

## DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, S., Trisnadewi, W., Oktaviani, W., Hulu, T., Budiastutik, I., Ramdany, Fitriani, J., Rahmiati, F., Susilawaty, S., Sianturi, E., Suryana. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. [Ebook]. <https://repositori.uin-alauddin.ac.id/19810/>
- Agustya, N. (2015). *Hubungan sleep hygiene dengan kualitas tidur pada mahasiswa di salah satu fakultas universitas indonesia*. Skripsi. Universitas Indonesia, Jakarta.
- Aini, A., Kuntarti., and Novieastari (2016). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur pada Pasien diabetes melitus di Puskesmas Cimanggis Depok*. Skripsi. Universitas Indonesia, Jakarta.
- Alianatasya, N., and Khoiroh, S. (2020). Hubungan pola makan dengan terkendalinya kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus tipe II di RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda. *Borneo Student Research*, 1(3), 1784–1790.
- Annisa, M., and Wati, D. N. K. (2020). The relationship between sleep hygiene and sleep quality among residents of an elderly care institution in DKI Jakarta. *UI Proceedings on Health and Medicine*, 4(1), 89–97. <https://doi.org/10.7454/uiphm.v4i1.258>
- Arania, R., Triwahyuni, T., Esfandiari, F., and Rama, N. F. (2021). Hubungan antara usia, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan dengan kejadian diabetes mellitus di Klinik Mardi Waluyo Lampung Tengah. *Jurnal Medika Malahayati*, 5(3), 146–153.
- Arania, R., Triwahyuni, T., Prasetya, T., and Cahyani, S. D. (2021). Hubungan antara pekerjaan dan aktivitas fisik dengan kejadian diabetes mellitus di Klinik Mardi Waluyo Kabupaten Lampung Tengah. In *Jurnal Medika Malahayati* (Vol. 5, Issue 3).
- Awadalla, N., Mahfouz, A., Shehata, S., Al, S., Aljihani, A., Hafez, S., Assiri, M., Al, M. D., Shiban, H., Alsamghan, A., and Alsabaani, A. (2020). Sleep hygiene, sleep-related problems, and their relations with quality of life in a primary-care population in southwest Saudi Arabia. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 9(6), 3124. [https://doi.org/10.4103/jfmpe.jfmpe\\_525\\_20](https://doi.org/10.4103/jfmpe.jfmpe_525_20)
- Bahar, K., Kadrianti, E., and Nani, S. (2023). Hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di ruang rawat inap. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa and Penelitian Keperawatan*, 3(1), 122–128.
- Baynest, H. W. (2015). Classification, pathophysiology, diagnosis and management of diabetes mellitus. *Journal of Diabetes and Metabolism*, 06(05), 1–9. <https://doi.org/10.4172/2155-6156.1000541>
- Bingga, A. I. (2021). Kaitan kualitas tidur dengan diabetes melitus tipe 2. *Jurnal Medika Hutama*, 2(4), 1047–1052.

- Birhanu, T.T., Salih, M.H. and Abate, H.K. (2020) 'Sleep quality and associated factors among diabetes mellitus patients in a follow-up clinic at the university of gondar comprehensive specialized hospital in Gondar, Northwest Ethiopia: A cross-sectional study', *Diabetes, Metabolic Syndrome and Obesity*, 13, pp. 4859–4868. Available at: <https://doi.org/10.2147/DMSO.S285080>.
- Buckley, T. M., and Schatzberg, A. F. (2020). Review: on the interactions of the hypothalamic-pituitary-adrenal (HPA) axis and sleep: normal HPA axis activity and circadian rhythm, exemplary sleep disorders. *Journal of Clinical Endocrinology and Metabolism*, 90(5), 3106–3114. <https://doi.org/10.1210/jc.2004-1056>
- Burhan, H. (2019). Perbedaan budaya, sosial ekonomi, sikap dan perilaku penderita diabetes mellitus tipe 2 pada masyarakat perkotaan dan pedesaan di Provinsi Sulawesi Tenggara. Tesis. Universitas Negeri Semarang, Semarang.
- Chaput, J. P., Dutil, C., Featherstone, R., Ross, R., Giangregorio, L., Saunders, T. J., Janssen, I., Poitras, V. J., Kho, M. E., Ross, W. A., Zankar, S., and Carrier, J. (2020). Sleep timing, sleep consistency, and health in adults: a systematic review. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism = Physiologie Appliquee, Nutrition et Metabolisme*, 45(10), 232–247. <https://doi.org/10.1139/apnm-2020-0032>
- Chew, B. H., Vos, R. C., Metzendorf, M. I., Scholten, R. J. P. M., and Rutten, G. E. H. M. (2017). Psychological interventions for diabetes-related distress in adults with type 2 diabetes mellitus. In *Cochrane Database of Systematic Reviews* (Vol. 2017, Issue 9). John Wiley and Sons Ltd. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD011469.pub2>
- Costa, N. L., Rodrigues, D., and Cunha, K. C. (2022). Sleep quality of adult tobacco users: A systematic review of literature and meta-analysis. *Sleep Epidemiology*, 2(2), 1. <https://doi.org/10.1016/j.sleep.2022.100028>
- Damayanti, S. T., Dian, S. L., and Muniroh, M. (2018). Gambaran kualitas tidur pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Ngesrep. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(1), 2356–3346. <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>
- Dahlan, S. M. (2010). *Statistik untuk kedokteran dan kesehatan: Deskriptif, bivariat, dan multivariat dilengkapi aplikasi dengan menggunakan SPSS*. Penerbit Salemba Medika.
- Darraj, A. (2023). The link between sleeping and type 2 diabetes: a systematic review. *Cureus*, 11(15), 1–10. <https://doi.org/10.7759/cureus.48228>
- Decroli, E. (2019). *Diabetes Melitus Tipe 2* (1st ed.). Pusat penerbitan bagian ilmu penyakit dalam Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
- Dhari, P. W., and Silvitasari, I. (2022). Hubungan antara sleep hygiene dengan tingkat insomnia pada lansia di Kecamatan Jebres Kelurahan Gandekan RW 05 Surakarta. *Nusantara Hasana Journal*, 2(5), 71–77.

