

DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, L.M. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Ernawati, Syaury. A, Haisah.S. (2017). *Gambaran Kualitas Tidur dan Gangguan Tidur Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Jambi*.(Diakses tanggal 23 April 2020).<https://repository.unja.ac.id/2381/>
- Fatimah. (2010). *Merawat Manusia Lanjut Usia*. CV. Jakarta: Trans Info Media
- Heny, LP., Sutresna, I. N., & Wira, P. (2013). *Pengaruh masase punggung terhadap kualitas tidur lansia dengan insomnia di panti sosial tresna werdha wana seraya Denpasar*.Diakses pada tanggal 23 April 2020 dari <http://www.triatmamapindo.ac.id/ojsstikes/index.php/JDK2/article/view9/19>.
- Hanifa, A. (2016). *Hubungan Kualitas Tidur dan Fungsi Kognitif pada Lanjut Usia di Panti Sosial Marguna Jakarta Selatan*.(Diakses pada tanggal 15 Juli 2020).<http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/30618/1/AZMI%20HANIFA-FKIK.pdf>.
- Hanun, M. 2019. *Mengenal Sebab-Sebab, Akibat dan Cara Terapi Insomnia*. Yogyakarta: FlashBook.
- Hidayat, A.A. (2010). *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta: Selamba Medika.
- Iqbal, M.D. (2017). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Perantau di Yogyakarta. (Diakses tanggal 08 Juli 2020).<http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/pjkr/article/view/8711>
- Indrawati, N. (2012). *Perbandingan Kualitas Tidur Mahasiswa yang Mengikuti UKM dan Tidak Mengikuti UKM pada Mahasiswa Reguler FIK UI*.Skripsi, tidak diterbitkan, Universitas Indonesia, Jakarta.
- Jelani.(2009). *Aromaterapi*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.
- Kemenkes RI. (2017).*Situasi Lanjut Uisa (Lansia) di Indonesia*. (diakses pada tanggal 12 Maret 2020). <https://www.Kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin%20lansia%202017.pdf>.
- Murtaqib, dkk.(2018). *Pengaruh Relaksasi Aromaterapi Jasmine terhadap Kualitas Tidur pada Lansia di Karang Werdha*.(Diakses tanggal 12 Maret 2020).<https://jurnal.unej.ac.id/index.php/JPK/article/view/11745>.

- Nursalam. (2016). *Konsep Penerapan Metode Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Padila.(2018). *Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Sunito, dkk.(2010). *Aroma alam untuk kehidupan*. Jakarta : PT Raketindo Primamedia mandiri
- Sugiono.(2011). *Metode Penelitian*. Jakarta: EGC
- Setiadi.(2010). *Konsep dan Penulisan riset Keperawatan*. Yogyakarta: Graha ilmu
- Sudjana, Nana. (2009). *Penilaian Hasil Proses Belajar mengajar*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.