

DAFTAR PUSTAKA

- Amanah, B. M., Puspitasari, D. I., Suprayitno, E., Yasin, Z., & Permatasari, D. (2022). Aromaterapi Lavender Menurunkan Keluhan Insomnia pada Lansia. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 6–9.
- Biahimo, N. U. I., & Gobel, I. A. (2021). Faktor Yang Mempengaruhi Gangguan Tidur (Insomnia) Pada Lansia Di Desa Kaidundu Kecamatan Bulawa Kabupaten Bone Bolango. *Zaitun (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 9(1), 916. <https://doi.org/10.31314/zijk.v9i1.1115>
- Cici Haryati, M., Kusumaningsih, I., Supardi, S., & Tinggi Ilmu Kesehatan Sint Carolus Jakarta, S. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Lansia Di RW 03 Kelurahan Kebon Manggis Jakarta Factors Related to Sleep Quality of Elderly People in RW 03 Kelurahan Kebon Manggis Jakarta. *Jurnal Keperawatan Malang*, 7(2), 76–93. <https://jurnal.stikespantiwaluya.ac.id/index.php/JPW>
- Fadillah, F., Lisiswanti, R., Rudiyanto, W., Studi Pendidikan Dokter, P., Kedokteran, F., Lampung, U., Pendidikan Kedokteran, B., Histologi, B., & Lampung, U. (2024). Insomnia Pada Mahasiswa Kedokteran: Sebuah Tinjauan Pustaka Insomnia pada Mahasiswa Kedokteran: Sebuah Tinjauan Pustaka. *Medical Profession Journal of Lampung*, 14(September), 1819–1822. <https://doi.org/10.53089/medula.v14i9.1416>
- Fitri, T., Malau, B., Silitonga, S., & Hutagalung, S. A. (2023). Penyuluhan terhadap lansia: Mengenali karakteristik para lansia. *ELETTRA : Jurnal Pendidikan Penyuluhan Agama Kristen Negeri Truntung*, 1(1), 47–56. <https://elettra.iakntarutung.ac.id>
- Fitriana, N., Wardani, S., Hananto, S., & Nugroho, P. (2022). Terapi SEFT (Spiritual Emosional Freedom Technique) pada remaja dalam upaya peningkatan kualitas tidur pada kasus insomnia. *Borobudur Nursing Review*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.31603/bnur.5443>
- Fitriani, M. O., Dewi, S. R., & Elmaghfuroh, D. R. (2024). Hubungan Kejadian Insomnia Dengan Fungsi Kognitif Pada Lansia Di Uptd. Pelayanan Sosial Tresna Werdha (Pstw) Jember. *Jurnal Penelitian Ilmiah Multidisiplin*, 8(7), 2118–2451.
- Hasibuan, R. K., & Hasna, J. A. (2021). Gambaran Kualitas Tidur pada Lansia dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya di Kecamatan Kayangan, Kabupaten Lombok Utara, Nusa Tenggara Barat. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 17(2), 187. <https://doi.org/10.24853/jkk.17.2.187-195>
- Kamagi, R. H., & Sahar, J. (2021). *TERAPI MUSIK PADA GANGGUAN TIDUR INSOMNIA*. 3, 6.
- Laksono, E. B., Dwiannur, F. R., & Ningtiyas, N. W. R. (2025). PERAN AROMATERAPI LAVENDER DALAM MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA. *Jurnal Abdi Masyarakat Cendekia*, 3(1), 1–4.
- Maryanti, S., Silawati, V., & Suciawati, A. (2024). *The Effect of Providing*

