

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2019). *Laporan Nasional Risesdas 2018*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Buysse, D. J., Reynolds, C. F., Monk, T. H., Berman, S. R., & Kupfer, D. J. (1989). The Pittsburgh Sleep Quality Index: A new instrument for psychiatric practice and research. *Psychiatry Research*, 28(2), 193–213
- BPJS Kesehatan. (2014). *Panduan Praktis Prolanis (Program Pengelolaan Penyakit Kronis)*. BPJS Kesehatan
- Dinkespangandaran. (2025):capaian peogram PTM 2025.
- Dauvilliers, Y., & Tafti, M. (2022). *Sleep Disorders and Cardiovascular Diseases: New Insights*. *Journal of Sleep Research*. (Menjelaskan hubungan terbaru antara fragmentasi tidur, hormon stres, dan risiko vaskular).
- Idris. (2019). *Panduan Praktik Prolanis*. Berita Negara Republik Indonesia.,
- JNC VIII. (2014). *The Eighth Joint National Committee: Evidence-Based Guideline for the Management of High Blood Pressure in Adults*.
- Kemenkes Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Faktor Risiko Hipertensi dan Pencegahannya*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi*. Jakarta:
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Laporan Data Gangguan Tidur dan Hipertensi*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi*. Jakarta:
- Kim, Y. (2024). Sleep and blood pressure variability: A systematic literature review. *Sleep Medicine Reviews*
- Shiina, K., et al. (2024). Obstructive sleep apnea-related hypertension: Mechanisms and treatment strategies. *Nature Reviews Cardiology*
- WHO. (2022). *Hypertension: Key facts*. World Health Organization.
- WHO. (2023). *Sleep and health: Technical brief*. World Health Organization.

- Setyorini, A., Santoso, S., & Ratnawati, R. (2022). *Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Lansia. Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 11(1), 45-53
- Suci, R. P., Rahayu, S., & Lestari, W. (2025). *Analisis Faktor Determinan Kualitas Tidur terhadap Stabilitas Hemodinamik pada Pasien Hipertensi: Pendekatan Promotif dan Preventif. Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia*, 13(1), 12-25
- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed., text rev.).
- Nursalam. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Edisi 4. Jakarta: Salemba Medika; 2017.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- ISH *Global Hypertension guidelines* (2020): Unger T, Borghi C, Charchar F, Khan NA, Poulter NR, Prabhakaran D, et al. 2020 *International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines. Hypertension*. 2020;75(6):1334–1357.