

DAFTAR PUSTAKA

- Allsbrook, J, (2008). *Properties Of Caffeine Molecule*, New York.
- Anwar, Z. (2010). *Penanganan Gangguan Tidur pada Lansia. Skripsi Fakultas Psikologi*. Universitas Muhammadiyah Malang
- Arnis, A. (2018). Hubungan Antara Kuantitas dan Kualitas Tidur Dengan Uji Kompetensi DIII Keperawatan Poltekkes Kemenkes Jakarta I. *Quality: Jurnal Kesehatan*
- Azizah, L, M. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Badan Pusat Statistik, (2015). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2014*, Jakarta : Badan Pusat Statistik.
- Barbara, Koziar, (2008). *Fundamental of Nursing, Seventh Edition, Vol.2*, Jakarta: EGC.
- Berry, Richard B, Wagner, Mary H. *Sleep Medicine ed. 3*.Elsevier; 2014.
- Brick, C. A., Seely, D. L., & Palermo, T. M. (2010). Association between sleep hygiene and sleep quality in medical students. *Behavioral sleep medicine*, 8(2), 113-121. doi: 10. 1080/15402001003622925.
- Buysse, D. J., Cheng, Y., Germain, A., Moul, D. E., Franzen, P. L., Fletcher, M., & Monk, T. H. (2010). Night-to-night sleep variability in older adults with and without chronic insomnia. *Sleep medicine*, 11(1), 56-64.
- Carney, Paul R., Berry, Richard B., & Geyer, J. D. (2005). *Clinical Sleep Disorders*. USA: Lippincott Williams & Wilkims.
- Chasanah, N. (2017). Hubungan Kualitas Tidur dengan Kualitas Hidup pada Lansia di Kelurahan Karangasem Kecamatan Laweyan Surakarta. (Skripsi: Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Ebrahim, I. O., Shapiro, C. M., Williams, A. J., & Fenwick, P. B. (2013). Alcohol and sleep I: effects on normal sleep. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 37(4), 539-549.
- Haisah, S., (2017). Gambaran Kualitas Tidur dan Gangguan Tidur pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Jambi. *Jurnal Gambaran Kualitas Tidur dan Gangguan Tidur pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Jambi*.
- Hanun, M. (2011). *Mengenal Sebab-Sebab, Akibat dan cara Terapi Insomnia*. Jogjakarta: Flash Books

- Hidayat, A. A. (2008). *Riset Keperawatan dan Riset Penulisan Ilmiah*. Jakarta : Salemba Medika.
- Hidayat, A. A. (2014) . *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknis Analisa Data*. Jakarta : Salemba Medika
- Hidayat, A.A.A., dan Uliyah, M. (2015). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia*. Buku 2, Edisi 2. Jakarta: Salemba Medika.
- Irish, L. A., Kline, C. E., Gunn, H. E., Buysse, D. J., & Hall, M. H. (2015). The role of sleep hygiene in promoting public health: A review of empirical evidence. *Sleep medicine reviews*, 22, 23-36. Jaehne, A., Loessl, B., Bárkai, Z.
- Jaehne, A., Loessl, B., Bárkai, Z., Riemann, D., & Hornyak, M. (2009). Effects of nicotine on sleep during consumption, withdrawal and replacement therapy. *Sleep medicine reviews*, 13(5), 363-377.
- Kasiati, dan Rosmalawati, N.W.D. (2016). *Kebutuhan Dasar Manusia 1*. Jakarta: Pusdik SDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kor, K., & Mullan, B. A. (2011). Sleep hygiene behaviours: An application of the theory of planned behaviour and the investigation of perceived autonomy support, past behaviour and response inhibition. *Psychology & health*, 26(9), 1208-1224.
- Kurniasari, C. I. (2015). *Pengaruh Gabungan Sugesti dan Musik Instrumentalia Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Pada Lansia di Griya Lansia Santo Yosef Surabaya* (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga).
- LeBourgeois MK, Giannotti F, Cortesi F, R Amy, Wolfson, John and American Adolescents. The Relationship Between Reported Sleep Quality and Sleep Hygiene in Italian and American Adolescents *Pediatrics* 2005;115:257
- Majid (2014). Pengaruh Akupresure Terhadap Kualitas Tidur Lansia Di Balai Perlindungan Sosial Tresna Werdha Ciparay. Naskah Publikasi. Bandung: Program Studi Magister Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Padjadjaran Bandung.
- Maryam, R, Siti, dkk, (2008), Mengenal usia lanjut dan perawatannya, Salemba Medika, Jakarta.
- McDevitt, E. A., Alaynick, W. A., & Mednick, S. C. (2012). The effect of nap frequency on daytime sleep architecture. *Physiology & behavior*, 107(1),40-44.

