

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, P. (2019) 'Pengaruh Rendam Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Insomnia Pada Lansia'.
- Aisyiyah, N. *Et Al.* (2024) 'Penyuluhan Persiapan Menghadapi Menopause', *Jurnal Pelayanan Dan Pengabdian Masyarakat (Pamas)*, 8(2), Pp. 160–169. Available At: <https://doi.org/10.52643/Pamas.V8i2.4204>.
- Amelia, D. *Et Al.* (2023) *Metode Penelitian Kuantitatif, Metpen*. Available At: <https://penerbitzaini.com/>.
- Ananda Muhamad Tri Utama (2022) 'Penyuluhan Dan Pelaksanaan Pemeriksaan Kesehatan Pada Wanita Menopause Di Desa Pangaribuan Kecamatan Angkola Muaratais', 9(1), Pp. 356–363.
- Anandhi, N.M.D.P. (2023) 'Foot Hydrotherapy Air Garam Efektif Dalam Peningkatan Kualitas Tidur Pada Lansia', *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 14, Pp. 719–723.
- Apriyeni, E. And Patricia, H. (2023) 'Aktivitas Fisik Pada Kualitas Tidur Pada Lansia Laki-Laki', *Indonesian Journal Of Health Development*, 5(2), Pp. 51–59. Available At: <https://doi.org/10.52021/Ijhd.V5i2.121>.
- Azahrah, F.R., Afrinaldi, R. And Fahrudin (2021) 'Keterlaksanaan Pembelajaran Bola Voli Secara Daring Pada Sma Kelas X Se- Kecamatan Majalaya', *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(4), Pp. 531–538. Available At: <https://doi.org/10.5281/Zenodo.5209565>.
- Azizah Al Ashri Nainar, Lilis Rayatin, N.I. (2020) 'Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Puskesmas Balaraja', 2.
- Azmi, L.N., Yuliadarwati, N.M. And Utami, K.P. (2021) 'Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Dan Massage Terhadap Kualitas Tidur Komunitas Lansia Di Kelurahan Tunjungsekar', *Physiotherapy Health Science (Physiohs)*, 2(2), Pp. 69–75. Available At: <https://doi.org/10.22219/Physiohs.V2i2.15196>.
- Badrurrifha Novianty, Uci Ciptiasrini, M.K.D. (2024) 'Efektivitas Pemberian Air Rendam Hangat Pada Kaki Dan Terapi Murotal Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Lansia Di Puskesmas Wanaraja Kabupaten Garut Tahun 2024', 4(6), Pp. 2020–2025.
- Bannepadang, C., Hadanyani, Y. And Usman, L. (2022) 'Pengaruh Terapi Rendam Air Hangat Pada Kaki Terhadap Penurunan Insomnia Pada Lansia Di Lembang Rante Uma Tahun 2022', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Promotif*, 7(1), Pp. 1–14.
- Bps Jawa Timur (2024) 'Statistik Kesehatan Provinsi Jawa Timur', 7.
- Bps Kota Surabaya (2024) 'Profil Kesehatan Surabaya'.
- Buyse Dj, Reynolds Cf, Monk Th, Berman Sr, K.D. (1989) 'Pittsburgh Sleep

Quality Index', Pp. 2–4.

- Cahyaningrum, P.F. And Prajayanti, E.D. (2023) 'Penerapan Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia Di Wilayah Cantel Kulon Sragen', *Jurnal Mahasiswa Ilmu Kesehatan*, 1(4), Pp. 54–68. Available At: <https://doi.org/10.59841/jumkes.v1i3.251>.
- Christiana, M. (2021) 'Pengaruh Kualitas Tidur Perawat Shift Malam Terhadap Kinerja Perawat Dalam Asuhan Keperawatan', Pp. 45–50.
- Damayanti, N. And Hadiati, T. (2019) 'Pengaruh Pemberian Aromaterapi Terhadap Tingkat Insomnia Lansia', *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 8(4), Pp. 1210–1216.
- Dera Nur Ns. Anisa Ain, M.Kep Ns. Sholichin, M.Kep Ns. Marina Kristi Layun Rining, M.K. (2022) *Modul Rendam Kaki Air Hangat*.
- Dharma, K.K. (2021) *Metodelogi Penelitian Keperawatan, Panduan Melaksanaan Dan Menerapkan Hasil Penelitian*. Revisi Tah. Jakarta: Trans Info Media.
- Dwi Hastuty, Y. And A.N.N. (2023) *Pengaruh Dan Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Saat Menstruasi*. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Ekaputri, M., Erda, R. And Syarli, S. (2021) 'Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia Diwilayah Kerja Puskesmas Batu Aji', *Indonesian Journal Of Healath And Medical*, 1(2), Pp. 358–364. Available At: <http://rcipublisher.org/ijohm/index.php/ijohm/article/view/37/43>.
- Fujiyati, R., Arif, A. And Anggraini, A. (2023) 'Hubungan Kecemasan Ibu Premenopause Di Puskesmas Talang Betutu Kota Palembang Tahun 2023', 4(September), Pp. 4153–4161.
- Gunarsa, S.D. And Wibowo, S. (2021) 'Hugunarsa, S. D., & Wibowo, S. (2021). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kebugaran Jasmani Siswa. Jurnal Pendidikan Jasmani, 09(01), 43–52. Bungan Kualitas Tidur Dengan Kebugaran Jasmani Siswa', *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 09(01), Pp. 43–52.
- Hardono S.Kep Ners M.Kep And M.Kes, E.O.S.K.N.M.K.A.S. (2022) *Monograf Manfaat Rendam Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Penurunan Insor Pada Lansia*.
- Harmayani, E., & Lestari, D. (2022) 'Gizi Klinik Dan Dietetik', *Penerbit Andi* [Preprint].
- Irine Eka Buana Dewi, H.P. (2022) 'Pengaruh Fasilitas Wisata, Promosi, Dan Harga Terhadap Minat Berkunjung Kembali Wisatawan (Studi Destinasi Wisata Taman Ghanjaran Trawas)', 2(4), Pp. 391–400.
- Khansa, S.D. Et Al. (2022) 'Pengaruh Sosial Media Tiktok Terhadap Gaya Hidup', 5(1), Pp. 133–141.
- Kristanto, B., Diyono And Hartono, M. (2022) 'Efektifitas Terapi Rendam Kaki

