

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier. (2012). *Aktivitas Fisik*.<<https://digilib.unimus.ac.id/files/disk.pdf>>. [Diakses pada 5 November 2019].
- Amalla, I.N. (2017). Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Kelelahan Fisik Pada Lansia Di Desa Jatisaba Kecamatan Purbalingga, Kabupaten Purbalingga. [Diakses pada 5 November 2019].
- Ambardini, R. (2009). *Aktivitas Fisik Pada Lanjut Usia*. Universitas Negeri Yogyakarta, Wuny
- Ambarwati, Respati Fitri (2014). *Konsep Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta : Duo Satria Offset.
- Amin, M. A.(2017). Klasifikasi Kelompok Umur Manusia Berdasarkan Analisis Dimensi Fraktal *Box Counting* Dari Citra Wajah Dengan Deteksi Tepi Canny. Jurnal Ilmiah Matematika. Vol 2 (6) 2301-9115. Diperoleh dari <<https://www.neliti.com/publications/249455/klasifikasi-kelompok-umur-manusia-berdasarkan-analisis-dimensifraktal-box-counti>> .[Diakses tanggal 03 Desember 2019].
- Amir. (2010) Masalah kesehatan lansia. <http://digilib.unimus.ac.id/files/disk.pdf>. Diakses pada tanggal 25 Juli 2020
- Arbi'ah, S. (2016). Hubungan Keaktifan Datang Ke Posyandu Dengan Kualitas Hidup Lanjut Usia Wanita Di Daerah Binaan Puskesmas Parit H. Husni II Pontianak. [Skripsi]. Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas Muhammadiyah Pontianak.
- Aspiani YR. 2014. *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik*. Jakarta: CV. Trans Info Media
- Azizah, L.M. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Azizah, L.M. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Sleman. (2016). *Pola Penyakit Pasien Rawat Jalan di Puskesmas*. Diakses dari: <<https://slemankab.bps.go.id/subject/30/kesehatan.html#subjekViewTab3>>. [Diakses pada 5 November 2019].
- Badan Pusat Statistik. (2015). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2014*. Jakarta: Badan Pusat Statistik 2015. Jakarta. Diakses dari: <<https://www.bps.go.id/publication/2015/11/02/e8375b9b7a8e0d380a1fd1da/statistik-penduduk-lanjut-usia-2014.html>>. [Di akses pada tanggal 11 November 2019].

- Baeck. (2010). *Tingkat Ukur Aktivitas Fisik*.<<https://lib.ui.ac.id/file=digital>>. [Diakses pada 4 November 2019].
- Berman & Koziar.(2008). *Fundamental of Nursing. United States of Amerika*: Pearson Education Inc.
- Budi, R.S & Nurjanah, S. (2016). Gambaran Aktivitas Fisik Lansia Dan Kualitas Tidur Lansia Di Balai Pelayanan Sosial Lanjut Usia Dewanata Cilacap. Fakultas Ilmu Kesehatan UMP.
- Buysse, D. J., Reynolds III, C.F., Monk, T. H., Berman, S. R., Kupfer, D. J. (1989). *The Pittsburgh Sleep Quality Index: A New Instrument For Psychiatric Practice and Research. Psychiatric Research*; 28: 193-213.
- Buysse, D. J., Reynolds III, C.F., Monk, T. H., Berman, S. R., Kupfer, D. J. (1989). *The Pittsburgh Sleep Quality Index: A New Instrument For Psychiatric Practice and Research. Psychiatric Research*; 28: 193-213.
- Cheri, Eric. (2018). *Poor Sleep Quality And Insufficient Sleep of Collegiate Studentathlete Population*. Journal of the national sleep foundation : Sleep Health
- Dahlan, S.(2013). *Besar Sampel Dan Cara Pengambilan Sampel: Dalam Penelitian Kedokteran Dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Darmojo, B. (2015). *Buku Ajar Boedhi-Darmojo Geriatri (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut)*. Jakarta: FK Universitas Indonesia
- Depkes, RI. (2010). *Pedoman Kesehatan Lanjut Usia Bagi Petugas Kesehatan I, Kebijakan Program II, Materi Pembinaan, Direktorat Bina Kesehatan Keluarga, Jakarta*.
- Dewi, S.R. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Depublish
- Dinas Kesehatan DIY.2016. *Profil Dinas Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta*. DIY: Dinkes DIY.
- Effendi, D.A., Mardijana, & Dewi. (2015). Hubungan antara Aktivitas Fisik dan Kejadian Demensia pada Lansia. *Pustaka Kesehatan*, 2.
- Eliopoulos, C. (2010). *Gerontological Nursing*. Edisi Ke 7. Cina: Wolters Kluwer Health.
- Elsawy. (2010). *Kurangnya Aktivitas fisik*. [Di akses pada tanggal 11 November 2019].
- Ernawati, (2018). *Gambaran Kualitas tidur dan gangguan tidur pada lansia dipanti sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Jambi* .Jurnal Keperawatan: Jurusan Keperawatan Poltekes Kemenkes Jambi

