

## DAFTAR PUSTAKA

- Abbasi Fakhravari,A.,et a.2018. The effect Of Foot Reflexology Massage On The Sleep Quality Of Elderly Women With Restless Leg Syndrome.*JCCNC*,4(2).pp.96-103
- Adiyati, S. (2010). *Pengaruh Aromaterap Terhadap Insomnia Pada Lansia di PSTW Unit Budi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta*. Jurnal Kebidanan. Vol. II. No. 02.
- Atmaja, Hadi Kusuma., Dian Fithriana. (2017). Perbandingan Efektifitas Aktivitas Fisik Senam Yoga Dengan Pemberian Masase Aroma Terapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pelayanan Lansia. *Jurnal Kesehatan Prima*. Vo.11.No.2
- Atoilah, Kusnadi. (2014). *Askep pada klien dengan gangguan kebutuhan dasar manusia*. Garut: In Media
- Asmadi. (2008). *Teknik Prosedural Keperawatan : Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Jakarta : Salemba Medika
- Azizah. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Edisi 1. Yogyakarta: Graham Ilmu
- Aziz, M. T. (2014). *Pengaruh Terapi Pijat (Massage) Terhadap Tingkat Insomnia Pada Lansia di Unit Rehabilitasi Sosial Pucang Gading Semarang*.
- AASM (American Academy of Sleep Medicine). (2008). Insomnia. [www.aasmnet.org/resources](http://www.aasmnet.org/resources).
- Badan Pusat Statistik. (2015). *Statistik Penduduk Lanjut Usia*. Diakses dari [http://www.bps.go.id/website/pdf\\_publicasi/Statistik-Penduduk-Lanjut-Usia-2014.pdf](http://www.bps.go.id/website/pdf_publicasi/Statistik-Penduduk-Lanjut-Usia-2014.pdf). Pada tanggal 8 Agustus 2020
- Buckle, J. 2015. *Clinical Aromatherapy, Essential Oil in Healthcare, Third Edition*. USA : Elsevier Inc.
- Chien L-W, Cheng SL, Liu CF. The effect of lavender aromatherapy on autonomic nervous system in midlife women with insomnia. *Evidence-based Complementary and Alternative Medicine : eCAM*. 2012;2012:74
- Darmojo, B. (2011). *Geriatric (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut)*. Edisi 4. Jakarta : Balai Penerbit FKUI

- Departemen Kesehatan RI 2011. *Pedoman Pembinaan Kesehatan Lanjut Usia bagi Petugas Kesehatan*. Jakarta
- Departemen Kesehatan RI. (2013). *Pedoman pengelolaan : kegiatan kesehatan di keluarga usia lanjut. Edisi kedua*. Jakarta
- Departemen Kesehatan RI. (2014). *Pedoman pengelolaan : kegiatan kesehatan di keluarga usia lanjut. Edisi kedua*. Jakarta
- Darmojo R.B. 2006. Buku Ajar Geriatri. Edisi ke-3, Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. Jakarta.
- Desni, Fitriana., Wibowo, Trisno Agung., Rosyidah. 2011. Hubungan Pengetahuan, Sikap, Perilaku Kepala Keluarga dengan Pengambilan Keputusan Pengobatan Tradisional di Desa Rambah Tengah Hilir Kecamatan Rambah Kabupaten Rokan Hulu, Riau. *Jurnal KESMAS UAD*. ISSN : 1978 – 0575.
- Ebersole, Priscilia, Petricia hess & Theris Touhy. (2010) *Gerontological Nursing Healthy aging. Second Edition*. St. Louis, Missouri: Elsevier Mosby
- Endang Nurgiwati. 2015. *Terapi Alternatif dan Komplementer dalam Bidang Keperawatan*. Bogor : IN MEDIA.
- Firdaus.(2011). *Terapi pijat untuk kesehatan kecerdasan otak dan kekuatan daya ingat*. Buku biru: Yogyakarta.
- Forough R, Farzaneh A, Hamid H, Ali G. *The effect of aromatherapy massage with lavender and chamomile oil on anxiety and sleep quality of patients with burn*.2019:1-8
- Friedman, M. M. 2010. *Keperawatan Keluarga Teori dan Praktik* (Alih Bahasa: Debora R. L & Asy)
- Ghaddafi , M. 2010. Tatalaksana Insomnia dengan Farmakologi atau Non Farmakologi. *E-Jurnal Medika Udayana*, 4: 1–17.
- Hardani, Paramudita Tri., Yossie, Susanti E. (2016). Relaksasi Otot Progresif Dalam Mengatasi Insomnia Ada Lansia Dipanti Tresna Werdha. *Jurnal Keperawatan*
- Hidayat. A. 2014. *Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta : Salemba Medika
- Horsley, K.J., Codie, R.R., Sheila, N.G., Charles, S., Sandeep, G.A., James, A.S., Ross, A., & Tavis, S.C. (2016). *Insomnia Symptoms and Heart Rate Recovery Among Patiens in Cardiac Rehabilitation*. *Journal of*

