

DAFTAR PUSTAKA

- Aspiani.Reny.(2014). Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik Aplikasi Jilid 1.Jakarta : Trans Info Media.
- Anggraini. (2019). Manfaat aktivitas fisik.
- Coresa,Tria, Ngestiningsig, Dwi. (2017). Gambaran Fungsi Kognitif Pada Lansia Di Unit Rehabilitasi Sosial Pucang Gading Semarang.Vol 6, No 1.
- Depkes.Lansia yang sehat, lansia yang jauh dari demensia.2016.Diunduhdari <http://www.depkes.go.id/article/view/16031000003/menkes-lansia-yang-sehat-lansia-yang-jauh-dari-demensia.html>. 20 Oktober 2016.
- Dermawan, D. (2012). Proses Keperawatan Penerapan Konsep & KerangkaKerja (1st ed.). Yogyakarta: Gosyen Publishing. Dinas Kesehatan Kota Bengkulu, 2021.
- Gemilang, J. (2013). In Menejemen Stres dan Emosi (pp. 1-27). Jogjakarta: Mantra Books.
- Guyton AC, Hall JE. Aktivitas Otak-Tidur, Gelombang Otak, Epilepsi, Psikosis. Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. Edisi 12. Singapore: Elsevier Saunders. 2014; 779-80.
- Guyton A, Hall J. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. 11th ed. Jakarta: EGC;2012.
- Hardani, dkk. (2019). Relaksasi Otot Progresif Dalam Mengatasi Insomnia DiPanti Tesna Werdha. Jurnal Keperawatan.
- Harvita, S. R. I., & Marpaung, S. (2019). Penerapan Proses Evaluasi Keperawatan.
- Iswari, N. L. P. A. M., & Wahyuni, A. A. S. (2013).melatonin dan melatonin receptor agonist sebagai penanganan insomnia primer kronis.
- Izzaty, R. E., Astuti, B., & Cholimah, N. (2016). Konsep Tidur. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 2016, 5–24.
- Kemenkes Kesehatan RI (2015). Kelompok Lansia
- Kisner, C. & Colby, L. A., (2016). Terapi Latihan: Dasar dan Teknik. Edisi ke-6. Jakarta : EGC.
- Kushariyadi, Setyoadi. 2011. Terapi Modalitas Keperawatan Pada Klien Psikogeriatrik. Penerbit: Salemba Medika. Jakarta.

- Mawaddah, N., Mujiadi, & Nurwidji. (2020). Terapi kelompok sebagai bentuk pengembangan pelayanan posyandu lansia di Desa Sumbertebu Bangsal Mojokerto. Prosiding Seminar Nasional Hasil Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat Tahun 2019, 2018, 340-346.
- Merangin. 2018. Pengertian Lansia. Penerbit : Salemba Medika : Jakarta
- Mitayani. (2018). Asuhan keperawatan Lansia. Jakarta : Salemba Medika.
- Muhammad, N. 2010. 100 Tanya Jawab Kesehatan Harian untuk Lansia. Yogyakarta. Tunas Publising.
- Mustain, dkk. 2019. Pengaruh Terapi Beapreasi Terhadap Kualitas Tidur. Jurnal Keperawatan. Diakses tanggal 22 Juni 2019.
- Oktora, Sasongko. Priyo., Purnawan, Iwan., & Achiriyati, Dewi. (2016). Pengaruh Kualitas Tidur Lansia. Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing) , Vol. 11 No. 3 Hal. 168-173.
- Pamungkas TW, Marwati T, Solikhah. 2010. Analisis Ketidakeengkapan Pengisian Berkas Rekam Medis Di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta. Jurnal Kesehatan Masyarakat. ISSN:1978-0575. Vol 4 No 1 (September 2010).
- Proverawati A, Sulistyorini CI (2019). Diagnosa Keperawatan Yogyakarta : Nuha Medika.
- Potter, P.A. dan A.G. Perry. 2010. Fundamental of Nursing. Seventh Edition Book 3. Singapore: Elsevier. Terjemahan oleh D.N Fitriani., O. Tampubolon. dan F. Diba. 2010. Fundamental Keperawatan. Edisi 7 Buku 3. Jakarta: Salemba Medika.
- Setiadi. (2012). Konsep & penulisan dokumentasi asuhan keperawatan. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Sukmawati, N., Sakka, A., & Erawan, P. E (2015). Faktor yang berhubungan Dengan Perilaku Lansia Dalam Memanfaatkan posyandu Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Landono Kabupaten Konawe Selatan. <http://download.portalgaruda.org>.
- Suputra. (2017). Akupunktur Indonesia: Akupunktur Dasar. Surabaya: Erlangga University Press.

- Surgawa, E., & Nikado, H. (2019). Tingkat Insomnia Mahasiswa Tahap Sarjana dan Tahap Profesi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI, (2018), Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI), Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI, (2018), Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI), Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI, (2018), Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI), Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia.
- WHO (World Health Organization) 2011. Tentang Tahapan Usia