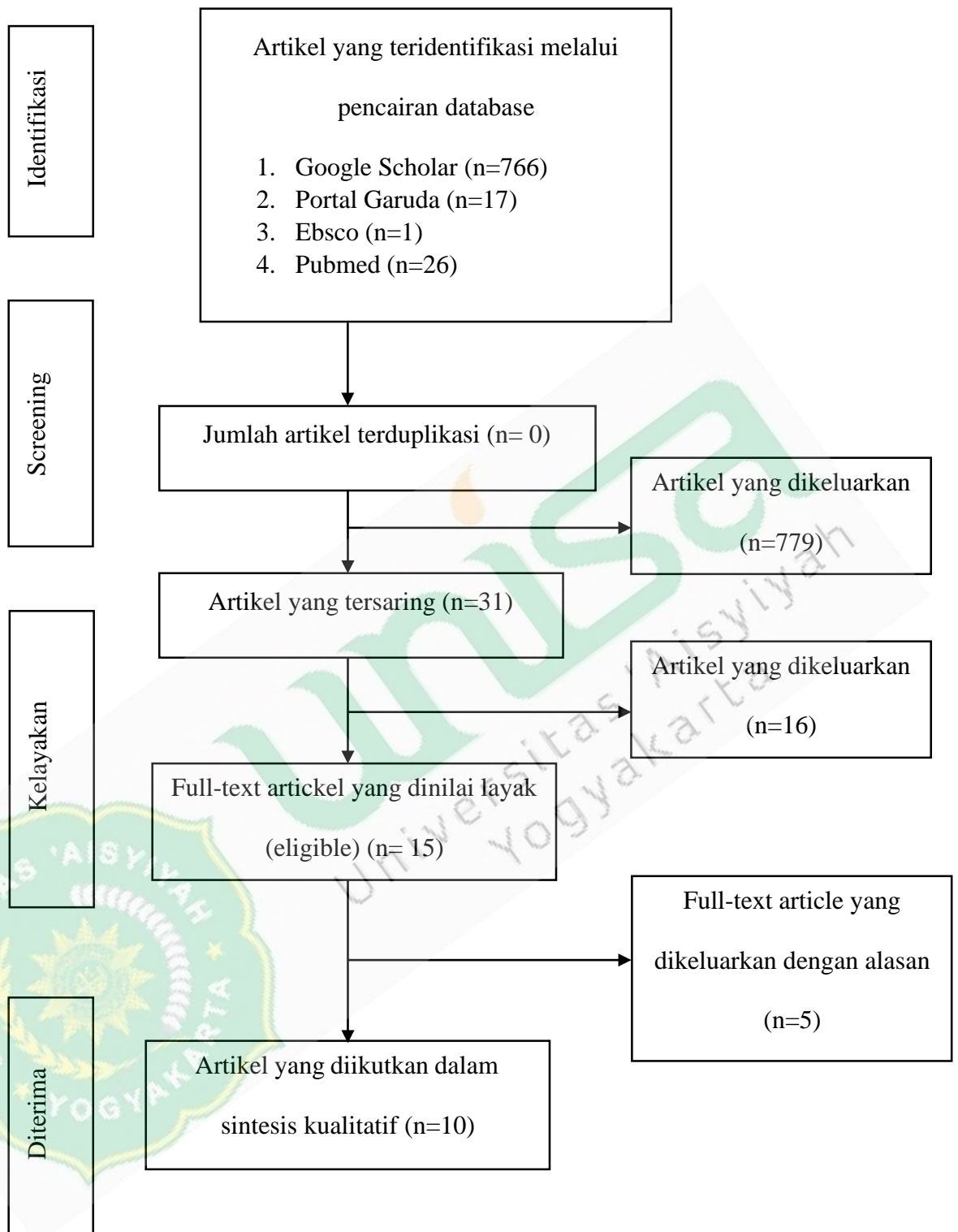
METODE

Metode penelitian adalah studi *literature review* dengan strategi pencarian berbasis PICOST pada database Google Scholar, Portal Garuda, Ebsco serta Pubmed. *Keyword* yang digunakan dalam Bahasa Inggris adalah “*Anxiety Level, Sleep Quality, Hypertension*” sedangkan dalam Bahasa Indonesia. Kriteria inklusi yang digunakan adalah jurnal penelitian *cross sectional* berbahasa Indonesia atau berbahasa Inggris, *full text* serta dapat diakses pada rentang waktu Januari 2017 sampai Desember 2022.