- Faridah, U., Kusumawati, D., Rahayu, S., and Wahab, D. (2021). Hubungan kebiasaan mengonsumsi kopi dengan gejala gangguan tidur pada lansia di Desa Tempuran. *8*(12), 228–241.
- Farmaki, P., Damaskos, C. D., Garmpis, N., and Garmpi, A. (2020). Complications of type 2 diabetes mellitus. *Current Cardiology Reviews*, *16*(4), 249–251. <https://doi.org/10.7326/0003-4819-152-5-201003020-01003>
- Febrina, W., Dewi, R., Lazdia, W., Syukri, R., Rahmadani, P., and Gusniati, L. (2023). Kualitas tidur pasien diabetes melitus tipe 2. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, *8*(2), 421–427. <https://doi.org/10.22216/jen.v8i2.234>
- Garcia, S. C., Salud, J. P., Aran, S. L., Sol, J., Ortiz, C. S., Artigues, B. E., and Ortega, B. M. (2022). Enhancing night and day circadian contrast through sleep education in prediabetes and type 2 diabetes mellitus: a randomized controlled trial. *Biology*, *11*(6). <https://doi.org/10.3390/biology11060893>
- Gupta, C. C., Sprajcer, M., Johnston, D. C., and Ferguson, S. A. (2023). Sleep hygiene strategies for individuals with chronic pain: A scoping review. *BMJ Open*, *13*(2). <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2021-060401>
- Harahap Adelina, M., Ritonga, N., and Rangkuti, A. J. (2022). Pengaruh sleep hygiene terhadap kualitas tidur pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Batunadua Kota Padangsimpuan. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*, *7*(2), 137–148.
- Hardianto, D. (2020). Comprehensive review of diabetes mellitus: classification, symptoms, diagnosis, prevention, and treatment. *Jurnal Bioteknologi and Biosains Indonesia*, *7*(2), 304–317. <http://ejurnal.bppt.go.id/index.php/JBBI>
- Henson, J., Covenant, A., Hall, A. P., Herring, L., Rowlands, A. V., Yates, T., and Davies, M. J. (2024). Waking up to the importance of sleep in type 2 diabetes management: a narrative review. *Diabetes Care*, *47*(3), 331–343. <https://doi.org/10.2337/dci23-0037>
- Htut, H. N., Howteerakul, N., Suwannapong, N., and Rawdaree, P. (2021). Sleep quality among type 2 diabetes mellitus patients in a private hospital setting in Yangon, Myanmar. *Journal of Health Research*, *35*(2), 186–198. <https://doi.org/10.1108/JHR-09-2019-0214>
- Jamini, T. (2024). The effect of sleep hygiene on sleep quality of people with type 2 diabetes mellitus. *Journal Of Diabetes*, *15*(9), 67–75. <https://doi.org/10.54209/jurnaleduhealth.v15i01>
- Junker, K., Buckley, C. M., Millar, S. R., Flynn, S., Harrington, J. M., Kearney, P. M., and Perry, I. J. (2021). The prevalence and correlates of pre-diabetes in middle- To older-aged Irish adults using three diagnostic methods. *PLoS ONE*, *16*(6), 1–15. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0253537>
- Kathy, L. N., Jean, E. D., and Cynthia, F. C. (2021). Sleep Quality: an evolutionary concept analysis. *sleep quality: an evolutionary concept analysis*, *57*(144), 144–151.

