

DAFTAR PUSTAKA

- Bandiyah, S. (2009). *Lanjut Usia Dan Keperawatan Gerontik*. Nuha Medika : Yogyakarta.
- Bulechck, Gloria M, Butcher, Howard K, Dochterman, J.Mc.Clockey. (2012). *Nursing Intervention Clasification (NIC) Fifth Edition*. Lowa: Mosby Elsevier.
- Depkes. (2011). Riset Kesehatan Dasar 2011. Jakarta.
- Friedman,M,M., Bowden,V, R., & Joones,E,G. (2010). Buku Ajar Keperawatan Keluarga: Riset, Teori, dan Praktik. Jakarta : EGC.
- Ghaddafi,M. (2010). Tatalaksana Insomnia dengan Farmakologi atau Non Farmakologi. *E-JurnalMedika Udayana*, 4 : 1-17.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2015). Analisis Lansia Di Indonsia.
- Kozier ,Erb, Berman, Synder. (2009). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses, & Praktek Edisi* . Alih Bahasa : Eny,M., Esti, W., Devi, Y. Jakarta : EGC.
- Manurung, Santa. 2011. Keperawatan Profesional. Jakarta : TIM.
- Maryam, R. S, dkk. 2008. *Mengenal usia lanjut dan perawatannya*. Jakarta : Salemba Medika.
- Meilirinta dan Masupuah. (2015). *Senam Lansia Terhadap Kualitas Tidur Lansia Di PSTW Senjarawi Bandung*.
- Moorhead, Sue., Marion Johnson, Meridean L.Maas , Elizabeth Swanson. (2016). *Nursing Outcomes Classification (NOC)*. Edisi Bahasa Indonesia. Elsevier: Singapore.
- NANDA International. (2015). *Nursing Diagnoses : Defintion and Classification 2015-2017*. Oxford : Wiley Blackwell.

- Nadorff, M.R., A. Fiske, J.A. Sperry, R. Petts, J.J. Gregg. (2013). Insomnia Symptoms, Nightmare and Suicidal Ideation in Older Adults. *The Journal of Gerontology*, 68 :145-152.
- Nugroho. (2010). *Keperawatan Gerontik Dan Getriatik*. Jakarta : Penerbit buku kedokteran EGC.
- Oktaviani, Rizky Dwi. (2018). *Efektivitas Senam Lansia dan Senam Ergonomis Terhadap Perubahan Skala Insomnia Pada Lansia Di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Magetan*. Madiun.
- Padila. 2013. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta : Nusa Medika.
- Potter PA & Perry AG. 2009. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses dan Prkatik Edisi 4 Volume 2*. Jakarta : EGC.
- Potter dan Perry. (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses, Dan Praktik. Edisi 4. Volume 2*. Alih bahasa : Renata.
- Ratnawati, Emmelia. (2016). *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press.
- Stanley, M. (2008). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Edisi Kedua*. Jakarta : EGC.
- Stanley, Beare. (2007). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Jakarta : EGC.
- Sugandika, Dendy dan Pepin Nahariani. (2014). *Pengaruh Senam Ergonomis Terhadap Gangguan Tidur (Insomnia) Pada Lansia Di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto*.
- Widianti, A.T. & Proverawati. (2010). *Senam Kesehatan*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Widya, G. (2010). *Mengatasi Insomnia*. Yogyakarta : Kata Hati.
- Wijayanti, Dyah., Tumini., Dewi Anita Sari. (2019). *Pengaruh Senam Ergonomik Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia Dengan Gangguan Tidur di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya*.

World Health Organization. (2015). World Report on Ageing and Health.

Wratsongko, M.M.M. (2015). *Mukjizat Gerakan Shalat & Rahasia 13 Unsur Manusia*. Jakarta.

