

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin. (2008). *Perbedaan Tingkat Depresi Lansia Sebelum dan Sesudah dilakukan Senam Buger Lansia di PSTW Wening Wardoyo*. Ungaran : Universitas Diponegoro. Diakses pada 15 Agustus 2017 www.ejournal.undip.ac.id/index.php/medianers/article/view/738.
- Abrams, Paul. (2008). *Impact of Stress Urinary Incontinence on Quality of Life. Proceeding of the 78th Annual Meeting of the American Urological Association*. Adv Stud Med
- Alimul hidayat. A. Aziz. (2006). *Pengantar kebutuhan dasar manusia : Aplikasi konsep dan proses keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Ardani, N.M.K. (2010). *Pengaruh Senam Kegel terhadap Kontraksi Otot Dasar Panggul pada Lansia Wanita di Banjar Pegok Denpasar Selatan*. Skripsi : FK Universitas Udayana
- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rhineka Cipta
- Asmadi. (2008). *Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta : EGC
- Bandiyah. (2009). *Lanjut Usia dan keperawatan gerontik*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Buysse. D, et al. (1989). *Pittsburg sleep quality index (PSQI)*. Psychiatric Research
- Darmojo, Boedhi. (2008). *Buku Ajar Geriatri (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut)*. Jakarta : Balai Penerbit FKUI
- Darmijo. Boedhi. (2006). *Buku Ajar Gerontik*. Jakarta: Yudistira
- Erliana. (2008). *Perbedaan Tingkat Insomnia Lansia Sebelum dan Sesudah Latihan Relaksasi Otot Progresif di PSTW Ciparay Bandung*.
- Ganong, William F. (2007). *Fisiologi kedokteran, perilaku siaga, tidur, dan aktivitas listrik otak*. Jakarta : EGC
- Japardi. (2007). *Gangguan Tidur*. USU : Digital Library
- Mardjono M, dan Sidharta P. (2008). *Neurologi klinis dasar*. Jakarta : Dian Rakyat

- Modjod. (2007). *Insomnia Experience, Management Strategies and Outcomes in ESRD Patents Undergoing Hemodialysis*. Mahidol University
- Mulyani, N.S. (2013). *Menopause Akhir Siklus Mentruiasi pada Wanita di Usia Pertengahan*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Notoadmojo, Soekidjo. (2007). *Pendidikan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: PT Rhineka Cipta
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rhineka Cipta
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rhineka Cipta
- Nugroho, W.H. (2008). *Komunikasi dalam keperawatan gerontik*. Jakarta: EGC
- Nugroho, W.H. (2009). *Komunikasi dalam keperawatan gerontik*. Jakarta: EGC
- Nugroho, W.H. (2010). *Komunikasi dalam keperawatan gerontik*. Jakarta: EGC
- Pangkahila, Asikin. (2009). *Fisiologi Olahraga*. Jakarta : Fakultas Fisioterapi Universitas Indonusa Esa Unggul
- Pudjiastuti & Utomo. (2007). *Fisioterapi Pada Lansia*. Jakarta : EGC
- Purwanto Setiyo. (2008). *Mengatasi insomnia dengan terapi relaksasi*. Surakarta : Jurnal Kesehatan
- Rahajeng . (2010). *Efek Latihan Kegel pada Kekuatan Otot Dasar Panggul Ibu Pasca Persalinan*. Jurnal Kedokteran Brawijaya
- Riset Kesehatan Dasar (2013). *Laporan nasional 2013 badan penelitian dan pengembangan kesehatan Departemen Kesehatan, Republik Indonesia*. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia
- Ristiana, Ririn. (2013). *Pengaruh Senam Kegel terhadap Perubahan Inkontinensia pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai Palembang tahun 2013*. Skripsi : Poltekkes Palembang
- Rivai dan Mulyadi. (2010). *Kepemimpinan dan Perilaku Organisasi*. Jakarta : Raja Grafindo Persada

- Saputri, D. (2009). *Hubungan Antara Sleep Hygiene Dengan Kualitas Tidur Pada Lanjut Usia Di Dusun Sendowo, Kelurahan Sinduadi, Mlati, Sleman, Yogyakarta*. Yogyakarta : UGM
- Setiadi. (2013). *Konsep dan penulisan riset keperawatan*. Surabaya : Graha Ilmu
- Setiati, Siti dan Pramantara, I Dewa. (2007). *Inkontinensia Urine dan Kandung Kemih Hiperaktif. Ilmu Penyakit Dalam*. Jakarta : FK UI
- Setyono, Joko. (2007). *Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta : Salemba
- Sherwood, Laurale. (2009). *Fisiologi manusia*. Edisi 2. EEG
- Smetlzer, Suzzane C. (2006). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner and Suddarth*. Jakarta : EGC
- Soetomenggolo, T.S., Widodo, D.P. (2000). *Perkembangan Normal Tidur pada Anak dan Kelainannya*. Sari Pediatri
- Sutanti, Eko. (2014). *Pengaruh Senam Ergonomis terhadap Perubahan Kualitas Tidur pada Lansia di Padukuhan Bonosoro Bunnirejo Lendah Kulon Progo*. Skripsi :
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sulistiyarini, Tri dan Santoso, Dwi. (2016). *Gambaran Karakteristik Lansia Dengan Gangguan Tidur (Insomnia) Di RW 1 Kelurahan Bangsal Kota Kediri*. Kediri : Stikes Baptis
- Tarwoto, & Wartolah. (2011). *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan* (ed 4). Jakarta: Salemba Medika.
- Wavy. (2008). *American psychiatric*. New York : Medical Collage University
- Widianti, A.T. & Proverawati, A. (2010). *Senam Kesehatan*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Widyarani, L. 2010. *Hubungan Antara Nyeri Muskuloskeletal dengan Kualitas Tidur pada Lanjut Usia di Desa Panggunharjo Kecamatan Sewon Kabupaten Bantul*, Laporan Penelitian. Yogyakarta: FK UGM
- Wyaat, et al. (2006). *Oxford handbook of accident and emergency medicine, hypertensive crises*. New York : Oxford University Press

Yanthi, K.D.P. (2011). *Pengaruh Senam Kegel terhadap Kekuatan Otot Dasar Panggul pada Wanita Menopause di Banjar Sulangai Desa Sulangai Petang*. Skripsi : FK Universitas Udayana

Yogiantoro M. (2009). *Buku ajar ilmu penyakit dalam jilid II. Hipertensi sensial. Edisi V*. Jakarta : Interna Publishing

STIKES BETHESDA YAKKUM