- Menggunakan Air Hangat Terhadap Penurunan Kejadian Insomnia Pada Lansia', *Kosala : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 10(2), Pp. 117–127. Available At: <https://doi.org/10.37831/Kjik.V10i2.242>.
- Made, N. Et Al. (2019) 'Reabilitas Kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (Psqi) Versi Bahasa Indonesia Dalam Mengukur Kualitas Tidur Lansia', *Jurnal Lingkungan & Pembangunan*, 3(2), Pp. 30–38.
- Maghfira, R. And Mada, U.G. (2019) 'Wilcoxon Test , Dependent Test And Independent Test', (June). Available At: <https://doi.org/10.13140/Rg.2.2.34721.07525>.
- Malarvizhi And Karthi (2019) 'A Study To Assess The Effectiveness Of Planned Activities On Quality Of Life Among Elderly Residing In Selected Old Age Home At Villupuram District, Tamilnadu', *International Journal Of Science And Research (Ijsr)*, 8(2), Pp. 1213–1216. Available At: <https://www.ijsr.net/archive/V8i2/Art20195373.pdf>.
- Manoppo, M.W., Pitoy, F.F. And Abigael, T. (2023) 'Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Profesi Ners Universitas Klabat', *Maheha : Malahayati Health Student Journal*, 3(7), Pp. 2098–2107. Available At: <https://doi.org/10.33024/Maheha.V3i7.10717>.
- Mcnamara, P. (2012) 'Pittsburgh Sleep Quality Index', *Carole Smyth*, 1–2(6), Pp. V2-507. Available At: https://doi.org/10.1007/978-94-007-0753-5_2173.
- Meilan, N. And Huda, N. (2022) 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Perempuan Dalam Menghadapi Masa Menopause', *Jurnal Fisioterapi Dan Kesehatan Indonesia*, 2(1), Pp. 78–82. Available At: <https://doi.org/10.59946/Jfki.2022.76>.
- Nainggolan, 2023 (2023) 'Perubahan Fisik Dan Tingkat Kecemasan Fisik Pada Wanita Perimenopause', *Stik Bina Husada Palembang*, 8, Pp. 109–120.
- Nurwiliani, L., Nency, A. And Dewi, M.K. (2024) 'Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Kualitas Tidur Pada Ibu', 4(3), Pp. 1211–1216.
- Ph.D. Ummul Aiman, S.P.D.K.A.S.H.M.A.Ciq.M.J.M.P. Et Al. (2022) *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Saipullah, S., Yusran, M. And Muzaffar, M. (2024) 'Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dengan Kecemasan Menghadapi Menopause', *Jurnal Promotif Preventif*, 7(1), Pp. 144–148. Available At: <https://doi.org/10.47650/Jpp.V7i1.1122>.
- Sari, D. And Leonard, D. (2021) 'Pengaruh Aroma Terapi Lavender', 3(1), Pp. 121–130.
- Septiana Prasasti, M.Y. (2024) 'Rendam, Pengaruh Dengan, Kaki Garam, Air Terhadap, Hangat Tidur, Kualitas Hipertensi, Pada Lansia', 7(4), Pp. 903–910.

- Sisy Rizkia, P. (2020) 'Jurnal Penelitian Perawat Profesional Pencegahan Tetanus', *British Medical Journal*, 2(5474), Pp. 1333–1336.
- Sri Waluyati Sandi, Fanni Hanifa, A.S. (2024) 'Pemberian Aromaterapi Lemon Dan Rendam Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Kualitas Tidur Pada Wanita Menopause Di Pmb Ny. S Kabupaten Garut', 24(7), Pp. 28–42.
- Sugiyono (2020) *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D*.
- Suhardjo, S. (2021) 'Ilmu Gizi Teori Dan Aplikasinya', *Penerbit Erlangga* [Preprint].
- Syahza, A. (2021) *Buku-Metapel-2021-Isbn-978-623-255-107-7*.
- Syaifuddin, M. (2020) 'Diberikan Rendaman Kaki Dengan Air Hangat Differences Of Elderly ' S Sleep Quality Before And After Their Foots Is Soaked In Warm Water', 1(2), Pp. 63–72.
- Wungouw, H. *Et Al.* (2018) 'Pengaruh Terapi Rendam Air Hangat Pada Kaki Terhadap Insomnia Pada Lansia', 6.
- Yulia Viskiy, Dkk (2022) 'Pengaruh Pemberian Pijat Punggung (Back Massage) Terhadap Kualitas Tidur Ibu Menopause', 11(September), Pp. 91–97.
- Yulizawati, Sst., M.K. And Marzatia Yulika, S.Keb., B. (2022) 'Mengenal Fase Menopause', *Jurnal Ilmiah Kedokteran Wijaya Kusuma*, Pp. 17–24. Available At: [Http://Repo.Unand.Ac.Id/47678/](http://Repo.Unand.Ac.Id/47678/).