

## DAFTAR PUSTAKA

- Aldin, M., Ida, R. N., & Aya, Y. M. (2023). Hubungan Kualitas Tidur dengan Atensi yang Diukur dengan Trail Making Test pada Peserta Didik Fakultas Kedokteran The Correlation Between Sleep Quality and Attention as Measured by Trail-Making Tests in Medical Faculty Students. *Junior Medical Journal*, 2(3), 325–337.
- Chen, J. *et al.* (2023). Hypertension, sleep quality, depression, and cognitive function in elderly: A cross-sectional study. *Frontiers in Aging Neuroscience*, 15. <https://doi.org/10.3389/fnagi.2023.1051298>.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Kediri. (2024) *Profil Kesehatan Kabupaten Kediri Tahun 2022, 2023, dan 2024*. Retrieved from <https://s.id/Dinkes-Kab-Kediri>.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Kediri. (2025) *Profil Kesehatan Kabupaten Kediri Tahun 2025*. Retrieved from <https://s.id/Dinkes-Kab-Kediri>.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. (2024) *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur*. Retrieved from [https://dinkes.jatimprov.go.id/userfile/dokumen/PROFIL KESEHATAN PROVINSI JAWA TIMUR TAHUN 2024.pdf](https://dinkes.jatimprov.go.id/userfile/dokumen/PROFIL%20KESEHATAN%20PROVINSI%20JAWA%20TIMUR%20TAHUN%202024.pdf).
- Fera, G. (2021, April 21). SOP Aromaterapi Untuk Terapi Komplementer. Retrieved from <https://www.scribd.com/document/503955714/Sop-Aromaterapi-Autosaved>
- Halomoan, M. S. (2025). Patofisiologi Hipertensi. Retrieved from <https://www.alomedika.com/penyakit/kardiologi/hipertensi/patofisiologi>
- Handayani, L. T. (2018). Kajian Etik Penelitian Dalam Bidang Kesehatan Dengan Melibatkan Manusia Sebagai Subjek. *The Indonesian Journal of Health Science*, 10(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.32528/the.v10i1.1454>.
- Hardiningsih, I. (2021). *Identifikasi Faktor Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Activities Of Daily Living (Adl)*. (Undergraduate thesis, Universitas Muhammadiyah Surabaya, 2021) Retrieved from <http://repository.um-surabaya.ac.id/id/eprint/5974>.
- Hartiningsih, S. N., Sri. R. A. A., Andri. S., & Yeni. I. (2023). Aromaterapi Jasmine berpengaruh Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5 No 3, 1159–1166. <https://doi.org/https://doi.org/10.37287/jppp.v5i3.1737>.

- Her, J., & Cho. M. K. (2021). Effect of aromatherapy on sleep quality of adults and elderly people: A systematic literature review and meta-analysis. *Complementary Therapies in Medicine*, 60, 102739. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2021.102739>.
- Izza, N., & Estriana, M. S. (2024). Analisis faktor risiko hipertensi anggota prolanis Puskesmas Gamping 2, 28 September 2024. (pp. 578–591). Yogyakarta, Indonesia: LPPM Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Lukitaningtyas, D., & Eko. A. C. (2023). Hipertensi Artikel Review. *Pengembangan Ilmu dan Praktik Kesehatan*, 2(2), 100–117. <https://doi.org/10.56586/pipk.v2i2.272>.
- Malahayati, E. (2018, Desember). Kuesioner Kualitas Tidur (Pittsburgh Sleep Quality Index/PSQI). Retrieved from <https://share.google/IqmKCt1pGd2EHuQhQ>
- Mander, B. A., Joseph, R. W., & Mattew, P. W. (2017). Sleep and Human Aging. *Neuron*, 94(1), 19-36. <https://doi.org/10.1016/j.neuron.2017.02.004>.
- Marianti. (2026, Maret 9). Gangguan Tidur. Retrieved from <https://www.alodokter.com/gangguan-tidur>
- Mash Moshem Indonesia. (2024, November 4). Wangi Sandalwood Seperti Apa? Dari Sejarah hingga Penggunaan Modern. Retrieved from <https://mashmoshem.co.id/wangi-sandalwood-seperti-apa/>
- Mawardi, E. A., Dessy, R. H., Atika, J., & Intan, S. (2024). Laporan Kasus : Penanganan Pada Klien Lanjut Usia Dengan Gangguan Pola Tidur Menggunakan Terapi Benson. *Indonesian Health Science Journal*, 3(2), 1–6. <https://doi.org/10.52298/ihsj.v3i2.38>.
- Manuntung, A. (2019). *Terapi Perilaku Kognitif Pada Pasien Hipertensi*. Malang, Indonesia: Wineka Media.
- Manurung, M. E. M. *et al.* (2023). *Ilmu Dasar Keperawatan Gerontik*. Ed. M. J. F. Sirait). Yayasan Kita Menulis.
- Muliyadi., Prahadian. P., & Faiza. Y. (2023). *Manajemen Hipertensi Pendekatan Transformasi Layanan Primer*. Sleman, Indonesia: Deepublish.
- Nashori, F., & Etik, D. W. (2017). *Psikologi Tidur: Dari Kualitas Tidur Hingga Insomnia*. Yogyakarta, Indonesia: Universitas Islam Indonesia.

