

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, H. P., & Yektingtyastuti. (2024). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Sereh, Jasmine dan Jahe Terhadap Insomnia Pada Lansia di Posbindu Desa Gunungjaya Kecamatan Belik Kabupaten Pematang. *Journal of TSCSS1Kep*, 9(2), 44–53.
- Alfianto, Y., Sapitri, A., Safira, T. B., Aisyah, N. S., & Ariyanti, S. (2026). *Literatur Review : Analisis Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur pada Lansia peran penting dalam meningkatkan kualitas tidur lansia . Dukungan emosional dan sosial yang*. 4(November 2025).
- Amanah, B. M., Puspitasari, D. I., Suprayitno, E., Yasin, Z., & Permatasari, D. (2022). Aromaterapi Lavender Menurunkan Keluhan Insomnia Pada Lansia. *Wiraraja Medika : Jurnal Kesehatan*, 12(1), 6–9. <https://doi.org/10.24929/fik.v12i1.1963>
- Assari, N. P. Y., Sutema, I. A. M. P., & Aman, I. G. M. (2022). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Jasmine (Jasminum sambac L.) Terhadap Penurunan Derajat Insomnia Pada Lansia Di Banjar Gede Kelurahan Sempidi. *Jurnal Ilmiah Manuntung*, 8(1), 113–119. <https://doi.org/10.51352/jim.v8i1.505>
- BPS Jatim. (2024). Profil Penduduk Lanjut Usia Provinsi Jawa Timur 2023. In *BPS Jawa Timur 2023* (Vol. 14, Issue 1). http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciu-rbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI
- Dewi, S. R., Suryaningsih, Y., & Muthoharoh, N. I. (2024). Hubungan Depresi Dengan Insomnia Pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember. *Ilmu Kesehatan*, 8, 420–427.
- Du, M., Liu, M., Wang, Y., Qin, C., & Liu, J. (2024). Global burden of sleep disturbances among older adults and the disparities by geographical regions and pandemic periods. *SSM - Population Health*, 25(October 2023), 101588. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2023.101588>
- Faridah, F., & Indrawati, I. (2021). Pemenuhan Kebutuhan Istirahat dan Tidur pada Lansia dengan Terapi Dzikir Di PSTW Tresna Werda Budi Luhur Jambi. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 3(1), 57. <https://doi.org/10.36565/jak.v3i1.151>
- Fathia Fakhri Inayati Said, Elvi Oktavia, & Diah Astuti. (2022). Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Pada Ibu Pasca Sectio Caesarea: Literatur Review. *Jurnal Kesehatan Panrita Husada*, 7(2), 172–180. <https://doi.org/10.37362/jkph.v7i2.795>
- Fauziah Fauziah, Yadi Putra, & Busratul Muazinah. (2023). Hubungan Kejadian Premenstrual Syndrome (PMS) Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Putri Di SMPN 3 Unggul Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar. *Jurnal Anestesi*, 1(2), 200–222. <https://doi.org/10.59680/anestesi.v1i2.578>
- Fitriani, M. O., Dewi, S. R., & Elmagfuroh, D. R. (2024). Proposal hubungan kejadian insomnia dengan fungsi kognitif pada lansia di uptd. pelayanan sosial tresna werdha (pstw) jember. *Penelitian Ilmiah Multidisiplin*, 8(7), 700–721.
- Harahap, N. I., Rahmi, S., & Tarigan, P. (2021). Penyuluhan Tentang Manfaat