Terdapat 810 artikel, kemudian dilakukan ceking duplikasi, terdapat 779 artikel yang dikeluarkan. Kemudian dilakukan skrining kriteria inklusi terdapat 31 artikel yang tersaring dan terdapat 16 artikel yang dikeluarkan. Selanjutnya dilakukan uji kelayakan terdapat 15 artikel serta 5 artikel yang dikeluarkan dengan alasan sehingga terdapat 10 artikel yang diikutkan dalam sintesis kualitatif.



UNISA
Universitas 'Aisyiyah
Yogyakarta



HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelusuran *literature* dari dua *database* yaitu *google scholar* dan *portal garuda* dengan menggunakan kata kunci “Tingkat Kecemasan”

DAN “Kualitas Tidur” DAN “Hipertensi”, didapatkan 10 jurnal yang sesuai dengan topik dan tujuan penelitian ini. 10 jurnal tersebut sebelumnya telah diseleksi menggunakan uji kelayakan JBI *Critical Appraisal Tools Study Cross Sectional*, dengan setiap jawaban ya diberikan skor 1 dan tidak diberikan skor 0, kemudian hasil tersebut dijumlahkan dimana jurnal yang diterima harus memenuhi syarat minimal 50%.

No	Judul/Penulis/Tahun	Metode Pengumpulan Data	Populasi dan Sampel	Hasil
1	Hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur Pada lansia penderita hipertensi Penulis: Hasim ramadan, dkk (2019)	Menggunakan Kuesioner dari william w.k. Zung yaitu <i>zung self Rating anxiety scale</i> (zsas) sejumlah 20 item	Sampel penelitian ini Sejumlah 96 responden yang dipilih secara <i>Purposive sampling</i> dari Penderita hipertensi yang 2tercatat di puskesmas Karangmulya kabupaten garut	Analisis korelasi antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur lansia penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Karangmulya kab. Garut, diperoleh hasil (p-value = 0,041 < 0,05) yang artinya terdapat Hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur lansia penderita.
2	Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Penderita Hipertensi di UPT Puskesmas Cot Seumeureung Kecamatan Samatiga Kabupaten Aceh Barat Tahun 2019 Penulis: Susanti, & Rasima (2019)	Menggunakan kuesioner <i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i> (HARS), dan kualitas tidur menggunakan kuesioner <i>Pittsburgh Sleep Quality Indeks</i> (PSQI).	Penelitian ini dilaksanakan di UPT Puskesmas Cot Seumeureung Kecamatan Samatiga Kabupaten Aceh Barat Agustus 2019 dengan sampel 43 orang	Disimpulkan bahwa kualitas tidur pada penderita dengan hipertensi di dapat ditingkatkan dengan melakukan pengelolaan kecemasan yang dialami penderita.
3	Korelasi tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada penderita Hipertensi di puskesmas Penulis: Nur indah puspita sari, dkk (2020)	Instrumen tingkat kecemasan <i>zung Selfrating anxiety sclas</i> (zsras), kualitas tidur <i>pittsburgh sleep quality index</i> (psqi), Menggunakan uji somer	Jumlah responden sebanyak 31 Dengan kriteria yang ditentukan diantaranya penderita hipertensi, usia dari 49 tahun, kondisi hemodinamik stabil tidak dalam keadaan rawat inap	Terdapat korelasi arah positif dengan kekuatan korelasi lemah sehingga dapat disimpulkan terdapat korelasi antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada penderita hipertensi di puskesmas air putih samarinda.

