

DAFTAR PUSTAKA

- Amirta , Y. (2007). *Sehat Murah Dengan Air*. Jakarta: Keluarga Dokter.
- Azizah, & Lilik Ma'rifatul. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Black M, J., & Hawk H, J. (2008). *Medical Surgical Nursing. Clinical Management For Positive Outcome. Volume 1. Eight Edition*. St. Louis. Missouri: Saunders Elsevier.
- Buyse, D. (1989). *The Pittersburgh Sleep Quality Index (PSQI): A New Instrument For Psychiatric Practice And Research*. Ireland: Elsevier Scientific.
- Darmojo, B., & Martono, H. (2009). *Geriatric (Ilmu Kesehatan Lanjut Usia), Edisi 4*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Dharma, K. (2011). *Metodologi Penelitian Keperawatan: Panduan Melaksanakan Dan Menerapkan Hasil Penelitian*. Jakarta: Trans Infomedia.
- Dinas Kesehatan. (2014). *Manfaat Dan Kerugian Air Panas Mempercepatkan*. Jakarta: Dinas Kesehatan.
- Fatmah. (2010). *Gizi Usia Lanjut*. Jakarta: Erlangga.
- Flona. (2010). *Terapi Aromatic Mendongkrak Gairah Bercinta*. Jakarta: Gramedia.
- G, W. (2010). *Mengatasi Insomnia: Cara Mudah Mendapatkan Kembali Tidur*. Yogyakarta: Katahati.
- Grose, C. &. (2011). *Sleep And Hospitalization. Evidence-Based Care Sheet*. Cinahl Information System.
- Hardywinoto, & Setiabudhi, T. (2005). *Panduan Gerontologi Tinjauan Dari Berbagai Aspek: Menjaga Keseimbangan Kualitas Hidup Para Lanjut Usia*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hidayat , A. (2008). *Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta: Salemba Medika.
- Intan, N. (2010). *Dasar-Dasar Fisioterapi Pada Cedera Olahraga*. Yogyakarta: UNY Journal Studies.
- Judith, T., Julie, T., & Elizabeth, V. (2010). *Managing Sleep Disorder In The Elderly*. Practitioner.

- Khasanah, Khusnul, & Wahyu Hidayati. (2012). *Kualitas Tidur Lansia Di Balai Rehabilitasi Sosial "MANDIRI"*. Semarang: UPTDU Journal Nursing Studies.
- Khotimah. (2012). *Pengaruh Rendam Air Hangat Pada Kaki Dalam Meningkatkan Kuantitas Tidur Lansia*. Jombang: UPTDU Journal Nursing Studies.
- Kneipp , S., & Priesnisz V. (2005). *Hydrotherapy*. Mosby.
- Maghfirah, N. (2015). 99 Fenomena Menakjubkan dalam Alquran, Mizania; Bandung
- Maryam, R., Ekasari, M., Rositawati, Jubaedi , A., & Batubara, I. (2008). *Mengenal Usia Lanjut Dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Michael, & Ph. D Breus. (2011). *The Sleep Doctoor's Diet Plan: Lose Weight Through Better Sleep*. Newyork: Mindwork, Inc.
- Mubarak, Wahid Iqbal, & Dkk. (2006). *Ilmu Keperawatan Komunitas*. Jakarta: CV Sagung Seto.
- Ningrum, & Destiana A. (2012). *Perbandingan Hydrotherapy Massage Dan Massage Manual Terhaap Pemulihan Pasca Olahraga Anaerobic Lactacid*. Bandung: UPI.Edu.
- Notoatmojo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugroho W. (2008). *Keperawatan Gerontik*. Jakarta: EGC.
- Potter, Patricia A, & Anne Griffin Perry. (2011). *Basic Nursing. 7th Ed*. Canada: Mosby.
- Putra, R. (2011). *Tips Sehat Dengan Pola Tidur Tepat Dan Cerdas*. Yogyakarta: Buku Biru.
- Sastroasmoro, S. (2011). *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis, Edisi 3*. Jakarta: Sagung Seto.
- Smyth, C. (2012). *How To Tryy This: Evaluating Sleep Quality In Older Adults*. American: Journal Of Nursing.
- Stanley, M., & Beare, P. (2007). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Jakarta: EGC.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sustrani, L., Alam, S., & Hadibroto, I. (2006). *Diabetes: Informasi Lengkap Untuk Penderita & Keluarga*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

The National Center On Physical Activity , & And Disability Exercise. (2009). *Aquatic Therapy*. Chicago: Department Of Disability Andd Human Development.

Widya, G. (2010). *Mengatasi Insomnia Cara Mudah Mendapatkan Kembali Tidur Nyenyak Anda*. Yogyakarta: Katahati.

Wilson, S. (2008). *A Good Night's Sleep, Part One: Normal Sleep*. Nursing & Residential Care.

Wold, G. (2008). *Basic Geriatric Nursing* . Amerika: Mosby.