- Lavender Aromatherapy on The Quality of Sleep in The Elderly in Gunamekar Village , Bungbulang District Garut District 2023.* 4(2), 34–42.
- Nada, D. E., Rohmah, M., Maulidia Septimar, Z., & Madani, U. Y. (2022). The Effect of Music Therapy on Sleep Quality In Elderly With Insomnia Year 2021. *Nusantara Hasana Journal*, 2(7), 43–46.
- Nanda, B. sekar. (2021). Pengaruh Terapi Musik Terhadap Kualitas Tidur pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 2(2), 827–832.
- Ndruru, H., Tinnur, R., Eirene Kristiani Waruwu, P. A. A., Doloksaribu, A. M., & Nababan, T. (2021). *PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP PENURUNAN INSOMNIA PADA LANSIA.* 10, 36–42.
- Ndruru, H., Tinnur, R., Waruwu, E. K., Angriani, P. A., Doloksaribu, A. M., & Nababan, T. (2021). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Insomnia Pada Lansia. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 10(1), 36–42.
- Nindy Elliana Benly, Rosminah Mansyarif, Wa Ode Siti Asma, Sartina, S., Wa Ode Sitti Fidia Husuni, Andi Sri Hastuti, Nuraisyah Bahar, Ayu Anggraini, & Sutriawati, S. (2022). Pelayanan Pemeriksaan Kesehatan Gratis Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Batalaiworu. *J-ABDI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(12), 3495–3502. <https://doi.org/10.53625/jabdi.v1i12.3449>
- Noviri, L. E., & Yuniati, Y. (2024). *Aromaterapi Sebagai Intervensi Non-Farmakologis Untuk Insomnia Pada Lansia : Studi di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia.* 2020.
- Paramadiva, I. G. Y., Suadnyana, I. A. A., & Mayun, I. G. N. (2022). HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN FUNGSI KOGNITIF PADA THE RELATIONSHIP BETWEEN QUALITY OF SLEEP WITH COGNITIVE FUNCTION IN THE ELDERLY GROUP OF DHARMA SENTANA IN BATUBULAN Universitas Bali Internasional Email korespondensi penulis : divayoga145@gmail. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang*, 17(1), 30–36.
- PPNI, T. pokja S. D. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia. In *Cetakan II.* DPP PPNI.
- Rachmadina, A., Sufikana Zahra, I., Ritonga, R., Pratama, N. A., & Nayla, Y. (2025). Hubungan antara pola tidur dan risiko penyakit kronis pada lansia. *Jurnal Inovasi Kesehatan Global*, 2(2), 87–94.
- Ratri, B. A., Khusnul, Z., Sumirat, W., & Tidur, G. P. (2022). *Gangguan pola tidur pada lansia hipertensi.* 4(2), 61–66.
- Shadrina, N. N., Rahayu, A., Fadila, N., Nurhayati, E., Firmansyah, M., & Balqis, M. (2024). *Pengaruh Aroma Terapi Lavender Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia : Litearture Review.* 2(November), 11–16.
- Sudrajat, A., Fedryansyah, M., & Darwis, R. S. (2023). Faktor Resiliensi Pada

- Janda Lansia. *Share : Social Work Journal*, 13(1), 111.
<https://doi.org/10.24198/share.v13i1.41651>
- Sutardi, M. A. G. (2021). Tata Laksana Insomnia. *Jurnal Medika Utama*, 03(01), 1703–1708. <http://jurnalmedikahutama.com>
- Ulum, P. L., Cahyaningrum, E. D., & Murniati. (2022). GAMBARAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DI IRYOUHOJIN NANRENKAI KATSUREN BYOUIN JEPANG. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 3(7), 7161–7172.
- Watson, N. F., Benca, R. M., Krystal, A. D., McCall, W. V., & Neubauer, D. N. (2023). Alliance for Sleep Clinical Practice Guideline on Switching or Deprescribing Hypnotic Medications for Insomnia. *Journal of Clinical Medicine*, 12(7). <https://doi.org/10.3390/jcm12072493>
- Wulandari, A., Agustine Rahadian, F., Hera Ardila, N., Alawiyah, T., Wahyuni Zulfa, Z., & Pendidikan Indonesia, U. (2024). Pengaruh Parfum Aroma Lavender (*Lavandula Angustifolia*) Sebagai Media Relaksasi Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(1), 1564–1574.
<http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/22614>
- Xu, K., Wang, S., Ji, Q., Ni, Y., & Liu, T. (2024). Effects of aromatherapy on sleep quality in older adults. *Medicine*, 49(December 2023), 1–7.
- Yohanes, S., Wilson, & Muhammad, I. K. (2020). Perbedaan Kejadian Insomnia pada mahasiswa Tingkat Pertama dan Akhir Program Studi Pendidikan Dokter FK UNTAN. *Jurnal Cerebellum*, 4(1), 1016–1023.
- Yuly Abdi Zainurridha, Nurcholisa Aulia Sakinah, A. A. A. (2021). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Kognitif Lansia Yuly Abdi Zainurridha*. 12, 287–289.