			menggunakan <i>non probability sampling</i>
4	<p>Hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur Pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas kasihan II bantul yogyakarta</p> <p>Penulis: Sulkarnaen (2022)</p>	<p>Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner, kuesioner terdiri dari Kuesioner karakteristik responden, tingkat kecemasan dan kualitas tidur.</p>	<p>Sampel terdiri 107 responden lansia dengan hipertensi yang dipilih dengan menggunakan Teknik <i>accidental sampling</i></p> <p>Hasil uji korelasi kendall tau diperoleh nilai p value 0.000 0.05, yang artinya terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada lansia dengan hipertensi di puskesmas kasihan II bantul yogyakarta. penelitian ini menunjukkan adanya Hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada lansia dengan hipertensi di Puskesmas kasihan II bantul yogyakarta</p>
5	<p>Hubungan tingkat kecemasan dengan pola tidur Lansia di kelurahan tlogomas kota malang</p> <p>Penulis: Cahyana Witriya (2016)</p>	<p>Pengambilan sampel dengan <i>purposive sampling</i>. Data yang dikumpulkan menggunakan instrumen kuesioner menggunakan hars dan psqi dan Dianalisis dengan menggunakan uji statistik <i>spearman's rank</i></p>	<p>Orang lanjut usia yang ada di kelurahan tlogomas kota malang berjumlah 214 orang lanjut usia. Sampel berjumlah 53 orang dengan <i>purpose sampling</i></p> <p>Berdasarkan hasil analisis <i>spearman's rank</i> diketahui terdapat hubungan yang kategori sedang antara tingkat kecemasan dengan pola tidur Lansia di posyandu permadi kelurahan tlogomas kota malang dengan nilai pvalue: $0,00 < 0,05$ Dengan $r = 0,599$.</p>
6	<p>Hubungan tingkat kecemasan dengan pola tidur Pada lansia</p> <p>Penulis: Warsini dan Sri Aminingsih (2021)</p>	<p>Menggunakan kuesioner Hars (<i>hamilton anxiety rating Scale</i>) dan pola tidur diketahui Menggunakan kuesioner</p>	<p>Populasi pada penelitian ini berjumlah 28 orang. Sampel penelitian adalah seluruh Lansia di panti wredha widhi asih Jebres surakarta yang berjumlah 21 orang dengan menggunakan <i>sampling jenuh</i></p> <p>Hasil analisis uji korelasi spearman menunjukkan korelasi antara tingkat Kecemasan dengan pola tidur adalah tidak bermakna. Nilai korelasi spearman sebesar - 0,313 menunjukkan arah korelasi negatif dengan kekuatan korelasi lemah. Hubungan antara tingkat kecemasan dengan pola tidur adalah tidak bermakna.</p>

7	<p>Hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas Hidup pasien hipertensi yang sedang menjalani Pengobatan hipertensi di desa lenandareta Wilayah kerja puskesmas paga</p> <p>Penulis: Yuldensia Avelina dan Irmina Yuliyanti Natalia (2020)</p>	<p>Instrumen yang digunakan dalam Penelitian ini adalah kuesioner</p>	<p>40 orang yang menggunakan teknik total sampling</p>	<p>Ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas hidup pasien hipertensi di desa Lenandareta wilayah kerja puskesmas paga kecamatan paga. Keeratan hubungan dalam kategori sedang.</p>
8	<p>Hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah pada lansia di Posyandu lansia</p> <p>Penulis: Hilmi Wicaksono (2016)</p>	<p>Menggunakan kuesioner <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i> (psqi untuk mengukur kualitas tidur dan observasi menggunakan tensi meter untuk mengukur tekanan darah</p>	<p>80 orang dengan <i>accidental sampling</i></p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara kualitas tidur dengan tekanan darah sistolik (0,491 dan $p=0,000=<0,05$), serta ada hubungan antara kualitas tidur dengan tekanan darah diastolik (0,543 dan $p=0,000=<0,05$), dimana hubungan tersebut memiliki kekuatan agak rendah.</p>
9	<p>Hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada lansia yang mengalami insomnia</p> <p>Penulis: Nirwana Latif (2020)</p>	<p>Instrumen penelitian menggunakan koesioner</p>	<p>Populasi adalah semua lansia yang mengalami insomnia sebanyak 40 responden dengan <i>total sampling</i></p>	<p>Analisis data pada penelitian ini menggunakan Uji spearman yang menunjukkan bahwa nilai korelasi 0.819 yang artinya kedua variabel memiliki Hubungan yang kuat dan nilai p 0,000. Yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima.</p>
10	<p>Hubungan kualitas tidur dengan perubahan Tekanan darah pada lansia</p> <p>Penulis: Harsismanto, dkk (2020)</p>	<p>Menggunakan kuesioner dan menggunakan uji <i>chi square</i></p>	<p>Sampel dalam Penelitian ini berjumlah 22 pasien lansia dengan hipertensi diambil dengan teknik <i>total Sampling</i>.</p>	<p>Simpulan, ada hubungan yang signifikan dan kuat antara kualitas tidur dengan perubahan tekanan darah pada lansia hipertensi di panti sosial tresna werdha (pstw) tahun 2019. Kualitas tidur yang buruk berpengaruh pada perubahan tekanan darah lansia.</p>

