

DAFTAR PUSTAKA

- Amaliyyah, Rizqi. (2021). Pengaruh Kualitas Tidur Terhadap Kebahagiaan Pada Mahasiswa
- Arnis, Amelia. (2018). Hubungan Antara Kuantitas Dan Kualitas Tidur Dengan Uji Kompetensi DIII Keperawatan Poltekkes Kemenkes Jakarta I. *Quality : Jurnal Kesehatan* 12 : 33–36
- Baso, Miranda. C (2019). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Di Sma Negeri 9 Manado.”*Kesmas* 7 : 5–10
- Berthiana, Berthiana, and Wijaya Atmaja Kasuma. (2020). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kualitas Hidup Lansia Dengan Penyakit Diabetes Mellitus Tipe 2. *The Indonesian Journal of Health Science* 12 : 11–16.
- Dariah, Elis Deti, and Okatiranti. (2015). “Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Lansia Di Posbindu Anyelir Kecamatan Cisarua Kabupaten Bandung Barat.” *Jurnal Ilmu Keperawatan* III : 87–104. <https://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/jk/article/viewFile/156/149>.
- Engel. (2014). Tingkat Pengetahuan Pasien Terhadap Tatalaksana Terapi Pada Diabetes Mellitus Tipe Ii Di Puskesmas Punggur Kabupaten Lampung Tengah Periode Juli Tahun 2020. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*.
- Indra Puspitasari, Devy. (2020). Hubungan Aktifitas Fisik Dengan Insomnia Pada Mahasiswa Mahasiswi (Bem) Fakultas. Skripsi (S1) Thesis, Universitas Muhammadiyah Ponorogo : 10–24.
- Iqbal, Dien Muhammad. (2017). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Perantau Di Yogyakarta. Tugas Akhir Skripsi.
- Kaparang, Grace Fresania, and Wini Nabut. (2020). Hubungan Resiliensi Dan Kualitas Tidur Mahasiswa Profesi Ners Universitas Klabat Tahun Ajaran 2019/2020. *Klabat Journal of Nursing* 2 : 30.
- Manalu, Vinalola Vera Valentin. (2017). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Pada Siswa Kelas XI Di SMAN 1 Medan. : 1–44. <http://repositori.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/19890/130100290.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Mansur, M. (2016). Pengaruh Complex Trainingmanipulationterhadap Peningkatan Power Otot Tungkaipada Mahasiswa Prodi Pko Fik Uny. *Jurnal Olahraga Prestasi* 12 : 115243.



- Mariyana, R., Oktorina, R. & Pratama, A. (2020). Terapi Wudhu Dan Hygiene Terhadap Gangguan Tidur Anak Usia Sekolah. *REAL in Nursing Journal (RNJ)* 3 : 11–19. <https://ojs.fdk.ac.id/index.php/Nursing/index>.
- Modules, Year et al. (2021). *Angewandte Chemie International Edition*, 6, 951–952. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. 2 : 1–5. http://books.google.com.co/books?id=iaL3AAAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=intitle:Market+research+in+Practice+inauthor:hague&hl=&cd=1&source=gbs_api%0Apapers3://publication/uuid/4EEA28E9-41A0-4677-9426-7B552915D62F%0Ahttps://doi.org/10.1080/23311886.2019.16.
- Noliya, Marda, Anita Apriany, and Puji Setya Rini. (2018). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan* 9 : 23–35.
- Nursalam. (2017). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan.
- . (2017). Metodologi Penelitian Ilmu Kperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Octavianti, Fitri. (2020). Studi Literatur Tentang Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia. *Skripsi* 1: 1–476.
- Rohmah, Wulan Khoirul, and Dyah Puspita Santik Yunita. (2020). Determinan Kualitas Tidur Pada Santri Di Pondok Pesantren. *Higeia Journal of Public Health Research and Development* 4 : 649–59.
- Sofiah, Siti, Kurnia Rachmawati, and Herry Setiawan. (2020). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Pada Santriwati Pondok Pesantren Darul Hijrah Puteri. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan dan Kesehatan* 8 : 59.
- Susanto, Ahmad Feri, Arif Wijaya, and Faisal Roni. (2021). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Pada Lanjut Usia. *Jurnal EDUNursing* 5 : 1–15.
- Syabira Ramdhanita, Dina, and Maemunah Sa'diyah. (2021). Hubungan Pola Asuh Orangtua Dengan Kenakalan Remaja Di Smk Yktb 2 Bogor. X : 2021.
- Tamimy, Muhammad Taufan. (2021). Efek Pandemi Covid 19 Terhadap Aktivitas Fisik Dan Kualitas Tidur Pada Siswa Sekolah Dasar Di Sdn Pucang V Sidoarjo. *Jurnal Prestasi Olahraga* 4 : 137–43. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/41804%0Ahttps://ejournal.unesa.ac.id>.
- Yudha Al-Farisi. (2018). Potensi Pondok Pesantren Dan Upaya Pengembangan Dan Pembinaannya. *Al-hasanah: Jurnal Pendidikan Agama Islam* 3 : 42–49. <https://kbbi.web.id/potensi>.
- Yulia Rahmawati, Sunanto. (2019). “Pengaruh Tidur Siang Terhadap Kecerdasan Logika Anak Usia 3-5 Tahun Di TK Zainul Hasan Probolinggo.” *Ajurnal ilmu keperawatan Indonesia* Vol.12, No. 1 aPRIL 2019 12 : 28–32.



Jumiarni. (2018). Perbandingan Kualitas Tidur Menggunakan Skala Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) Pada Pasien Gangguan Cemas Yang Mendapat Terapi Benzodiazepin Jangka Panjang Dan Jangka Pendek. Program Pascasarjana Program Studi Biomedik Universitas Hasanuddin Makassar

Knutson, Phelan, J., *et al.*, (2017). *The National Sleep Fondation Sleep Health Index. Elsevier Inc : Sleep Health*