- Batan Serai (*Cymbopogon Citratus*) Bagi Pasien Insomnia di Rumah Sakit Sembiring. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau*, 2(1), 24–26. <https://doi.org/10.36656/jpmph.v2i1.595>
- Harsismanto, Andri, J., & Payana, T. D. (2020). Kualitas Tidur Berhubungan dengan Perubahan Tekanan Darah pada Lansia. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 2(1), 102–114.
- Hartiningsih, S. N., Amir, S. R., Andri, S., & Isnaeni, Y. (2023). Terapi Jasmine Berpengaruh Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia. *British Medical Journal*, 5(5474), 1159–1166.
- Hasifah, H. (2024). Pelatihan Perawatan Mandiri dan Pencegahan Penyakit Degeneratif pada Lansia di Desa Taraweang. *JICS : Journal Of International Community Service*, 3(01), 49–56. <https://doi.org/10.62668/jics.v3i01.1158>
- Herlina, S., & Murtando, J. G. (2025). Hubungan antara konsumsi minuman berkafein dengan pola tidur pada mahasiswa keperawatan. 5(2), 52–56. <https://doi.org/10.56922/msc.v5i2.2135>
- Idhayanti, R. I., Pujiastuti, W., & Tridamailia, H. (2022). Ekstrak Pandan Dan Sereh Mampu Meningkatkan Kuantitas Tidur Anak Prasekolah. *Bhamada: Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan (E-Journal)*, 13(2), 22–33. <https://doi.org/10.36308/jik.v13i2.429>
- Junita, E., Virgo, G., & Putri, A. D. (2020). Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Lavender Terhadap Insomnia Pada Lansia Di Desa Koto Tuo Wilayah Kerja Puskesmas 2 Xiii Koto Kampar. *Jurnal Ners*, 4(2), 116–121. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/1128/908>
- Kristanto, B., Diyono, & Hartono, M. (2022). Efektifitas Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Terhadap Penurunan Kejadian Insomnia Pada Lansia. *KOSALA : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 10(2), 117–127. <https://doi.org/10.37831/kjik.v10i2.242>
- Luron, N. G., Soelisyoningsih, D., Arum, I., & Satiti, D. (2025). Hubungan aktivitas fisik dengan kualitas tidur pada lansia hipertensi wilayah kerja puskesmas ardimulyo kabupaten malang. 6(1), 1186–1194.
- Manoppo, M. W., Pitoy, F. F., & Abigael, T. (2023). Kualitas Tidur pada Mahasiswa Profesi Ners Universitas Klabat. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 3(7), 2098–2107. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i7.10717>
- Mbaloto, F. R., Susanto, D., & Gustini, G. (2023). Terapi Aktivitas Okupasi Untuk Meningkatkan Produktivitas Lansia. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 155–159. <https://doi.org/10.25008/altifani.v3i1.348>
- Millati, I. S., Safitri, R., & Purwati, A. (2022). Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Sereh (Lemongras) Terhadap Kualitas Tidur Pada Ibu Menopause Usia ≥ 50 Tahun. *Midwifery Journal*, 4(1), 1–9.
- Noviani, N. W., & Praminingrum, I. G. A. R. (2022). Penyuluhan Manfaat Aromaterapi Lavender dalam Persiapan Persalinan bagi Ibu Hamil di Desa Padangsambian Kaja Denpasar Barat Bali. *Jurnal Pengabdian UNDIKMA*, 3(1), 95. <https://doi.org/10.33394/jpu.v3i1.4965>
- Nurjamilah, S. L., Santi, A., Ginting, B., & Hanifa, F. (2024). Efektivitas Massage Kaki Dan Aromaterapi Sereh Terhadap Penurunan Insomnia Pada Lansia Di

