

## DAFTAR PUSTAKA

- Afianti, N., & Mardhiyah, A. (2017). Pengaruh Foot Massage terhadap Kualitas Tidur Pasien di Ruang ICU. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 5(1), 86–97. <https://doi.org/10.24198/jkp.v5n1.10>
- Ainun, K., Kristina, K., & Leini, S. (2021). Terapi Foot Massage Untuk Menurunkan Dan Menstabilkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Abdimas Galuh*, 3(2), 328. <https://doi.org/10.25157/ag.v3i2.5902>
- Ariani, D., & Suryanti, S. (2019). Pengaruh Food Massage Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia Di Panti Wredha Dharma Bakti Kasih Surakarta. *Interest : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(1), 87–93. <https://doi.org/10.37341/interest.v8i1.122>
- Atmadja W., B. (2010). Fisiologi Tidur. *Jurnal Kedokteran Maranatha*, 1(2), 36–39. <http://majour.maranatha.edu/index.php/jurnal-kedokteran/article/view/25/pdf>
- Carole, S. (2007). *Pittsburgh Sleep Quality Indeks: Best Practices in Nursing care to older Adults*.
- Dalimartha, S. (2008). (2008). *Care Yourself Hypertensi*. Jakarta: Penebar Plus. Direktorat Pembinaan Kursus dan Pelatihan & Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini dan Pendidikan Masyarakat. (2015). *Ilmu Pijat Pengobatan*.
- Fachrunnisa, Nurchayati, S., & Arneliwati. (2015). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Congestive Heart Failure. *Journal of Medicine*, 2(2), 1094.
- Hartatik, S., & Sari, R. P. (2021). Efektivitas Terapi Pijat Kaki. *Nusantara Hasana Journal*, 1(1), 26–36.
- Karota, E. (2018). *Pengembangan Instrumen Kualitas Tidur dan Gangguan Tidur dalam Penelitian PDF*.

- Maas, J. . (2002). *Power sleep kiat-kiat tidur sehat untuk mencapai kondisi dan prestasi puncak*. Kaifa.
- Nashori, F., Indonesia, U. I., & Wulandari, E. D. (2021). *Psikologi tidur*. March 2017.
- Prajayanti, E. D., & Sari, I. M. (2022). Pijat Kaki (Foot Massage) Terhadap Kualitas Tidur Penderita Hipertensi. *Nursing Sciences Journal*, 6(1), 49. <https://doi.org/10.30737/nsj.v6i1.2651>
- Ratnawati, A. A. (2019). *Efektivitas terapi pijat refleksi dan terapi benson terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi*. 1(1), 33–40.
- Robby, A., Agustin, T., & Hanifan Azka, H. (2022). Pengaruh Pijat Kaki (Foot Massage) Terhadap Kualitas Tidur. *Healthcare Nursing Journal*, 4(1), 206–213. <https://doi.org/10.35568/healthcare.v4i1.1845>
- Suarez, L. Y. T. (2015). *Studi Kasus Penerapan Masase Kaki Dengan Citronella Oil Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Medokan Ayu Surabaya*. 1, 1–27.
- Surahman, M. K., Mochamad Rachmat, S.K.M., M. K., & drs Sudibyo Supardi, PhD, A. (2016). *Metode Penelitian*. <https://www.ptonline.com/articles/how-to-get-better-mfi-results>