- Kia, N. S., Gharib, E., Doustmohamadian, S., Mansori, K., & Ghods, E. (2023). Factors affecting sleep quality in patients with type 2 diabetes: a cross-sectional study in Iran. *Middle East Current Psychiatry*, 30(1). <https://doi.org/10.1186/s43045-023-00310-8>
- Lase, N. W. (2023). Hubungan sleep hygiene dengan kualitas tidur pasien diabetes melitus. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 158–166.
- Mane, K., Kc, C., and Tr, M. (2012). Review of insulin and its analogues in diabetes mellitus. *Journal of Basic and Clinical Pharmacy*, 560(027), 283–293. [www.jbclinpharm.com](http://www.jbclinpharm.com)
- Mastin, D. F., Bryson, J., & Corwyn, R. (2006). Assessment of sleep hygiene using the sleep hygiene index. *Journal of Behavioral Medicine*, 29(3), 223–227. <https://doi.org/10.1007/s10865-006-9047-6>
- Milita, F., Handayani, S., and Setiaji, B. (2018). Kejadian diabetes mellitus tipe ii pada lanjut usia di Indonesia (Analisis Riskesdas 2018). *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 17(1), 9–20. <https://jurna.umj.ac.id/index.php/JKK>
- Muhlisin, A., and Irdawati. (2019). Teori self care dari orem dan pendekatan dalam praktek keperawatan. *Berita Ilmu Keperawatan*, 2(2), 98–100.
- Nashori, F., and Wulandari, D. E. (2017). Psikologi tidur: dari kualitas tidur hingga insomnia, (1–13). Universitas Islam Indonesia. <https://www.researchgate.net/publication/349645324>
- Ningrum, P., Alfatih, H., and Siliapantur, O. (2019). Faktor-faktor yang memengaruhi manajemen diri pasien dm tipe 2. 2(7).
- Nuryani, N. A. (2023). Hubungan sleep hygiene dengan kualitas tidur pada lansia penderita diabetes melitus tipe II di Puskesmas Citeureup Tahun 2023. 1–8.
- Oktavia, S., Budiarti, E., Masra, F., Rahayu, D., and Setiaji, B. (2022). Faktor-faktor sosial demografi yang berhubungan dengan kejadian diabetes melitus tipe 2. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 12(4), 1039–1052. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM>
- Palupi, M., Mar'atus, S. R., and Dewi, M. I. (2020). Hubungan lama menderita dengan kepatuhan diet pasien diabetes mellitus tipe 2 di Ruang Rawat Inap RSUD Kabupaten Kediri. 1(2), 646–654.
- Patarru', F., Situngkir, R., Bate, I., and Akollo, J. E. (2021). Hubungan perilaku sleep hygiene dengan kualitas tidur pada kelompok lansia di Panti Tresna Werdha Ambon. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 4(2), 46–51. <https://doi.org/10.52774/jkfn.v4i2.67>
- Prasani, M., Mutmainnah, M., and Mawarti, I. (2023). Gambaran kualitas tidur pada lansia di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi. 2(7), 1–9. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
- Pratiwi, S., Sherlyna, P. I., and Dewa, G. I. (2020). Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan kadar gula darah puasa pada penderita diabetes melitus tipe II di Wilayah Kerja Unit Pelayanan Teknis Daerah (UPTD) Puskesmas I Dinas

Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat. *Jurnal Medika Karya Ilmiah Kesehatan*, 5(2), 2541–4615.

