

DAFTAR PUSTAKA

- Ahsan, dkk. 2015. *Pengaruh Terapi Sleep Hygiene Terhadap Gangguan Tidur Pada Anak Usia Sekolah Yang Menjalani Hospitalisasi*. (Online). (<http://ejournal.umm.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/2846> diakses tanggal 15 Oktober 2017)
- Arikunto. 2010. *Prosedure Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Butkov, N & Lee-Chiong. 2007. *Fundamentals of Sleep Technology*. New York: Lippincott Williams and Wilkins
- Case-Smith, Jane. 2015. *Occupational therapy for Children and Adolescent Seventh Edition*. Canada: Elsevier
- Charles M. Morin dkk. 2011. *The Insomnia Severity Index: Psychometric Indocator to Detect Insomnia Cases and Evaluate Threatment Response*. (Online). (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3079939/> diakses pada 12 januari 2018)
- Colrain Ian M., Baker Fiona.C., 2011. *Changes in Sleep as a Function of Adolescent Development*. (Online). (<http://link.springer.com/article/10.1007/s11065-010-9155-5> diakses tanggal 15 Oktober 2017)
- David F. Mastin, Jeff Bryson dkk. 2006. *Assessment of Sleep Hygiene Using the Sleep Hygiene Index Journal of Beaviour Medicine Vol 29 No 3*.
- Departement of Psychiatry University of Pittersburgh. 2016. *Pittersburgh Sleep Quality Index Scoring*. <http://www.psychiatry.pitt.edu/node/8240> diakses pada 12 Januari 2018)
- Efendi, Ferry. (2013). *Sleep hygiene behavior among Balinese adolescent (Journal of Nursing Education and Practice)*. (Online). (www.sciedu.ca/journal/index.php/jnep/article/download/3217/2169 diakses tanggal 15 Oktober 2017).
- Febriyati, Tika dkk. 2015. *Hubungan Sleep Hygiene Terhadap Insomnia Pada Remaja di Kelurahan Harjosari Kecamatan Bawen Kabupaten Semarang*. Semarang: Jurnal STIK Ngudi Waluyo Ungaran
- Heri, Dwi Dkk. 2012. *Jurnal Pengaruh Olahraga Futsal Malam Hari Terhadap Tingkat Insomnia Pada Anggota Perkumpulan Futsal "Bintang City" Di Blimbing Malang*. Malang: Jurnal Ilmu Kedokteran Universitas Brawijaya.
- Hidayat, A. A. 2008. *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta: Salemba Medika
- Hidayat, A. A. 2009. *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta: Salemba Medika

- Hidayat, A. A. 2014. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknis Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika
- Made, Ni Putu dkk. 2014. *Hubungan Antara Sleep Hygiene dengan Derajat Insomnia pada Lansia di Poliklinik Geriatri RSUP Sanglah Denpasar*. Denpasar: Jurnal FK Universitas Udayana.
- Mindell, A. Jodi & Owens, A. Judith. 2010. *A Clinical Guide to Pediatric Sleep: Diagnosis and Management of Sleep Problems*. USA: Lippincott Williams and Wilkins.
- Mudayatiningsih, Sri dkk. 2012. *Modul Pembelajaran Istirahat Tidur dan Implikasinya dalam Keperawatan*. Malang: Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
- Mudtahidin, & Ali, Toha Muhammad. 2012. *Doa dan Terapi Khusus Bebas Insomnia dan Gangguan Tidur*. Depok: Iiman
- Notoatmojo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka cipta.
- Nursalam. 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pedoman Skripsi, Tesis, dan Instrumen Penelitian Keperawatan Edisi 2*. Jakarta: Salemba Medika
- Rahmah, Septiana. 2014. *Hubungan Antara Sleep Hygiene dengan Kualitas Tidur pada Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Werdha Yogyakarta Unit Abiyoso Pakembinangun Pakem Sleman*. (Online). (<http://digilib.unisayogya.ac.id/451/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf> diakses tanggal 10 Desember 2017)
- Rahmawati, Andri. 2015. *Gambaran Kualitas dan Kuantitas Tidur Pada Lansia Dengan Hipertensi yang Melakukan Hipnoterapi Di Posyandu Lansia Tumpang I Kabupaten Malang*. Malang: Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
- Sarlito, Wirawan Sarwono. 2006. *Psikologi Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Setiadi. 2013. *Konsep dan Praktek Penulisan Riset Keperawatan Edisi 2*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Sibangariang, Ellya Eva dkk. 2010. *Metodologi Penelitian untuk Mahasiswa Diploma Kesehatan*. Jakarta: TIM
- Siregar, H.M. 2011. *Mengenal Sebab-sebab, Akibat-akibat, dan Cara Terapi Insomnia*. Yogyakarta: Flash Books.
- Sulistyo, Cahyaningsih Dwi. 2011. *Perumbuhan Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: Trans Info Media.
- Sumiati, dkk. 2009. *Kesehatan Jiwa Remaja dan Konseling*. Jakarta. Trans Info Media
- Susilo, Yekti & Wulandari, A. 2011. *Cara Jitu Mengatasi Insomnia (Edisi:1)*. Yogyakarta: ANDI.

- Yessi, Malau R. 2017. *Gambaran Sleep Hygiene Lansia di Panti Werda Elim dan Wisma Harapan Asri Semarang*. (Online). (<http://eprints.undip.ac.id/55072/> diakses tanggal 19 Oktober 2017)
- Yohana, L Santa. 2014. *Hubungan Kuantitas Tidur dengan Memori Jangka Pendek. Siswa Kelas VIII SMPN 2 Galang*. Medan: Jurnal Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara.