

Daftar Pustaka

- Achmad, Abdul Kadir Andi (2013). Olahraga Judo, Jakarta : Rosda
- Arikunto, Suharsimi (2010). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik (Edisi Revisi 2010), Jakarta : Rineka Cipta
- Asmadi (2008). Teknik Prosuderal Keperawatan Konsep Dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien
- Doe (2012). Jurnal Hubungan Antara Perawat Pekerja Shift Dengan Gangguan Pola Tidur.
- Hastono, Sutanto Priyo (2003). Analisis Data Kesehatan. Depok
- Heri, Dwi Dkk (2012). Jurnal Pengaruh Olahraga Futsal Malam Hari Terhadap Tingkat Insomnia Pada Anggota Perkumpulan Futsal “Bintang City” Di Blimbing Malang.
- Hidayat, Aziz Alimul. (2013). Metode Penelitian Keperawatan Dan Tehnik Analisa Data. Jakarta : Salemba Medika.
- Hidayat, Aziz Alimul. (2012). Kebutuhan Dasar Manusia . Jakarta : Health Books Publishing
- Mutiari, Ika. (2013). Jurnal Hubungan Antara Faktor Gangguan Psikologis Dengan Insomnia Pada Lansia Di Unit Rehabilitasi Sosial Pucang Gading Semarang
- Notoatmodjo, Soekidjo (2010). Metodologi Penelitian Kesehatan, Jakarta : Rineka Cipta.
- Perma, Dhian (2012). Jurnal Hubungan Antara Pola Makan Siswa Kelas Ix Obesitas Dengan Aktifitas Fisik Di Sma Islam Sultan Agung 1 Semarang, Semarang.
- Rafknowledge (2004). Insomnia Dan Gangguan Tidur Lainnya, Jakarta : Elex Media Komputido.
- Rahman, Aidil (2009). Jurnal Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kelelahan Pengendara Mobil Pribadi Jakarta.
- Siregar, Mukhlidah Hanun (2011). Mengenal Sebab-Sebab, Akibat-Akibat, Dan Cara Terapi Insomnia, Jakarta : Flash Book
- Trusnanur (2007). Jurnal Hubungan Informasi Tentang Tindakan Keperawatan Dengan Pola Tidur Pasien Dewasa Di Ruang Rawat Inap Kelas Iii Rumah Sakit Umum Daerah Kota Semarang, Semarang.