- Nasikhah, U. (2019, Oktober 21). Alat Ukur Insomnia Severity Index (ISI) Skala Insomnia. Retrieved from <https://id.scribd.com/document/431304134/Skala-Ukur-Insomnia>
- Nofitasari., & Widia, S. I. (2025). Pengaruh Pemberian Aromatherapy Cendana Terhadap Kejadian Insomnia Pada Ibu Menopause Di Desa Sentulan Kecamatan Banyuwang Kabupaten Probolinggo. *TSC Keb\_Jurnal*, 10(2). 61–75.
- Novalia, K., Norma, R., & Dhian, I. P. (2022). Penerapan Hipnoterapi Insomnia untuk Meningkatkan Kualitas Tidur pada Lansia yang Mengalami Insomnia, 20 Desember 2022. (pp. 336–339). Kediri, Indonesia: Sinkesjar.
- Oktarina, A., & Mayang, S. A. (2024). Faktor Risiko Kejadian Hipertensi di Puskesmas Amplas Kota Medan. *Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan - Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*, 23(2), 62–70. <https://doi.org/10.30743/ibnusina.v23i2.584>.
- Pebrianda, W. (2025, Februari 19). Gangguan Pola Tidur: Pengertian, Gejala, dan 5 Cara Mengobatinya. Retrieved from <https://bencoolentimes.com/gangguan-pola-tidur-pengertian-gejala-dan-5-cara-mengobatinya/>
- Petrycka, M. H., & Agata, L. (2021). The Assessment of Quality of Products Called Sandalwood Oil Based on the Information Provided by Manufacturer of the Oil on Polish, German, and English Websites. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*. <https://doi.org/10.1155/2021/9934143>
- PPNI. (2017). *Gangguan Pola Tidur (SDKI D.0055)*. Edisi 1, Cetakan III (Revisi). Jakarta, Indonesia: Persatuan Perawat Nasional Indonesia/PPNI.
- Rabbani, A. (2021). Pengertian Lansia, Batasan, Ciri, dan Teori Penuaan. Retrieved from <https://www.sosial79.com/2021/01/pengertian-lansia-batasan-ciri-dan.html>
- Rafael, F., & Oliveira, S. (2025). Aromatherapy Today : A Science of Integration and Evidence Based Practice. *Brazilian Journal of Health Aromatherapy and Essential Oils*, 2–4. <https://doi.org/https://doi.org/10.62435/2965-7253.bjhae.2024.bjhae20>.