- Pustu Desa Sukawangi Kabupaten Garut Tahun 2024. *Journal Of Social Sciense Research*, 4, 5558–5518.
- Pratiwi, Y. P., Kusumaningsih, I., & M, P. W. . (2022). Efektivitas Penerapan Psikoedukasi Pada Salah Satu Anggota Keluarga Yang Merawat Lansia Dengan Penurunan Fungsi Kognitif Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan di Masa Pandemi Covid-19 Desa Tambak Asri Kabupaten Malang. *Jurnal Keperawatan Malang*, 7(1), 68–79.
- Pritayanti, A., Ristanto, R., & Laksono, B. B. (2026). PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI SEREH TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI. *Jurnal Penelitian Keperawatan Kontemporer*, 6, 1–11.
- Purnama, Y., & Hikmah, N. (2024). Hubungan Pola Tidur Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 24-60 Bulan Dikelurahan Kendo Wilayah Kerja Puskesmas Penanae Kota Bima Tahun 2024. *The Journal of Public Health Midwifery*, 10(2), 2407–4349.
- Rahmani, J., Setiawan, & Rosidin, U. (2020). Gambaran Kualitas Tidur Lansia di Satuan Pelayanan Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia Kabupaten Garut. *Jurnal Keperawatan BSI*, VIII(1), 143–153. <https://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/250/233>
- Rande, L. P., Page, M. T., Damayanti, R., & Masniati. (2025). *Efektivitas Sleep hygiene Sebagai Strategi Non-Farmakologis untuk Meningkatkan Kualitas Tidur pada Lansia dengan Hipertensi*. 8(5), 1075–1082.
- Raudhoh, S., & Pramudiani, D. (2021). Lanisa Asik, Lansia Aktif, Lansia Produktif. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat FKIK UNJA*, 4(1), 126–130. <https://doi.org/10.22437/medicaldedication.v4i1.13458>
- Riamah, R. R. (2022). Literatur Review: Pengaruh Aromaterapi Serai Terhadap Tingkat Kecemasan Lansia Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Abdurrah*, 5(2), 48–61. <https://doi.org/10.36341/jka.v5i2.2175>
- Riyana, A., & Nurhidayat, I. (2022). Pengetahuan Tentang Istirahat Tidur Pada Santri Di Pesantren Al-Munawwar Jarnauziyyah Mangkubumi Kota Tasikmalaya. *Journal of Midwifery Information*, 3(1), 311–319. <https://jurnal.ibikotatasikmalaya.or.id/index.php/jomi/article/view/48>
- Safinatunnajah, S., Subekti, I., & Pudjiastuti, N. (2024). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Sereh Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Terapan*, 10(2), 1–23.
- Safitri, D., & Suntara, D. A. (2021). Implementasi Asuhan Keperawatan Pada Ny. S Dengan Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Kualitas Tidur Lansia. *Initium Medica Journal*, 1(1), 1–6.
- Simanjuntak, D. R., & Satyavati, I. G. A. D. (2023). Hubungan Kualitas Tidur dengan Fungsi Kognitif Lansia Di Panti Sosial. *Pro-Life*, 10(2), 864–874. <https://doi.org/10.33541/pro-life.v10i2.5045>
- Sudin, M. S., Kartini, & Haris, H. (2023). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Pratiwi Kota Makasar. *Jurnal Promotif Preventif*, 6(1), 37–47. <http://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP>
- Susanti, D., Haryani, S., Oktovina, M. N., Utami, M., Priono, F. A., Aulia, G., Ismaya, N. A., Dewi, B. S., Uz, L. M., K, S. D., & S, B. M. (2025). EDUKASI PEMANFAATAN EKSTRAK DAUN SERAI BERUPA

AROMATERAPI SABUN SEBAGAI PENUNJANG RELAKSASI INSOMNIA. *Jurnal Abadi Masyarakat*, 6(2), 290–298.

- Sutiyo, T. A. W., Yuliadarwati, N. M., & Mufakhiroh, M. (2024). Pemeriksaan Fisioterapi Kualitas Tidur pada Lansia dengan Pittsburgh Sleep Quality Index di Griya Lansia Husnul Khotimah Wajak. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, 4(2), 449–454. <https://doi.org/10.54082/jamsi.1121>
- Tumiarti, & Hidayah, N. (2023). Hubungan Pola Tidur Dengan Perkembangan Emosi Anak Usia 7 Sampai 12 Tahun Di TFK Ainul Mardhiyyah. *Iktifak 51 Journal of Child and Gender Studies*, 1(1), 51–62.
- Ulum, P. L., Cahyaningrum, E. D., & Murniati. (2022). Gambaran Kualiatas Tidur Pada Lansia di Iryouhojin Nanrenkai Katsuren Byouin Jepang. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 3(7), 7161–7172.
- Untari, S., Avitasari, S., & Kodiyah, N. (2025). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Pasca Salin dengan Fokus Intervensi Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Laserasi Perineum. *TSJKKeb_Jurnal*, 10(1), 1–5.
- World Health Organization. (2020). Decade of Healthy Ageing Decade of Healthy Ageing Functional Ability Intrinsic Capacity. In *World Health Organization* (Vol. 20, Issue February). <https://www.who.int/publications/i/item/9789240017900>
- Xu, K., Wang, S., Ji, Q., Ni, Y., & Liu, T. (2024). Effects of aromatherapy on sleep quality in older adults: A meta-analysis. *Medicine (United States)*, 103(49), e40688. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000040688>