- Fakihan, A & Dwi, R. (2016) Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Pada Lanjut Usia. Skripsi Thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Fatmah.(2011). *GiziUsia Lanjut*. Jakarta: Erlangga
- Firman. (2017). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Pola Tidur Pada Usia Lanjut di Dusun Mojosongo Desa Balongbesuk Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang. [Di akses pada tanggal 11 November 2019].
- Fitri. (2018). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur pada Lansia di Desa Karangrejo Kecamatan Gabus Kabupaten Grobogan. Salatiga: Universitas Kristen Satya Wacana. [Diakses tanggal 11 November 2019].
- Galea M. (2008). Subjective sleep quality in the elderly: relationship to anxiety, depressed mood, sleep beliefs, quality of life, and hypnotic use. Eprints Vu EduAu [Internet].
- Garfield, V.,Clare,H.L.,Meena, K. *The relationship between physical activity, sleep duration and depressive symptoms in older adults: The English Longitudinal Study of Ageing (ELSA)*. Journal Homepage: <<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>>.[Diakses tanggal 20 November 2019].
- Guyton, A. C. (2005). *Fisiologi Manusia dan Mekanisme Penyakit*.Alih Bahasa oleh Andrianto, P. Edisi 3. Jakarta: EGC.
- Hatmanti, N. M., & Laiali, F. N. (2018). Aktivitas fisik dengan kualitas tidur lansia di posyandu lansia wulan erma menanggal Surabaya. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Vol 4 (1). Hal 105-107.
- Hidayat, A. (2011). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hidayat, A.A.A (2012).*Kebutuhan Dasar Manusia, Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Juanita., & Safitri, C. P. (2016). Hubungan Basic Conditioning Factors dengan Kualitas Hidup Lanjut Usia dengan Diabetes Melitus Di RSUD Dr. Zainoel Abidin Banda Aceh. Vol. VII. No 1. Idea Nursing Jurnal. ISSN: 2087-2879.
- Karim.(2010). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Aktivitas Fisik*.<<http://digilib.unimus.ac.id/files/disk.pdf>>. [Diakses tanggal 15 November 2019].
- Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Pusat Data Dan Informasi: Situasi Dan Analisis Lanjut Usia*. Jakarta: Kemenkes RI. Diakses dari: <<http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-lansia.pdf>>. [Diakses pada 21 November 2019].

- Kementerian Kesehatan RI. (2017). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2016*. Jakarta : Kemenkes RI. 2017. Diakses dari: <<http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-2016.pdf>>. [Diakses tanggal 16 November 2019].
- Kozier, Erb, Berman & Snyder (2004). *Fundamental Of Nursing*. United States of America: Person Education Inc.
- Laili, F.N & Nety, M.H. (2017). Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Lansia Di Posyandu Lansia Wulan Erma Menanggal Surabaya. Fakultas Keperawatn Dan Kebidanan Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya
- Maas, M.L, (2011). *Asuhan Keperawatan Gerontik :Diagnosa Nanda, Kriteria Hasil Noc & Intervensi Nic*. Jakarta:EGC
- Maryam, R.S., Ekasari, M.F., Rosidawati., Jubaedi, A., Batubara, I. (2011). *Mengenal Usia Lanjut Dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika
- Meiner, S.E. (2011). *Gerontologic Nursing*. Edisi ke 5. USA: Mosby Elsevier.
- Mubarak, W.I., Lilis, I.,Joko, S. (2015). *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar*. Jakarta: Selemba Medika
- Mujahidullah, Khalid. (2012). *Keperawatan Gerontik*.Jogjakarta : Pustaka Pelajar.
- Nafidah, N. (2014). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Kognitif Lanjut Usia Dip Anti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 4 Margaguna Jakarta Selatan. *Skripsi*.Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- National Sleep Foundation. (2015).Sleep in america poll exercise and sleep: Summary of fidungs, national sleep foundation. <<https://sleepfoundation.org/sleep-polls-data/sleep-in-america-poll/2015-exercise-and-sleep>>. [Diakses tanggal 13 November 2019].
- New England Research Institutes, inc. (NERI). (1991). *Physical Activities Scale for Erderly (PASE)*. Watert0wn, Ma:NERI
- Notoatmodjo, S. (2014). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugroho, H.W. (2013). *Keperawatan Gerontik Dan Geriatrik*. Edisi Ke 3. Jakarta: EGC.
- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawata: Pendektan Praktis*.Edisi 3. Jakarta: Salemba Medika.
- Padila.(2013). *Asuhan Keperawatan Penyakit Dalam*.Yogyakarta: Nuha Medika.

