

DAFTAR PUSTAKA

- Andi, Dkk. (2024). Tingkat Pengetahuan Dasar Tentang Penyakit Diabetes Melitus Tipe 2 (Dmt2). *Borneo Journal Of Medical Laboratory Technology*, 706.
- Andriansyah, & Sari, R. A. (2022). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tingkat Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Karang Bahagia Kabupaten Bekasi Tahun 2021. 1-17.
- Astuti, Dkk. (2020). *Perilaku Diet Pada Diabetes Melitus Tipe Ii*. Yogyakarta: Zahir Publishing.
- Beba, N. N. (2025). Penerapan Terapi Relaksasi Autogenik Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Lansia Hipertensi Dengan Masalah Gangguan Pola Tidur. *Nursing Practice Journal*, 17-24.
- Damayanti, Bayu & Priasmoro. (2023). Gambaran Pengetahuan Pasien Tentang Penyakit Diabetes Mellitus Tipe Ii. *Nursing Information Journal*, 90-97.
- Daulay, S. A. (2024). Hubungan Antara Pola Tidur Dan Kesehatan Mental. *Circle Archive*, 1-12.
- Desriyani, R. W. (2019). Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Kualitas Tidur Pasien Dengan Hipertensi Di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang. *Indonesian Journal For Health Sciences*, 88-95.
- Desriyani, R., Wahyudi, J. T., & Suratun. (2019). Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Kualitas Tidur Pasien Dengan Hipertensi Di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang. *Indonesian Journal For Health Sciences*, 88-95.
- Dewi, I., Dkk. (2025). Teori Populasi Dan Pengambilan Sampel. *Literasi Kita Indonesia*, 1-9.

Dinkes. (2024). *Profil Kesehatan Kabupaten Ponorogo Tahun 2024*. Ponorogo: Dinas Kesehatan.

Dwisetyo, B., Suranata, F. M., & Tamarol, W. (2023). Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Perubahan Tekanan Darah Masyarakat. *Jurnal Keperawatan Profesional (Kepo)*, 74-80.

Ekasari, M. F. (2021). *Hipertensi: Kenali Penyebab, Tanda Gejala Dan Penanganannya*. Jakarta.

Elsa, Dewi & Regina. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Lama Menderita Diabetes Melitus Dengan Perilaku Perawatan Kaki Di Puskesmas Aren Jaya Bekasi Timur. *Jurnal Keperawatan Cikini*, 188.

Endang Purwaningsih, Dkk. (2025). *Menjaga Kestabilan Gula Darah Dengan Cerdik*. Malang: Media Nusa Creative.

Federation, I. D. (2024). Diabetes Di Indonesia. *Indonesia*.

Federation, I. D. (2025). Komplikasi Diabetes.

Fitriani, Andilala & Ambali. (2021). Faktor Risiko Kejadian Diabetes Mellitus. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 94-102.

Friska, Dkk. (2025). *Pencegahan Dan Penanganan Diabetes Melitus*. Jakarta Barat: Optimal Untuk Negeri.

Haryati, Dkk. (2023). *Pencegahan, Deteksi Dini, Dan Penatalaksanaan Penyakit Diabetes Melitus*. Purbalingga: Eureka Media Aksara.

Hastuti, C. (2022). *Gambaran Asupan Natrium Dan Kalium Makanan Penderita Hipertensi Di Puskesmas Moyudan Kabupaten Sleman*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

Hendra, P. V. (2021). *Teori Dan Kasus Manajemen Terapi Hipertensi*. Sanata Dharma University Press.

- Hutagalung, N. A. (2021). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Tingkat Satu Program Studi Keperawatan Stikes Hang Tuah Pekanbaru. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah*, 77-89.
- Imelda, Dkk. (2022). *Pengelolaan Asuhan Keperawatan Di Komunitas Dengan Kasus Diabetes Melitus*. Bandung: Media Sains Indonesia.
- Irawan, Dedeng; Gunawan, Ade;. (2025). *Metodologi Penelitian Ekonomi Dan Bisnis*. Medan: Umsu Pres.
- Ivan, Yesi & Ganis. (2023). Gambaran Komplikasi Diabetes Melitus Pada Penderita Diabetes Melitus. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 1-18.
- Kasmawati, H., Sabarudin, Malina, R., & Nurramadhani. (2023). *Farmakoterapi Penyakit Diabetes Melitus Tipe 2 Tinjauan Terapi Konvensional Dan Terapi Herbal*. Yogyakarta: Deepublish Digital.
- Kemenkes Ri. (2020). Keputusan Menteri Kesehatan Indonesia. Hal. 11-12.
- Kemenkes Ri. (2025, Maret 27). Pentingnya Pemeriksaan Hba1c. *Kesehatan*, Hal. -.
- Khoiroh, U., Nashrullah, & Anam, S. (2026). Analisis Teknik Sampling Dalam Penelitian Kuantitatif Dan Pengaruhnya Terhadap Kualitas Data. *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora*, 1418-1424.
- Lukitaningtyas, D. &. (2023). Hipertensi; Artikel Review. *Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 100-117.
- Lumastari Ajeng Wijayanti, Dkk. (2025). Sosialisasi Dan Implementasi Pemeriksaan Kadar Hba1c Pada Pasien Diabetes Mellitus. *Sahabat Sosial Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 282-289.
- Mardlatilla, S. D. (2023). Konsep Tidur Dalam Perspektif Psikologi Dan Islam. *Happiness: Journal Of Phychology And Islamic Science*, 65-71.

- Merdekawati, R. K. (2021). Intervensi Non Farmakologis Untuk Mengatasi Gangguan Pola Tidur Pada Pasien Hipertensi: Studi Literatur. *Jurnal Keperawatan Bsi*, 225-233.
- Mohamad, Angger & Bayu. (2022). *Manajemen Penatalaksanaan Diabetes Mellitus*. Bogor: Guepedia.
- Musmuliadin, Nikmah & Nasir. (2023). *Terapi Akupresure Sebagai Alternatif Pengobatan Diabetes Mellitus*. Nem.
- Naryati., & R. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jakarta Tahun 2021. *Jurnal Mitra Kesehatan*, 5-13.
- Nazmi, A. N., Nisa, E. K., Masroni, & Indriani, N. (2024). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Peningkatan Tekanan Darah Pada Paiseen Hipertensi. *Jurnal Edunursing*, 1-10.
- Ningtyas, V. M. (2024). Hubungan Kualitas Tidur Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Sago Gizi Dan Kesehatan*, 288-295.
- Nurhikmawati., D. (2022). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Ibnu Sina. *Umi Medical Journal*, 41-47.
- Nurmania, A. A., Ludiana, & Dewi, T. K. (2025). Implementasi Senam Hipertensi Untuk Mengontrol Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Cendikia Muda*, 33-38.
- Oktavia, Dkk. (2022). Faktor-Faktor Sosial Demografi Yang Berhubungan Dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe Ii. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah Stikes Kendal*, 2534.
- Oktaviani, G. A., Purwono, J., & Ludiana. (2022). Penerapan Senam Hipertensi Terhadap Tekanan Darah Pasien Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Purwosari Kec. Metro Utara Tahun 2021. *Jurnal Cendikia Muda*, 186-194.

Ponorogo, D. K. (2024). *Prevalensi Hipertensi 2024*. Diambil Kembali Dari Statistik.Ponorogo.Go.Id:

<https://Statistik.Ponorogo.Go.Id/Dataset/17669781849f631675-093a-4419-95ab-33566eaaa578/Resource/Fc6f3001-Af5f-4f89-99c0-8c2ca1372b95>

Ponorogo,S.(2023,Desember). https://Statistik.Ponorogo.Go.Id/Mk/Dataset/A2d2ecab-D273-4e38-92a5-D3cfaaa751d0/Resource/90ad5f46-00b9-47d2-A664-C1bf7efb28ac?Activity_Id=030221ff-4d78-4574-B7b5-6ae47263c715.

Prasetia, Indra. (2022). *Metodologi Penelitian Pendekatan Teori Dan Praktik*. Medan: Umsu Press.

Prasetyaningrum, Y. I. (2014). *Hipertensi Bukan Untuk Ditakuti*. Jakarta: Fmedia.

Pratiwi, Dkki. (2024). *Diabetes Melitus Dan Gestational Diabetes Melitus*. Sukabumi: Jejak Publisher.

Prihatini, K. R. (2021). Penerapan Terapi Relaksasi Autogenic Terhadap Penurunan Insomnia Pada Pasien Hipertensi Di Kota Semarang. *Rumpun Ilmu Kesehatan*, 45-54.

Qomaruddin, & Sa'diyah, H. (2024). Kajian Teoritis Tentang Teknik Analisis Data Dalam Penelitian Kualitatif: Perspektif Spradley,Miles Dan Huberman. *Journal Of Management, Accounting And Administration*, 77-84.

Reksi, Ronasari & Hilda. (2023). Perbedaan Kadar Gula Darah Berdasarkan Jenis Kelamin Dan Status Gizi Lansia Penderita Diabetes Mellitus Tipe Ii. *Jurnal Akademika Baiturrahman Jambi*, 420.

Rengkuan, Dkk. (2023). Efektivitas Kinerja Pemerintah Dalam Program Reaksi Respon Realief Daerah. *Jurnal Governance*, 1-11.

