

DAFTAR PUSTAKA

- Damayanti, A. (2014). Faktor Yang Mempengaruhi Pola Tidur Pasien Di Ruang Perawatan Bedah Baji Kamase RSUD Labuan Baji Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 5(5), 535–542.
- Flora, S. (2019). *PENGARUH TERAPI RELAKSASI BENSON TERHADAP GANGGUAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA*. 4(2), 9–21.
- Gunawan, M. R. (2016). *Jurnal Kesehatan Holistik (The Journal of Holistic Healthcare)*, Volume 10 , No . 4 , Oktober 2016 : 1-4 FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR PADA RSUD Dr . H . ABDUL MOELOEK PROPINSI LAMPUNG *Jurnal Kesehatan Holistik (The Journal*. 10(4), 1–4.
- Hapsari, A., & Kurniawan, A. (2019). *Efektifitas Cognitive Behavior Therapy (CBT) Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Penderita Gejala Insomnia Effectiveness of Cognitive Behavioral Therapy to Increase Sleep Quality in Young Adults Insomnia Patients Abstract*. 12(3), 223–235.
- Kelly, T. (2005). *50 Rahasia Alami Tidur Yang Berkualitas (cara mudah menciptakan cara tidur yang berkualitas untuk megurangi kesehatan tubuh dan jiwa)*. Jakarta: Erlangga.
- Khasanah, K., & Hidayati, W. (2012). *Kualitas Tidur Lansia Balai Rehabilitasi Sosial “ Mandiri ” Semarang*. 1, 189–196.
- Kozier, Erb, Berman, & Snyder. (2011). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Nations, U. (2015). *Ageing Population*. Retrieved from <http://www.un.org/en/sections/issues-depth/ageing/>
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* (edisi 4). Jakarta: Salemba Medika.
- Pereira, S., Rihadi, S., & Maramis, M. M. (2013). *HUBUNGAN POLA TIDUR DENGAN KUALITAS HIDUP ORANG LANJUT USIA DI GRIYA USIA LANJUT ST. YOSEF SURABAYA Stephanie Pereira,* Slamet Rihadi**, Margarita M. Maramis****.
- Potter & Perry. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan konsep, proses, dan praktik*. (4th ed.; M. Ester, Ed.). Jakarta: ECG.
- Pudjowati, V. E., & Widodo, D. W. (2016). PERBEDAAN KUALITAS TIDUR LANSIA SEBELUM DAN SESUDAH MINUM SUSU HANGAT DI PANTI GRIYA KASIH SILOAM MALANG. *Nursing News*, 1, 358–368.

- RI, K. K. (2019). *Proyeksi Penduduk Lansia Tahun 2010-2035*.
- Statistik, B. P. (2019). *Proyeksi Penduduk Kabupaten Provinsi Bali*. Jakarta: Badan Pusat Statistik dan United Nations Population Found.
- Sumirta, I. N., & Laraswati, A. I. (2014). Faktor Yang Menyebabkan Gangguan Tidur (Insomnia) Pada Lansia. *Politeknik Kesehatan Denpasar*, 1–10.
- SUSPAS. (2018). *Survei Penduduk Antar Sensus*.
- Tribun news. (2019). Lansia di Dunia Lebih Tinggi dari pada Balita.
- Widodo, D. S., Joni, H., & Abu, B. (2016). Studi Komparasi Minum Susu Hangat Dan Teh Chamomile Hangat Terhadap Pemenuhan Kebutuhan Tidur Lansia. *Program Studi Pendidikan Ners Fakultas Keperawatan, Universitas Airlangga*, 117–124.
- Ximenes, P. N. L., Syafitri, E. N., Amigo, T. A. E., Raya, J., & Km, T. (2016). *PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DI BPSTW YOGYAKARTA UNIT ABIYOSO*. 3(September), 35–38.
- Zulmi, A. . (2016). *Pengaruh Masase Punggung Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia Di Upt Pslu Jember*. Retrieved from <http://repository.unej.ac.id/handle/123456789/76514>