- Pae, K. (2017). Perbedaan Tingkat Depresi pada Lansia yang Tinggal di Panti Werdha dan yang Tinggal di Rumah Bersama Keluarga'. *Jurnal Ners Lentera* 5(1), 21-32. Terdapat di :<<https://media.neliti.com>>. [Diakses tanggal 16 November 2019].
- Papalia, D., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2010). *Human Development (Perkembangan Manusia)* (edisi ke 10 Buku 2)
- Potter & Perry.(2010). *Fundamental Keperawatan*.Edisi 8. Jakarta: Salemba Medika.
- Pradayu, M. (2017). Pengaruh Aktivitas Organisasi Terhadap Perstasi Belajar (Studi Kasus Pengrus BEM Universitas Riau Kabinet Inspirasi Priode 2016-2017). *JOM FISIP*, Vol, 4 (2), Hal 1-12.
- Proverawati.(2012). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*.Yogyakarta. Nuha Medika
- Purnama, H & Tia, S. (2019). Tingkat Aktivitas Fisik Pada Lansia Di Provinsi Jawa Barat, Indonesia. *Jurnal Keperawatan Komprehensif* Vol. 5 No. 2, Juli 2019: 102-106
- Purwoko, Y & Bellakusuma, N. (2016).Pengaruh Senam Lansia Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia. *Jurnal Kedokteran Diponegoro* Vol 5 (4).SSN Online: 2540-8844
- Rianti Fajar.(2017).Bahaya Gangguan Tidur Pada Lansia. EGC
- Rizki, S.M. (2011) Hubungan Tingkay Pendidikan dan Aktivitas Fisik Dengan Fungsi Kognitif Pada Lansia.*Tesis*. Medan:USU.
- Robbins, Stephen P dan Judge Timothy. 2012). *Perilaku Organisasi*. Jakarta: Salemba Empat
- Safaringga, E & Reo, P.H. (2018). Hubungan Antara Kebugaran Jasmanu Dengan Kualitas Tidur. *Jurnal SPORTIF* Vol 4 (2). ISSN: 2548-7833.
- Sahin, G. (2017). *The Importance of Physical Activity Level and Exercise Characteristics on Sleep Quality in Older Adults*. *Journal Online homepage*: <<http://www.tandfonline.com/loi/waaa20>>.[Diakses tanggal 20 November 2019].
- Sari, D.P., Dewi, P.D.K., Retno, D.N. (2018). Hubungan Kualitas Tidur dan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah pada Lansia di Posyandu Lansia Desa Setrorejo. *Media Publikasi Penelitian*; 2018; Volume 15; No 2, Hal 86-93
- Sarwono.(2010). *Psikologi Kognitif*.<<http://poltekes-denpasar.ac.id/files/JURNAL>>. [Diakses tanggal 16 November 2019].

- Saryono.(2011). *Kumpulan Instrumen Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Sherwood.,Laura lee. (2011). *Fisiologis Mnesia*. Jakarta: EGC
- Siordia, C. (2012). on the relationship between gender roles attitudes, religious ideology and familism in a sample of adults in the United States. *Journal of International Women's Studies*, 17(4): 229-244.
- Sipayung, R., Siregar, F. A., & Nurmaini. (2018). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Perempuan Usia Lanjut Di Wilayah Kerja Puskesmas Padang Bulan Medan, 2(1), 78–86.
- Stuart, G.W.(2012). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Edisi 5. Jakarta: EGC
- Sugiyono.(2015). *Statistika Untuk Penelitian*. Jakarta: Alfabeta.
- Sukmawati, A.S.,Pebrianai, E.,Stiawan, A.A. (2018). Terapi Swdish Massage Menurunkan Tingkat Kecemasan Lansia Di Balai Pelayan Sosial Tresna Wredha (BPSTW) Unit Budi Luhur Yohyakarta. *Jurnal Ners dan Kebidanan VOL 5 (1)*, Hal 117-122.
- Sumirta, I Nengah & Laraswati, AA Istri.(2014). Faktor yang Menyebabkan Gangguan Tidur (Insomnia) Pada Lansia.Jurnal Keperawatan : Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar.
- Survei Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS). 2014. Statistik Penduduk Lanjut Usia laki-laki dan perempuan.
- Sutri., Erlisa, C & Warsono. (2017). Hubungan Antara Karakteristik Lanjut Usia Dengan Pemenuhan Kebutuhan Aktivitas Fisik Lansia Di Kelurahan Tlogomas Kota Malang. *Nursing News*.Volume 2, Nomor 3, 2017, Hal 103-110
- Tamher, S & Noorkasmini. (2015). *Kesehatan Usia Lanjut Dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Tarbiyati. (2010). Pedoman pembinaan kesehatan lanjut usia bagi petugas kesehatan. Jakarta.
- Vonika, Y.R. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Lasia di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Paku Tahun 2018. Diploma Thesis, Universitas Andalas
- Wawan dan Dewi (2010). Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia, Yogyakarta : Nuha Medika
- Wijaya, N.K. (2019). Hubunagn Karakteristik Individu, Aktivitas Fisik Dan Gaya Hidup Dengan Tingkat Kebugaran Fisik Lansia. [Skripsi]. Ir-Perpustakaan Universitas Airlangga

Wong Wai Yi. W., Vafaei A., Zunzunegui, M.V., Curcio,C.L, Guerra R., Alvarado, B.E. (2015). Physical exercise for sleep problems in adults aged 60 + (Review). Keperawatan Indones [Internet]. 2015; 1 (2): 121–30. Available from: <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jnursing>

World Health Organization. (2016). *Global Health And Aging*. <http://www.who.int/ageing/publications/global_health.pdf>.>.[D diakses tanggal 20 November 2019].

PEPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA