

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurakhman, & Firdaus. (2019). Gangguan tidur pada lansia dan intervensi non-farmakologis. Jakarta: Penerbit Kesehatan.
- Anggraeni, E., Wijoyo, E. B., Yoyoh, I., Hastuti, H., & Kartini, K. (2021). Pengaruh Intervensi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Kualitas Tidur Lansia: A Literature Review. *Jurnal Berita Ilmu Keperawatan*, 14(2), 113–119.
- Anggraini, R. (2024). Pengaruh rendam kaki air hangat terhadap kualitas tidur ibu hamil trimester III. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 12(1), 45–53.
- Astutik, R., & Mariyam, S. (2021). Studi kasus terapi rendam kaki air hangat pada ibu hamil. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 9(2), 33–40.
- Badan Pusat Statistik (BPS). (2025). Angka Harapan Hidup menurut jenis kelamin dan provinsi di Indonesia. Jakarta: BPS.
- Fauzia, S., Ardiyanti, A., & Diffa, R. A. (2023). Pengaruh Aromaterapi Lavender dan Rendam Kaki Air Hangat terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Ilmiah Kedokteran dan Kesehatan*, 2(3), 99–112.
- Candra, A., et al. (2019). Kualitas tidur dan faktor yang mempengaruhi. Bandung: Penerbit Medika.
- GMG Prastiyan. (2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas tidur ibu hamil. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 5(2), 77–84.
- Hayyudiah, N. (2022). Gangguan tidur pada ibu hamil dan dampaknya terhadap kesehatan. *Jurnal Kebidanan Nusantara*, 8(1), 21–29.
- Helti, & Dedi. (2020). Gangguan tidur pada ibu hamil: kajian klinis. *Jurnal Psikologi Kesehatan*, 7(3), 112–120.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Profil Kesehatan Indonesia 2018. Jakarta: Kemenkes RI.
- Mindell, J. A. (2000). Sleep disorders in pregnancy: clinical perspectives. New York: Springer.
- Permady, A. (2015). Hydrotherapy dan manfaatnya bagi kesehatan. Yogyakarta: Pustaka Medis.
- Rhamdani, F. (2023). Kombinasi air hangat dan daun sirih dalam terapi tradisional. *Jurnal Herbal Indonesia*, 11(2), 55–63.

- Sadiah, L. (2022). Pemanfaatan daun sirih dalam terapi tradisional. *Jurnal Herbal Nusantara*, 10(1), 14–22.
- Sari, N. P. (2023). Hubungan kualitas tidur dengan kecemasan pada ibu hamil trimester III di Jakarta. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 14(2), 45–53.
- Sharma, M., Kumar, V., & Panwar, R. (2012). Experimental Study of Various Central Nervous System Effects of Eugenol in Mice and Rats. *Health Renaissance*, 10(3), 208–214.
- Silvanasari, R. (2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas tidur ibu hamil. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(1), 33–40.
- Subandi, S. (2017). Pengaruh rendam kaki air hangat terhadap kualitas tidur lansia. *Jurnal Keperawatan*, 5(2), 88–95.
- Wibowo, A., & Purnamasari, D. (2019). *Tidur dan kualitasnya pada ibu hamil*. Bandung: Penerbit Kesehatan.