- Purba, R., Tiansa Barus, D., Arianto, A., Kesehatan, I., Husada, D., and Tua, D. (2023). Hubungan sleep hygiene dengan kualitas tidur pada lansia di Dusun VI Silo Bonto Kecamatan Silau Laut Tahun 2022. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 5(2), 2022–2023. <http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPKM>
- Rahayu, I. D. (2015). *Gambaran Sleep Hygiene Lansia di Panti Wreda Elim dan Wisma Harapan Asri, Semarang*. Skripsi. Universitas Brawijaya, Malang.
- Rahayu, S., and Komariah. (2020). Hubungan usia, jenis kelamin dan indeks massa tubuh dengan kadar gula darah puasa pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Klinik Pratama Rawat Jalan Proklamasi, Depok, Jawa Barat. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada-Januari*, 11(01), 41–50.
- Rahmawati, F., Angeline, H. Z., Tarigan, Eka, Y. F., and Nugroho, I. P. (2020). Hubungan sleep hygiene terhadap kualitas tidur penderita diabetes mellitus tipe 2. *Jurnal Pengabdian Sriwijaya*, 12(9), 945–949.
- Ramar, K., Malhotra, R. K., Carden, K. A., Martin, J. L., Abbasi, F. F., Aurora, R. N., Kapur, V. K., Olson, E. J., Rosen, C. L., Rowley, J. A., Shelgikar, A. V., and Trotti, L. M. (2021). Sleep is essential to health: An American Academy of Sleep Medicine position statement. *Journal of Clinical Sleep Medicine*, 17(10), 2115–2119. <https://doi.org/10.5664/jcsm.9476>
- Ramli, M. (2022). Preferensi laki-laki dan perempuan dalam memilih fasilitas pelayanan kesehatan pada pasien di Puskesmas Kassi-Kassi. *Jurnal Predestination*, 2(2), 1–11.
- Renpenning, M. K., and Taylor, G. S. (2023). *Self-Care Theory in Nursing: Selected Papers of Dorothea Orem*. Springer Publishing Company.
- Reutrakul, S., and Van Cauter, E. (2014). Interactions between sleep, circadian function, and glucose metabolism: Implications for risk and severity of diabetes. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1311(1), 151–173. <https://doi.org/10.1111/nyas.12355>
- Riniasih, O. W., and Hapsari, W. D. (2020). Hubungan Tingkat Pendidikan Peserta Prolanis dengan Peningkatan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Melitus di FKTP Purwodadi. 5(1), 1–8. <http://ejournal.annurpurwodadi.ac.id/index.php/TSCD3Kep>
- Rohmawati, F. (2018). Hubungan Sleep Hygiene dan Kelelahan Fisik dengan Pemenuhan Kebutuhan Tidur Lansia yang Berdagang di Pasar Agrobis Plaosan Babat Kabupaten Lamongan. Skripsi. Universitas Airlangga, Surabaya.
- Rosita, R., Kusumaningtiar, D. A., Irfandi, A., and Ayu, I. M. (2022). Hubungan antara jenis kelamin, umur, dan aktivitas fisik dengan diabetes melitus tipe 2 pada lansia di Puskesmas Balaraja Kabupaten Tangerang. *Jurnal Kesehatan*



*Masyarakat (Undip),* 10(3), 364–371.  
<https://doi.org/10.14710/jkm.v10i3.33186>

- Shafitri Paris, N. R., Novarina. K. V. A., Sulistiani, B. I., and Rahim, N. K. (2023). Hubungan lama menderita dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus. *An Idea Nursing Journal ISSN*, 2(2), 14–23.
- Smyth, A., Jenkins, M., Dunham, M., Kutzer, Y., Taheri, S., and Whitehead, L. (2020). Systematic review of clinical practice guidelines to identify recommendations for sleep in type 2 diabetes mellitus management. In *Diabetes Research and Clinical Practice* (Vol. 170, Issue 121, pp. 234–250). Elsevier Ireland Ltd. <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2020.108532>
- Sweetenia, C., Madianung, A., and Esau, K. M., (2021). Hubungan tingkat stress dengan kualitas tidur pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Rumah Sakit GMIM Pacaran. *Jurnal Keperawatan*, 9(1), 48.
- Thomassian, B., and Wright, M. (2020). *Diabetes Mellitus: Pathophysiology and Clinical Guidelines* (2nd ed.). Continuing Education Recognition Program. [www.dentallearning.org](http://www.dentallearning.org).
- Tosun, Z., Akinci, A., Celik, S., Kongur, N., and Elbuken, G. (2021). Quality of sleep in people with type 2 diabetes. *Medicine Scienccen International Medical Journal*, 10(3), 968–975.  
<https://doi.org/10.5455/medscience.2021.01.09>
- Waren, A., and Zainal, F. (2023). Factors related to the incident of type 2 diabetes mellitus in workers of the oil and gas company in Riau Province. *Jurnal Ilmu Kesehatan Abdurrah*, 1(3), 94–104.
- Yan, Z., Cai, M., Han, X., Chen, Q., and Lu, H. (2023). The interaction between age and risk factors for diabetes and prediabetes: A Community-Based Cross-Sectional Study. *Diabetes, Metabolic Syndrome and Obesity*, 16, 85–93.  
<https://doi.org/10.2147/DMSO.S390857>
- Yazia, V., and Suryani, U. (2023). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Tidur Penderita Diabetes Melitus. *Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 11(4), 983–994.
- Zahra, N. A., and Farida, M. E. (2019). Hubungan Kadar HbA1c dan Kualitas Tidur pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Persatuan Perawat Indonesia*, 03(03), 190–200.
- Zahra, N. A. (2018). *Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Pittsburgh Sleep Quality Index Versi Bahasa Indonesia*. Universitas Indonesia, Jakarta.
- Zielinski, M. R., McKenna, J. T., and McCarley, R. W. (2016). Functions and mechanisms of sleep. *AIMS Neuroscience*, 3(1), 67–104.  
<https://doi.org/10.3934/Neuroscience.2>