- Meiner, Sue E., dan A. G. L. (2006). *Gerontologic Nursing (3th ed.)*. Mosby Elsevier.
- Meiner, Sue E. (2011). *Gerontologic Nursing, Fourth Edition*. United States of America : Elsevier Mosby
- Miller, C.A. (2012). *Nursing for wellness in older adult: Theory and practice (6th Ed.)*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Monk, T. H., Buysse, D. J., Billy, B. D., Fletcher, M. E., Kennedy, K. S., Schlarb, J. E., & Beach, S. R. (2011). Circadian type and bed-timing regularity in 654 retired seniors: correlations with subjective sleep measures. *Sleep, 34(2)*, 235-239.
- Muzamil, M. S., Afriwardi, A., & Martini, R. D. (2014). *Hubungan antara tingkat aktivitas fisik dengan fungsi kognitif pada usila di Kelurahan Jati Kecamatan Padang Timur*. Jurnal Kesehatan Andalas.
- Nami T. Sleep Hygiene The Gateway for Efficient Sleep: A Brief Review; 2011. Accessed 20 February 2018.
- National Coffee Association. Tekanan Darah berdasarkan Pola Konsumsi Kopi Civitas Akademika Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia; 2011. (diakses tanggal 2 Agustus 2018) di <http://lib.ui.ac.id>
- Neikrug, A. B., & Ancoli-Israel, S. (2010). Sleep disorders in the older adult - A mini-review. *Gerontology, 56(2)*, 181–189.
- Nilifda, H., Nadjmir, dan Hardisman. (2016). Hubungan Kualitas Tidur dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Angkatan 2010 FK Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas*, vol. 5, no. 1.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Nugroho W. (2008). *Keperawatan gerontik dan geriatrik*. Jakarta: EGC
- Nugroho, Wahjudi. (2012). *Keperawatan Gerontik dan Geriatrik Edisi 3*. Jakarta : EGC.
- Nursalam. (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Kejururawatan*. Jakarta: Penerbit Salemba Medika.
- Peraturan Menteri Sosial Republik Indonesia Nomer 5. (2018). *Standart Nasional Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia*.
- Polasek, T. M., Patel, F., Jensen, B. P., Sorich, M. J., Wiese, M. D., & Doogue, M. (2013). Predicted metabolic drug clearance with increasing adult age. *British journal of clinical pharmacology, 75(4)*, 1019-1028.

- Priyoto. (2015). Perubahan dalam perilaku kesehatan konsep dan aplikasi. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Riemann, D., & Hornyak, M. (2009). Effects of nicotine on sleep during consumption, withdrawal and replacement therapy. *Sleep medicine reviews, 13*(5), 363-377.
- Rizqiyah, L. (2017). *Pengertian lansia* (Skripsi: Universitas Islam Indonesia Yogyakarta)
- Setiadi. (2013). *Konsep dan Praktik Penelitian Riset Keperawatan*. Yogyakarta Graha Ilmu
- Stanley dan Beare. 2007. Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Jakarta, EGC.
- Subekti, I., Hadi, S., dan Hariyanto, T. (2012) *Modul Pembelajaran Keperawatan Gerontik*. Malang: Poltekkes Kemenkes Malang
- Sugiyono. (2016). Metodologi Penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung : Penerbit Alfabeta
- Ummah, M. (2017). *Hubungan Antara Stres Akademik dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Pondok Pesantren*. Skripsi S-1, Universitas Mercu Buana Yogyakarta
- Zhang, L., Samet, J., Caffo, B., & Punjabi, N. M. (2006). Cigarette smoking and nocturnal sleep architecture. *American journal of epidemiology, 164*(6), 529- 537