*Behavioral Medicine*, 39, 642-651. Diakses pada tanggal 15 Agustus 2020.

Ilmi, Miftahul Nur., Rina, S., Hartono. (2019). Analisis Asuhan Keperawatan Gerontik Dengan Masalah Keperawatan Utama Gangguan Pola Tidur Dengan Senam Yoga Di Desa Sidoharum Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen. *Jurnal keperawatan*

Jacinta F. Rini. (2011). *Psikologi Masalah Stres*, Jurnal Repository Universitas Sumatera Utara.

Keshavarz Afshar M, Behboodi Moghadam Z, Taghizadeh Z, Bekhradi R, Montazeri A, Mokhtari P. Lavender fragrance essential oil and the quality of sleep in postpartum women. *Iranian Red Crescent Medical Journal*. 2015;17(4):e25880

Keliat, B.A, dkk. 2011. Keperawatan Kesehatan Jiwa Komunitas: CMHN (Basic Course). Jakarta: EGC.

Kemendes RI. (2015). *Situasi Dan Analisa Lanjut Usia*. Jakarta : EGC  
Kemendes RI. 2017. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan

Kozier, Erb, Berman, Snyder. (2009). *Buku Ajar Fundamental keperawatan Konsep, proses & Praktek*. Edisi 5. Alih bahasa : Eny,M., Esti, W., Devi, Y. Jakarta:EGC.

Mauk, K.L. (2010). *Gerontological Nursing Competencies for Care*. Sudbury : Janes and Barlet Publisher.

Maulana, Heri, d.j, Promosi Kesehatan (Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC, 2009).

Maryam, R. S, dkk. 2008. *Mengenal usia lanjut dan perawatannya*. Jakarta : Salemba Medika.

Maulana. F,H. 2016, Pengaruh Masase Ekstremitas Bawah Dengan Minyak Esensial Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Uptd Griya Wredha. *Skripsi*. Fakultas Keperawatan. Surabaya

Miller, C.A. (2012). *Nursing For Wellness In Older Adults*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.

Munir, B. (2015). *Neurologi Dasar*. Jakarta : Sagung Seto.

- Maryam, R. Siti, dkk. 2008. *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta : PT. Medika
- Murti, Nugroho Wisnu (2017). *Efek Circulo Massage Terhadap Gangguan Tidur Pada Lansia Wanita Di Posyandu Lansia Cebongan Ngestiharjo Kasihan Bantul*. Skripsi.Yogyakarta :UNY
- National Sleep Foundation. 2012. *National Sleep Foundation Diary*, <http://sleep.buffalo.edu/sleepdiary.pdf>, diakses pada tanggal 15 Agustus 2020 jam 22.00 WIB
- Nayoung C. The Effects of Hand Massage Using Aroma Essential Oil and Music Therapy on Anxiety and Sleeping for Elderly Women in the Sanatorium. Vol 7, No.% (2015).pp.151-158
- Nesa C, Masoud M, Mansour M, Alireza K. Comparing the effects of massage and aromatherapy massage with lavender oil on sleep quality of cardiac patients: A randomized controlled trial. 2019: 253-258
- Nugroho, W. (2010). *Keperawatan Gerontik dan Geriatrik*. Jakarta : EGC.
- Notoatmodjo, S (2007). *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Pamungkas, R. (2010). *Dahsyatnya Jari Refleksi*. Yogyakarta: Pinang Merah.
- Padila.(2013). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Priyonoadi, Bambang. 2008. *Sport Massage*. Yogyakarta : Fakultas Ilmu Keolahragaan.
- Price Shirley, Price Len. 1997. *Aromaterapi bagi projesi kesehatan*. Jakarta: EGC
- Potter & Perry, (2010). *Fundamental Keperawatan*. Buku Satu. Edisi Ketuju, Jakarta: Salemba Medika
- Potter & Perry. 2009. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses dan Praktik Volume I*. Jakarta : EGC
- Sayekti, Nilam. P., & Hendrati, Lucia. Y. (2015). Analisis Resiko Depresi, Tingkat Sleep Hygiene dan Penyakit Kronis dengan Kejadian Insomnia Pada Lansia. *Jurnal Berkala Epidemiologi* , Volume 3, Nomer 2, Halaman 181-193.
- Sedyawan, P. A. (2011). *Resep Rahasia Kehidupan Luar Biasa*. Jakarta: Raih Asa Sukses



- Stuart, Gail W. 2014. *Keperawatan Jiwa Edisi 5*. Jakarta: EGC
- Stanhope, M., & Lancaster, J. (s2016). *Public health nursing population centered health care in the community (9th Ed)*. Missouri : Elsevier
- Setyawan, Riko. (2017). *Pengaruh Terapi Massage Punggung Dan Senam Lansia Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia*. Skripsi. Universitas Aisyiyah Yogyakarta
- Suardi, D. (2011). *Peran dan dampak terapi komplementer/alternatife*. Pusat Perhimpunan Onkologi Indonesia.
- Stuart,G.W.,Sundden, S. J. (2014). *Buku Saku Keperawatan Jiwa (5th ed.)*. jakarta: EGC.
- Sumitra, Laraswati. (2014). *Faktor Yang Menyebabkan Gangguan Tidur (Iinsomnia) Pada Lansia*
- Sulidah., Yamin, A., & Susanti, R. D. (2016). *Pengaruh Latihan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kualitas Tidur Lansia*.Vol.4 No.1
- Setiawan G. Dkk. 2013. *Pengaruh Senam Bugar Lanjut Usia (Lansia) terhadap Kualitas Hidup Penderita Hipertensi*. Manado: Fakultas Kedokteran, Universitas Sam Ratulangi.
- Thristyaningsih, Sri dkk. 2011. *Senam Bugar Lansia Berpengaruh Terhadap Daya Tahan Jantung Paru, Status Gizi, dan Tekanan Darah*. Jurnal Gizi Klinik Indonesia.
- Triyanto E. 2014. *Pelayanan Keperawatan bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Yogyakarta. Graha Ilmu.
- Vara, SP. 2018. *Pengaruh Foot Massage Dengan Minyak Essensial Levender Terhadap Insomnia Pada Lansia Di Desa Rambeanak Tahun 2018*.Fakultas Ilmu Kesehatan.Magelang
- World Health Orgnisations. (2015). *Interesting Facts About Ageing*. Di Akses Dari [Http://Www.Who.Int/Ageing/About/Facts/En/](http://Www.Who.Int/Ageing/About/Facts/En/). Pada 15 Agustus 2020.