- Ratri, B. A, Zauhani. K & Widhi. S. (2022). Gangguan Pola Tidur Pada Lansia Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Pamenang*, 4(2), 61–66. <https://doi.org/10.53599/jip.v4i2.98>.
- Riskesdas. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Jakarta, Indonesia: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Saras, T. (2023). *Aromaterapi: Memanfaatkan Aroma untuk Kesehatan dan Kesejahteraan*. (Ed. Anita, W). Semarang, Indonesia: Tiram Media.
- Schwenk, T.L. (2003, Mei 30). New Hypertension Guidelines: JNC 7. Retrieved from <https://clinician.nejm.org/new-hypertension-guidelines-jnc-7-JW200305300000001>
- SKI. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI)*. Indonesia: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Suhaiba., Junaiti, S., Henny, P., & Widyatuti. (2025). Efektivitas Berbagai Metode Aromaterapi Dalam Meningkatkan Kualitas Tidur Pada Lansia: Systematic Review. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Kemenkes Ternate*, 18(1), 19–25. <https://doi.org/10.32763/bhdqte19>.
- Suhendra, D. P., Norma, R., & Dhian, I. P. (2025). Implementasi Terapi Slow Deep Breathing Dengan Musik Suara Alam Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Pada Remaja Yang Mengalami Insomnia Di SMK PGRI 3 Kediri (Studi Kasus). (Diploma thesis, Universitas Nusantara PGRI Kediri, 2025) Retrieved from <https://repository.unpkediri.ac.id/21532/>
- Sulistyowati, R. (2018). *Aromaterapi Mengurangi Nyeri*. Palangka Raya, Indonesia: Wineka Media.
- Tisserand, R., & Young, R. (2014). *Essential Oil Safety: A Guide for Health Care Professionals*. 2nd edn. Edinburgh: Churchill Livingstone, Elsevier.
- Uchmanowicz, I., Karolina, M., Bartosz, U., Aleksandra, K., & Joana, R. (2019). The relationship between sleep disturbances and quality of life in elderly patients with hypertension. *Clinical Interventions in Aging*, Volume 14, 155–165. <https://doi.org/10.2147/CIA.S188499>.
- UPT Laboratorium Herbal Materica Medica Batu. (2024, Oktober 28). Manfaat Aromaterapi Dalam Kehidupan Sehari-hari. Retrieved from <https://materiamedicabatu.jatimprov.go.id/public-information/articles/manfaat-aromaterapi-dalam-kehidupan-sehari-hari>

- Viridianti, F. (2020). Karya Tulis Ilmiah: Studi Kasus Asuhan Keperawatan Pada Klien Dengan Masalah Hipertensi Berhubungan Dengan Penurunan Curah Jantung di Ruang Krissan di RSUD Bangil Pasuruhan. (Diploma thesis, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang, 2020) Retrieved from <https://repository.itskesicme.ac.id/id/eprint/3770/7/KTI%20FENNY%20DONE.pdf>
- Wang, J., Yunwei, Z., Yiman, F., Yang, Y., & Hansheng, D. (2025). Association of Emotion, Sleep Quality With Hypertension and Complications in the Elderly Population. *Brain and Behavior*, 15(7), e70676. doi: 10.1002/brb3.70676
- WHO. (2023, September 25). Hypertension. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Widiyono., Indriyati., & Tika, B. A. (2022). *Aktivitas Fisik Untuk Mengatasi Hipertensi*. Kediri, Indonesia: Lembaga Chakra Brahmana Lentera.
- Widodo, B. B. (2021). *Pengaruh Aromaterapi Sandalwood (Santalum Album L.) Terhadap Kualitas Tidur Lansia*. (Undergraduate thesis, Universitas Kristen Maranatha, 2022) Retrieved from <https://repository.maranatha.edu/31051/>
- Widodo, W. et. al. (2025). *Buku Referensi Pencegahan Komplikasi Pada Pasien Hipertensi*. Jakarta, Indonesia: PT. Optimal Untuk Negeri.
- Yuti. (2025, Agustus 26). Data Lansia  $\geq 60$  Tahun Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Ngasem Kabupaten Kediri 2025. Retrieved from: <https://s.id/Dinkes-Kab-Kediri>.