- Retnowati, L. F. (2024). Penerapan Senam Hipertensi Sebagai Intervensi Non-Farmakologis Pada Lansia Di Puskesmas Arjuno Kota Malang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit*, 182-190.
- Riza, Darwin & Jumaini. (T.Thn.). Hubungan Tingkat Pengetahuan Pasien Diabetes Melitus Tentang Penyakit Dan Diet Dengan Kepatuhan Dalam Menjalankan Diet Diabetes Melitus.
- Rusdiana, A. (2020). *Panduan Bimbingan Karya Tulis Ilmiah Mahasiswa*. Bandung: Pusat Penelitian Dan Penerbitan Uin Sgd Bandung Pustaka Tresna Bhakti.
- Safitri, A. D. (2023). Pendidikan Kesehatan Senam Hipertensi Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Warga Bina Sosial Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2 Jakarta Barat 2023. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 190-192.
- Saidin, Jailani & M Syahrani. (2023). Memahami Etik Dalam Penelitian Ilmiah. *Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 24-29.
- Salsabila. (2021, Juli 1). Pelajari Teknik Pengolahan Data Untuk Project Sciencemu. *Do Lab*.
- Sari, P. L., Akhmad, A., & Jayanti, K. D. (2024). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Diabetes Melitus Pada Wanita Di Desa Jajar Kabupaten Kediri. *Jurnal Riset Pengembangan Dan Pelayanan Kesehatan*, 8-22.
- Sean. (2024, Desember 25). Instrumen Pengumpulan Data. <https://www.fanruan.com/id/glossary/big-data/instrumen-pengumpulan-data>.
- Setiawan, H. D. (2023). *Pemenuhan Kebutuhan Istirahat/Tidur Dan Pemenuhan*. Jakarta: Rizmedia Pustaka Indonesia.
- Sholehudin & Ade. (2025). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Uptd

Puskesmas Darma Kabupaten Kuningan Tahun 2025. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 1618-1625.

Sibrani, Dkk. (2025). Etik Dalam Penelitian Pendidikan. *Riset Ilmu Pendidikan Islam*, 10-21.

Silvia & Endang. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Diabetes Melitus Terhadap Sikap Pasien Diabetes Melitus Tipe Ii Di Puskesmas Rejosari Pekan Baru. *Menara Ilmu*, 67.

Ski. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia Dalam Angka Data Akurat Kebijakan Tepat*. Ski.

Sri Andala, Yudi Akbar, Nurjannah. (2024). Tingkat Pengetahuan Pasien Diabetes Mellitus Tentang Pola Makan Level Of Knowledge Of Diabetes Mellitus Patients About Diet. *Journal Of Health Innovation*, 32-38.

Sri, Yudi & Nurjannah. (2024). Level Of Knowledge Of Diabetes Mellitus Patients About Diet. *Health Inovation*, 32-38.

Sulistiyowati, D. A. (2024). Pengaruh Senam Hipertensi Pada Lansia Dan Kader Di Posyandu Lansia Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Di Posyandi Lansia Rw Ix, Mojosongo, Jebres, Surakarta. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*.

Suryana, Dkk. (2021). *Pendidikan Kesehatan Dan Ilmu Perilaku*. Purbalingga: Eureka Media Aksara.

Suryanti, Dkk. (2025). *Diabetes Melitus Dan Pencegahan Komplikasi*. Jakarta: Penerbit Nuansa Fajar Cemerlang Jakarta.

Susilawati, R., Pratiwi, F., & Adhisty, Y. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Mengenai Disminorhe. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mmy*.

- Suwanti, Suranata, F. M., Efliani, D., Sari, H. E., Friska, & Ardianty, S. (2025). *Hipertensi Non-Pharmacological Approach Untuk Kesehatan Yang Lebih Baik*. Nuansa Fajar Cemerlang Jakarta.
- Syafiyah, F. (2021). Penatalaksanaan Senam Hipertensi Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Stikep Ppni Jawa Barat*.
- Telaumbanua, A. C. (2021). Penyuluhan Dan Edukasi Tentang Penyakit Hipertensi. *Jurnal Abdimas Saintika*, 119-124.
- Tobroni, Dkk. (2025). *Buku Ajar Keperawatan Dewasa Sistem Endokrin*. Jakarta Barat: Pt Optimal Untuk Negeri.
- Vanda, Dkk. (2024). Hubungan Usia Dan Jenis Kelamin Terhadap Angka Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 Berdasarkan 4 Kriteria Diagnosis Di Poliklinik Penyakit Dalam Rsud Karsa Husada Kota Batu. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2533-2534.
- Who. (2024, November 14). Diabetes. *Diabetes*.
- Widiyanto, B. &. (2025). *Kualitas Tidur Pada Lansia Kontribusi Penting Keperawatan*. Jakarta: Nuansa Fajar Cemerlang.
- Widiyastusi, N. E. (2023). Pengantar Metodologi Keperawatan. *Pt Sada Kurnia*.
- Widodo., I. &. (Kediri). *Aktivitas Fisik Untuk Mengatasi Hipertensi*. 2022: Lembaga Chakra Brahmanda Lentera.
- Yanita, N. I. (2022). *Berdamai Dengan Hipertensi*. Jakarta: Bumi Medika.
- Yumesri, Dkk. (2024). Etika Dalam Penelitian Ilmiah. *Genta Mulia*, 63-69.
- Yuswatiningsih, E., & Hariyono. (2025). *Buku Ajar Metode Penelitian Untuk Mahasiswa*. Yogyakarta: Samudra Biru.

Zainuddin, Suhartono, Hidayati, R. N., Musmiller, E., Ibnu, F., Syafridawita, Y., . . .
Bahtiar, Y. (2024). *Buku Ajar Perawatan Agregat Komunitas*. Jakarta: Pt Nuansa
Fajar Cemerlang Jakarta.