

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, A., Hudyawati, D., & Purnama, A. P. (2020). Pengaruh Aroma Terapi Inhalasi Terhadap Kecemasan Pasien Hemodialisa. *Jurnal Prosiding Seminar Nasional Keperawatan, 2012*, 16–24.
- Agustina, D., Widyastuti, Y., & Wardani, I. K. (2019). Upaya Peningkatan Kualitas Tidur Dengan Pemberian Aroma Terapi Mawar Pada Pasien Post Op Fraktur. *Jurnal Publikasi ITS*, 1–5.
- Ariyanti, Kesbi, F. G., Tari, A. R., Siagian, G., Jamilatun, S., Barroso, F. G., Sánchez-Muros, M. J., Rincón, M. Á., Rodriguez-Rodriguez, M., Fabrikov, D., Morote, E., Guil-Guerrero, J. L., Henry, M., Gasco, L., Piccolo, G., Fountoulaki, E., Omasaki, S. K., Janssen, K., Besson, M., ... A.F. Falah, M. 2021. Hubungan Pola Tidur Dan Tingkat Stres Dengan Tingkat Prestasi Mahasiswa Fk Ums Selama Perkuliahan Onlinepada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Aplikasi Teknologi Pangan*
- Aryani, Y., Lestari, P., & Kristiningrum, W. 2019. *Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Untuk Insomnia Pada Remaja Putri Di Yayasan Santa Maria Abdi Kristus Ungaran. April*, 33–35.
- Atiko. (2019). *Booklet, Brosur, dan Poster Sebagai Karya Inovatif di kelas*.
- Ayuningtias, I., & Burhanto. 2021. Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Kualitas Tidur Lanjut Usia: Literature Review. *Borneo Student Research*, 2(3), 1– 3.
- Batubara, J. R. 2016. Adolescent Development (Perkembangan Remaja). *Sari Pediatri*, 12(1), 21. <https://doi.org/10.14238/sp12.1.2010.21-9>
- Branner, & Suddart. 2012. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Alih Bahasa Agung Waluyo* (8th ed.). EGC Penerbit Buku Kedokteran.
- C Sutrisna. 2018. *Metode terapi music aktif*.
- Danielle X. Morales, Sara E. Grineski, and T. W. C. 2017. 乳鼠心肌提取 HHS Public Access. *Physiology & Behavior*, 176(1), 139–148. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2017.07.027>.Comorbid
- Diananda, A. 2019. Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>

- Diantika, E. 2018. Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dan Kualitas Persahabatan pada Remaja Akhir. *Jurnal Psikologi*, 10(2), 167–173.
- Diarti, E., Sutriningsih, A., & Rahayu H, W. 2017. Hubungan Antara Penggunaan Internet Dengan Gangguan Pola Tidur Pada Mahasiswa Psik Unitri Malang. *Nursing News*, 2(3), 321–331.
- Fitrianda, M. I. 2019. *Hubungan Kesepian dengan Gangguan Pola Tidur pada Lansia Hipertensi dan Tidak Hipertensi yang Tinggal di UPT PSTW Banyuwangi*. 91.
- Fridayana. 2017. *Hubungan antara kualitas dan kuantitas tidur dengan nilai modul pada mahasiswa kedokteran*. 1–10.
- Gunarsa, S. D., & Wibowo, S. 2021. Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kebugaran Jasmani Siswa. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 09(01), 43–52.
- Handriana, I., Wati, E., & Amelia, D. 2021. *Hubungan Kebiasaan Bermain Game Online dengan Pola Tidur pada Remaja di Desa Baturuyuk Kecamatan Dawuan Kabupaten Majalengka tahun 2021*. 9(2), 168–178.
- Haryati, Yunaningsi, P. S., & RAF, J. 2019. *Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo*. April, 33–35.
- Haryono, A., Rindiarti, A., Arianti, A., Pawitri, A., Ushuluddin, A., Setiawati, A., Reza, A., Wawolumaja, C. W., & Sekartini, R. 2017. *Prevalensi Gangguan Tidur pada Remaja Usia 12- 15 Tahun di Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama*. 11(3), 149–154.
- Hepilita, Y., & Gantas, A. A. 2018. Hubungan Durasi Penggunaan Media Sosial Dengan Tahun Di Smp Negeri 1 Langke Rembong. *Jurnal Wawasan Kesehatan*, 3(2), 78–87.
- Insan, Y., Utami, P., & Anggorowati, M. A. 2019. Kualitas Tidur Mahasiswa Polstat Stis Dan Variabel-Variabel Yang Mempengaruhinya. *Prosiding Nasional Matematika, Statistika, Dan Aplikasinya 2019*, 214–221. <http://jurnal.fmipa.unmul.ac.id/index.php/SNMSA/article/view/549/243>
- Jaelani. 2017. *Aromaterapi (ketiga)*. Pustaka Populer Obor.
- Javadzadeh, A., & Tidur, K. 2021. *Comparison of the effects of aromatherapy with lavender and damask rose on sleep quality in patients undergoing coronary artery bypass graft surgery*. 17, 1–9.
- Kabel, A. M., Al Thumali, A. M., Aldowiala, K. A., Habib, R. D., Aljuaid, S. S., & Alharthi, H. A. 2018. Sleep disorders in adolescents and young adults: nsights into types, relationship to obesity and high altitude and possible lines of

