

DAFTAR PUSTAKA

- Akhriansyah, M., Surahmat, R., Agustina, N., & Rusmarita, R. (2024). Implementasi Terapi Musik Nature Sound kepada Lansia untuk Mengatasi Ansietas. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 6(2), 350. <https://doi.org/10.36565/jak.v6i2.803>
- Apriani, M., Fatrin, T., Wijayanti, A., & Dwi Yolanda Putri, S. (2025). Pemanfaatan Terapi Musik Klasik Nature Sound (Suara Alam) Terhadap Kualitas Tidur Lansia. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Abdurahman*.
- Ardiani, & Subrata. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Yang Mengonsumsi Kopi Di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Archive Of Community Health*, 8(2), 372. <https://doi.org/10.24843/ACH.2021.v08.i02.p12>
- Aspiani, R. (2021). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik Jilid 2* (T. Maftuhin, Ed.). CV. Trans Info Media.
- Buana, N. S., & Burhanto. (2021). Pengaruh terapi musik terhadap kualitas tidur pada lansia: Literature review. *Borneo Student Research*, 2(2), 1260–1266. <https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/view/1537>
- Djohan. (2018). *Terapi Musik* (L. Hidajat, Ed.). Galangpress.
- Dwi, & Hartono. (2024). Upaya Mencegah Kecemasan Dengan Musik Suara Alam Pada Kader Lansia Di Wilayah Mojosongo Surakarta. *J-ABDI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 105–112. <https://doi.org/10.53625/jabdi.v4i2.7962>
- Jepisa, T., & Made, N. (2020). *JIK (Jurnal Ilmu Kesehatan) Karakteristik, Tingkat Depresi dan Faktor Lingkungan Fisik Dengan Kualitas Tidur Lansia Yang Tinggal Di PSTW Prov Sumbar*. 4(2). <https://doi.org/10.33757/jik.v4i2.326.g138>
- Jepisa, T., & Suci, H. (2022). JIK (Jurnal Ilmu Kesehatan) Efektifitas Aroma Terapi Lavender Terhadap Kualitas Tidur Lansia yang Tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Sumatera Barat. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(1). <https://doi.org/10.33757/jik.v6i1.498.g220>
- Josephine, F. R., Orenda, C., & Silalahi, L. R. (2023). Terapi Musik Dan Anak Autisme: Sebuah Tinjauan Literatur. *Ekspresi*, 12(1). <https://doi.org/10.24821/ekp.v12i1.10550>

- Julianti, R., & Siregar, T. (2023). *Terapi Musik Dalam Mengatasi Burnout Perawat* (D. Mulyasari, Ed.). Pradina Pustaka.
- Koffel, E., Ancoli-Israel, S., Zee, P., & Dzierzewski, J. M. (2023). Sleep health and aging: Recommendations for promoting healthy sleep among older adults: A National Sleep Foundation report. *Sleep Health*, 9(6), 821–824. <https://doi.org/10.1016/j.sleh.2023.08.018>
- Lussy. (2023). Efektivitas Terapi Musik Untuk Menurunkan Tingkat Stres Dan Kecemasan. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(3), 91–98. <https://doi.org/10.55606/detector.v1i3.2101>
- Made, N., Sukmawati, H., Gede, I., & Putra, S. W. (2022). *Reliabilitas Kusioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) Versi Bahasa Indonesia Dalam Mengukur Kualitas Tidur Lansia*. <https://ejournal.warmadewa.ac.id/index.php/wicaksana>
- Orinta, D., Alam Putra, F., & Aryani, A. (2025). Medic Nutricia Pengaruh Terapi Musik Terhadap Insomnia Pada Lansia Di Panti Sosial Mulia Dharma Kabupaten Kubu Raya Kalimantan Barat. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 20(3). <https://doi.org/10.5455/mnj.v1i2.644>
- Purwandari, A., Rojiah Amalia, A., Laelatul Ahdia, D., Fauziyyah Sabila, F., Pooja Natasya Bone, M., Nabila Robani, N., Fatimah Puspitasari, N., Amelliana Dewi, P., Aisyah Gumilar, R., Mu, S., Salma Fauziyah, A., Salasa, S., Adikusuma Suparto, T., Sukma Nurhaliza, R., Studi Keperawatan, P., & Pendidikan Olah Raga dan Kesehatan, F. (2024). *Literature Review: Pengaruh Sleep Hygiene Practice Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Pada Lansia*.
- Rachmawati, D., Juwariyah, S., Tinungki, Y., Sari, N., Aini, indera, Handayani, E., Noventi, I., Simorangkir, D., & Panglipurningsih, N. (2023). *Keperawatan Gerontik* (Efitra, Ed.). PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Reinatta, F. (2022). Hubungan Terapi Musik terhadap Tingkat Keperawatan Insomnia pada Lansia di Panti Werdha Salam Sejahtera. Skripsi. Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara, Jakarta.
- Salsabila, N. N., Fitria, N., & Platini, H. (2024). Gambaran Kualitas Tidur Mahasiswa Keperawatan yang Sedang Menyusun Skripsi. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 4(9), 3852–3861. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i9.15339>

- Salsabilla, A., Naela Arifin, A., & Sari Ratna Ningrum, T. (2024). *Pengaruh Diaphragmatic Breathing Exercise Dan Deep Breathing Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia Wanita The Effect of Diaphragmatic Breathing Exercise and Deep Breathing on Sleep Quality in Elderly Women* (Vol. 2).
- Sari, & Kartinah. (2025). *Pengaruh Terapi Musik Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia*. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
- Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Sutopo, Ed.). ALFABETA.
- Sukmawati, A., Rahmawati, Wahyuningsih, T., Yani, Tetiing, B., Putra, K., Pertiwi, G., Sastrini, Y., & Muliani, N. (2024). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik* (P. Daryaswanti, Ed.). PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Surahmat, Alifiani, & Akhriansyah. (2023). *Penerapan Prinsip-Prinsip Dalam Praktek Keperawatan*. PT. Global Eksekutif Teknologi.
- Tribakti, I. (2022). *Terapi Spriritual Emotioanal freedom Technique* (T. Akbar, Ed.). Azka Pustaka.
- Untari, I. (2025). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik* (W. Praptiani & A. Kamil, Eds.). Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Utami. (2023). *Pengaruh Terapi Musik Nature Sound (Suara Alam) Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia Di Panti Sosial Harapan Kita Indralaya Ogan Ilir*.
- Wang, C., Li, G., Zheng, L., Meng, X., Meng, Q., Wang, S., Yin, H., Chu, J., & Chen, L. (2021). Effects of music intervention on sleep quality of older adults: A systematic review and meta-analysis. *Complementary Therapies in Medicine*, 59, 102719.
- Widiyanto, & Wijayati. (2025). *Kualitas Tidur Pada Lansia Kontribusi Penting Keperawatan*. Nuansa Fajar Cemerlang Jakarta.
- Widiyono. (2021). *Betapa Menakjubkan Terapi Musik Bagi Kesehatan* (E. Munastiwi, Ed.). Lima Aksara.
- Widodo, S., Ladyani, F., Asrianto, L. O., Devriany, A., Rusdi, & Hidayat, A. (2023). *Buku Ajar Metode Penelitian* (S. Sudirman, Ed.). Science Techno Direct.