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 3 jurnal mengatakan berat (30%). Singh et al., (2015) kecemasan dapat diekspresikan melalui respon fisiologis, yaitu tubuh memberi respon dengan mengaktifkan sistem saraf otonom (simpatis maupun parasimpatis). Sistem saraf simpatis akan mengaktifasi respon tubuh, sedangkan sistem saraf para simpatis akan meminimalkan respon tubuh. Kecemasan adalah emosi, perasaan yang timbul sebagai respon awal terhadap stres psikis dan ancaman terhadap nilai-nilai berarti bagi individu. Kecemasan sering digambarkan sebagai perasaan yang tidak pasti, ragu-ragu, tidak berdaya, gelisah serta kekhawatiran (Ma'rifatul Azizah et al., 2016).

Berdasarkan hasil penelitian, gejala yang paling sering muncul dan dirasakan oleh banyak responden adalah jantung berdebar kencang, susah tidur, mudah tersinggung, prihatin dengan kesehatannya, pusing/bingung, gelisah dan sulit untuk tidur. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Harahap (2018) bahwa sebagian besar lansia mengalami kecemasan dengan gejala keringat berlebih, sulit tidur, merasa pusing, dan tegang karena lansia tidak tahu cara mengatasi penyakitnya, yang menyebabkan gangguan pola tidur dan kualitas tidur yang buruk.

Gangguan pola tidur menyebabkan perubahan pada kualitas dan kuantitas tidur sehingga mengganggu kenyamanan lansia. Pola tidur yang terganggu akan menyebabkan munculnya kondisi seperti rentan terhadap penyakit, konfusi, demensia, disorientasi, gangguan atensi, penurunan kemampuan berkonsentrasi serta penurunan kemampuan beraktivitas (Witriya dkk., 2016). Kurangnya waktu tidur dapat mengakibatkan terjadinya hipertensi pada seseorang. Pekerjaan ibu rumah tangga mempengaruhi kualitas tidur yang buruk karena padatanya pekerjaan rumah yang dilakukan sehingga tidak adanya kesempatan untuk beristirahat sehingga pekerjaan ibu rumah tangga terbilang padat sehingga memunculkan terjadinya gangguan kualitas tidur (Sari, 2020). Martini dkk. (2018) yang menyatakan bahwa sebanyak 76,3% dari responden yang mengalami hipertensi memiliki pola tidur yang lebih buruk. Hal ini disebabkan karena gejala akibat hipertensi dapat mengganggu tidur yang berdampak pada kualitas tidur. Adapun gejala yang muncul pada lansia hipertensi seperti sakit kepala, pusing, sesak nafas, *obstructive sleep apnea syndrome* (OSAS), dan nokturia sehingga dapat mengganggu pola tidur lansia (Sakinah dkk., 2018). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Tri Septiani (2018) dengan judul "Hubungan hipertensi dengan tingkat kecemasan pada lansia di prolanis puskesmas sedayu II kabupaten

bantul yogyakarta.”, dari hasil penelitian terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur dengan nilai p value 0,000.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sepuluh jurnal menyatakan terdapat hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pasien hipertensi (100%). masalah fisik dan psikologis (Ekawati, Sampurno, & Rofiyati, 2022). Masalah fisik pada lansia adalah mengalami penurunan semua fungsi organ tubuh. Sedangkan masalah psikologis yang seringkali dijumpai pada lansia meliputi perasaan kesepian, takut kehilangan, takut menghadapi kematian, perubahan keinginan, kecemasan dan depresi (Roshifanni, 2016). Pernyataan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Witriya dkk. (2016) yang menyatakan ada hubungan tingkat kecemasan dengan pola tidur lansia (p value=0,00) dan penelitian yang dilakukan oleh Sincihu dkk. (2018) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara tingkat kecemasan pada lansia dengan derajat keparahan insomnia (p value=0,000).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil *literature review* di atas, menunjukkan bahwa pasien hipertensi mengalami gangguan tidur yang menyebabkan kualitas tidur menurun, dikarenakan waktu istirahat yang tidak teratur yang menyebabkan rasa tidak nyaman bagi tubuh serta disebabkan karena gejala akibat hipertensi dapat mengganggu tidur yang berdampak pada kualitas tidur. Kemudian pasien hipertensi juga mengalami kecemasan dari penyakit yang dideritanya karena dapat menimbulkan masalah baru seperti stroke, gagal jantung dan gagal ginjal yang dapat menjadi ancaman kematian pada lansia. Kecemasan yang menyebabkan pasien hipertensi menjadi gelisah, tidak nyaman dan merasa takut dengan komplikasi yang didapat dari penyakit hipertensi yang dapat berpengaruh pada pola tidur individu yang mengakibatkan kualitas tidur menjadi buruk.