management. *Diabetes and Metabolic Syndrome: Clinical Research and Reviews*, 12(5), 777–781. <https://doi.org/10.1016/j.dsx.2018.04.029>

Kansagra, S. 2020. Sleep disorders in adolescents *Pediatrics*, 145(2).
<https://doi.org/10.1542/PEDS.2019-2056I>

Karitas, S. M. A. K., Adolescent, T., Hygiene, S., & Scale, S. D. 2019. *Sleep Hygiene Dengan Gangguan Tidur Remaja Ni Luh Agustini Purnama STIKES Katolik St . Vincentius a Paulo Surabaya , Jln Jambi 12-18 Surabaya*. (1).<http://jurnal.stikeswilliambooth.ac.id/index.php/Kep/article/view/80>

Karlina, S., Reksokusodo, S., & Widayati, A. 2016. The Influence of Lavender Aromatherapy Inhalation to Relieve Physiological Labor Pain Intensity in Primipara Inpartu Active Phase in BPM “Fetty Fathiyah” Mataram City. *Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya*, 108–119.

Keswara, U. R., Syuhada, N., & Wahyudi, W. T. 2019. Perilaku penggunaan gadget dengan kualitas tidur pada remaja. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 13(3), 233–239. <https://doi.org/10.33024/hjk.v13i3.1599>

Kozier. 2010. *Fundamental Nursing : Concept, Proses and Practice* (7th ed.). Pearson education.

Lauwsen, R., & Dwiana, A. 2019. Pengaruh aroma terapi lavender terhadap peningkatan kualitas tidur mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara. *Tarumanagara Medical Journal*, 2(1), 152–159. <https://journal.untar.ac.id/index.php/tmj/article/view/5855>

Lillehei, A. S., Halcón, L. L., Savik, K., & Reis, R. 2018. Effect of inhaled lavender and sleep hygiene on self-reported sleep issues: A randomized controlled trial. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 21(7), 430–438. <https://doi.org/10.1089/acm.2014.0327>.

Manalu, T. A. 2019. Pengaruh Aromaterapi Inhalasi Terhadap Penurunan Nilai Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa. *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi (Jkf)*, 1(2), 13–19. <https://doi.org/10.35451/jkf.v1i2.149>

Martini, S., Roshifanni, S., & Marzela, F. 2018. Pola Tidur yang Buruk Meningkatkan Risiko Hipertensi. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 14(3), 297. <https://doi.org/10.30597/mkmi.v14i3.4181>

Masyah, B. 2020. Pandemi Covid 19 Terhadap Kesehatan Mental Dan. *Mahakan Noursing*, 2(8), 353–362.

Nashori, F., & Wulandari, Dwi, E. 2017. *Psikologi Tidur*.

- Patricia A. Potter, RN, MSN, PhD, FAAN and Anne Griffin Perry, RN, EdD, F. 2011. *Fundamental Keperawatan (3-Vol Set) 7th Edition* (7th ed.).
- Pemula, P. D. 2018. *Pemberian Back Massage Durasi 60 Menit Dan 30 Menit Meningkatkan Kualitas Tidur Padamahasiswa Vi A Penjaskesrek Fpok Ikip Pgri Bali*. 110265(1), 110493.
- Potter, & Perry. 2015. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*.
- Prabowo, I. A., Remawati, D., & Wardana, A. P. W. 2020. Klasifikasi Tingkat Gangguan Tidur Menggunakan Algoritma Naïve Bayes. *Jurnal Teknologi Informasi Dan Komunikasi (TIKOMSiN)*, 8(2). <https://doi.org/10.30646/tikomsin.v8i2.519>
- Prayitno, A. 2018. Gangguan pola tidur pada kelompok usia lanjut dan penatalaksanaannya. *Kedokteran Trisakti*, 21(1), 23–30.
- Prima, I. G. A., & Ap, D. 2018. Lavender Aromateraphy As a Relaxant. *E-Jurnal Medika Udayana*, 2(1), 21–53.
- Purwati, N. K., Faidah, N. N., Kep, S., & Kes, M. (n.d.). *Sleep Quality Of Elderly Increased With Lavender Aromaterapy*. 1–14.
- Ramadhan, M. R., & Zettira, O. Z. 2017. Aromaterapi Bunga Lavender (*Lavandula angustifolia*) dalam Menurunkan Risiko Insomnia. *Fakultas Kedokteran Universitas Lampung*, 6, 60–63.
- Risdiana, N., & Rozy, M. F. 2019. Hubungan antara Gangguan Pola Tidur dengan Keseimbangan Sistem Saraf Otonom pada Usia Dewasa Muda. *Mutiara Medika: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 19(1). <https://doi.org/10.18196/mm.190120>
- Rositah, A. S. D., Diniarti, A. F., Octaviani, I., & Putri, N. 2022. *Penyalahgunaan Obat Sedatif serta Dampak Pengguna terhadap Kesehatan dan Sosial: 12(4)*, 13– 19.
- Saputro, K. Z. 2018. Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25. <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>
- Sari, D., & Leonard, D. 2018. *Pengaruh Aroma Terapi Lemon*. 3(1), 1–6.
- Sari, R. P. 2020. Pola Tidur pada Anak Usia 9-12 Tahun yang Bermain Game Online. *E-Journals.Unmul.Ac.Id*, 97–102.
- Sarwono. 2013. *Psikologi Remaja*. PT Raja Grafindo Persada.

- Sary, Y. N. E. 2017. Perkembangan kognitif dan emosi psikologi masa remaja awal. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, Vol. 1*(1), 6–12.
- Setyawan, A., & Oktavianto, E. 2020. Efektifitas Aromaterapi Lavender terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi Osce pada Mahasiswa Keperawatan. *Jurnal Berkala Kesehatan, 6*(1), 9. <https://doi.org/10.20527/jbk.v6i1.8356>
- Siregar, P.A., Harahap, R. A., & Aidha, Z. 2020. *Promosi Kesehatan Lanjutan dalam Teori dan Aplikasi*.
- Tanjung, M. C., & Sekartini, R. 2018. Masalah Tidur pada Anak. *Sari Pediatri, 6*(3), 138. <https://doi.org/10.14238/sp6.3.2004.138-42>
- Umami, I. 2019. *Psikologi Remaja*. IDEA Press Yogyakarta.
- Ummah. 2017. *Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Pondok Pesantren. 4*(1), 1–23.
- Wahyuni, R., Soesilowati, E., & Banowati, E. 2016. Gaya Hidup Remaja Kelas Menengah Kota Pekalongan. *Journal of Educational Social Studies, 5*(2), 97–103. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jess/article/view/14072>
- Wahyuningsih, luh gde nita sri, & Susanti, N. D. 2021. *No Title 学姐单词*.
- Wardhani, P. A. 2017. Gaya Hidup Remaja Santri Nongkrong d i Kafe Inneke. *Efikasi Diri Dan Pemahaman Konsep IPA Dengan Hasil Belajar Ilmu Pengetahuan Alam Siswa Sekolah Dasar Negeri Kota Bengkulu, 6*, 1–5