DAFTAR PUSTAKA

- Asmadi. (2014). Teknik Prosedural Keperawatan: Konsep Dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien. Jakarta: Salemba Medika.
- Avelina, Y., & Natalia, I. Y. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Hidup Pasien Hipertensi Yang Sedang Menjalani Pengobatan Hipertensi Di Desa Lenandareta Wilayah Kerja Puskesmas Paga. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, *Vii*(1), 21–31. Diunduh pada 11 Oktober 2022
- Ayu Meliansyah, P., & Suratini. (n.d.). *HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN TINGKAT TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI PSTW BUDHI LUHUR KASONGAN BANTUL YOGYAKARTA*.
- Wicaksono, H., Puspita, S., & Puspita, H. (2016). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Posyandu Lansia. Diunduh pada 11 Oktober 2022
- Khasanah, K., & Hidayati, W. (2012). Kualitas Tidur Lansia Balai Rehabilitasi Sosial “ Mandiri ” Semarang. *Jurnal Nursing Studies*, *1*(1), 189–196. [Http://Ejournal-s1.Undip.Ac.Id/Index.Php/Jnursing](http://Ejournal-s1.Undip.Ac.Id/Index.Php/Jnursing)
- J, H., Andri, J., Payana, T. D., Andrianto, M. B., & Sartika, A. (2020). Kualitas Tidur Berhubungan Dengan Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia. *Suparyanto Dan Rosad* (2015, 2. <https://doi.org/10.31539/Jka.v2i1.1146>). Diunduh pada 11 Oktober 2022
- Latief, N., Susilaningsih, S., & Maulidia, R. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Yang Mengalami Insomnia. *Professional Health Journal*, *2*(1), 1–8. <https://doi.org/10.54832/Phj.v2i1.136>. Diunduh pada 11 Oktober 2022
- Ma'Rifatul Azizah, L., Zainuri, I., & Akbar, A. (2016). Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa Teori Dan Aplikasi Praktik Klinik (1st Ed.). Indomedia Pustaka.
- Puspita, T., Ramadan, H., Budhiaji, P., & Sulhan, M. H. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah*, *6*(2), 53–58. <https://doi.org/10.33867/Jka.v6i2.141>
- Sari, N. I. P., Safitri, K. H., & Suwanto. (2020). Korelasi Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas. 1. <https://doi.org/10.1136/Bmj.c846>
- Sulkarnaen, Sampurno, E., & Rofiyati, W. (2022). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kasihan Ii Bantul Yogyakarta. *3*(September), 8. Diunduh pada 11 Oktober 2022
- Susanti, & Rasima. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Penderita Hipertensi Di Upt Puskesmas Cot Seumeureung Kecamatan Samatiga Kabupaten Aceh Barat Tahun 2019. *Jurnal Pendidikan, Sains, Dan Humaniora*, *8*(3), 387–396.

Tri Andiani, E., & Sugiyanto. (n.d.). *HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN TINGKAT HIPERTENSI LANSIA: LITERATURE REVIEW NASKAH PUBLIKASI*.

Triyanto, E. (2014). *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Wang, P., Song, L., Wang, K., Han, X., Cong, L., Wang, Y., Zhang, L., Yan, Z., Tang, S., & Du, Y. (2020). Prevalence And Associated Factors Of Poor Sleep Quality Among Chinese Older Adults Living In a Rural Area: a Population-Based Study. *Aging Clinical And Experimental Research*, 32(1), 125–131. <https://doi.org/10.1007/s40520-019-01171-0>

Warsini, & Aminingsih, S. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur Pada Lansia. 9(2), 85–91. Diunduh pada 11 Oktober 2022

Who.Int. (25 Agustus 2021). Hipertensi. Dari <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>, Diakses Pada 30 Desember 2021.

Wicaksono, H., Puspita, S., & Puspita, H. (2016). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Posyandu Lansia. Diunduh pada 11 Oktober 2022

Witriya, C., Utami, N. W., & Andinawati, M. (2016). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur Lansia Di Kelurahan Tlogomas Kota Malang. *Nursing News : Jurnal Ilmiah Mahasiswa Keperawatan*, 1 No. 2(2), 190–203. Diunduh pada 11 Oktober 2022