

DAFTAR PUSTAKA

- Abraham Maslow. (2006). *On Dominance, Self Esteem and Self Actualization*. Ann Kaplan: Maurice Basset. Hlm. 153, 168, 170-172, 299-342.
- Agustin Destiana. (2012). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur pada Pekerja Shift di PT. Krakatau Tirta Industri Cilegon (Skripsi)*. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Almatsier. (2009). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Almatsier, Sunita. Susirah, S.M.S. (2011). *Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Amsi M. (2011). *Hubungan Pola Makan dengan Status Hemoglobin pada Mahasiswi Angkatan 2010*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Makassar. Media Gizi Masyarakat Indonesia.
- Arisman. (2004). *Gizi Daur Kehidupan*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Arikunto Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Bixler. (2009). Sleep and Society: an epidemiological perspective. *Journal of Sleep Medicine*. Vol (3)
- Barnes, D.E. (2004). *Program Olahraga: Diabetes*. Yogyakarta: Citra Aji Parama
- Buysse, D., Reynold, C., Monk, T., Berman, S., Kupfer, D. (1989). *The Pittsburgh Sleep Quality Index: A New Instrument for Psychiatric Practice and Research*. *Psychiatry Res*; 28(2):193-213.
- Badan Pusat Statistik. (2003). *Survei Sosial Ekonomi Nasional Tahun 2002*. Jakarta: BPS.
- Carpenito. (2002). *Diagnosis Keperawatan: Aplikasi Pada Praktek Klinis*. Ed. Ke-9. Jakarta: EGC.
- Citrakesumasari, Syah MNH. Analisis Zat Gizi Terkait Hiperhomosistein Pada Remaja Obesitas Di Indonesia (Analisis Lanjut Data Riskesdas 2010) Program Studi Ilmu Gizi Universitas Hasanuddin Makassar 2012.
- Clarke, R; Smith A.D; Jobst, K.A; Refsum, H, Sutton, L; Ueland P.M. (1998). *Folate, vitamin B12, and Serum Total Homocysteine Levels in Comfirmed Alzheimer Disease*. *Arch Neurol* 55: 1449-55.

- Craven, R., Hirnle, C. (2000). *Fundamental of Nursing: Human Health and Function*. 3rdEd. Philadelphia: Lippincott William &Wilkins.
- Dewald J.F, Meijer A.M, Oort F.J, Kerkhof G.A, Bogels S.M. (2010). The Influence of Sleep Quality, Sleep Duration and Sleepiness on School Performance in children and adolescents: A Meta-Analytic Review. *Sleep Medicine Reviews*; 14: 179-189.
- Dewi. (2009). Faktor-faktor risiko yang berkaitan dengan prevalensi kurang tidur kronis pada mahasiswa didaerah istimewa Yogyakarta. *Jurnal kesehatan Surya Medika: Yogyakarta*.
- Donukshe-Rutten R, Vries Jd, Bree AD, Put NdVd, Staveren WV, Groot Ld. (2009) Dietary Intake and Status of Folate and Vitamin B12 and Their Association with Homosystein and Cardiovascular Deseas in European Populations European. *Journal Clinical Nutrition*; 63:18-30.
- Hakam & Atien (2006). *Efek Kurang Tidur Pada Kecemasan Emosi Remaja*. Jakarta :Eramuslim
- Howell A.J, Jahrig J.C, Powell R.A.(2004). Sleep Quality, Sleep Propensity and Academic Performance (Abstrak). *Percept Mot Ski*; 99(2): 525-535.
- Ficca, G. & Salzarulo, P. (2004) *What In Sleep Is For Memori*. physiology.elte.hu/gyakorlat/cikkek/What%20in%20sleep%20for%20memory.pdf
- Fridayana. (2013). *Hubungan antara Kualitas Dan Kuantitas Tidur Dengannilai Modul Pada Mahasiswa Kedokteran Praktek Klinik Universitas Tanjungpura*.
- Hastono Susanto Priyo. (2007). *Analisis Data Kesehatan*. Depok: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Harkreader, Hogan, & Thobaben. (2007). *Fundamental of Nursing: Coring And Clinical Judgment* (3rd ed). St. Louis, Missouri Saunders Elsevier.
- Hidayat Aziz Alimul. (2008). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia: Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba medika.
- Johanna Christa & Jachens. (2004). Sleep Disturbances & Healthy Sleep. The Association of Waldorf Schools of North America. *Journal of aging and health*.<http://www.waldorflibrary.org/waldorf%20journals%20project/SleepDisturbances.pdf>.

- Karim Faizati. (2002). *Panduan Kesehatan Olahraga bagi petugas Kesehatan*. Jakarta: Kesehatan Komunitas.
- Kozier. (2004). *Fundamental of Nursing: Concepts, Process, And Practice* (7th ed). New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
- Mass James, B. (2002). *Power Sleep*. Bandung: Penerbit Kaifa.
- Markku Partinen, T. W. (2014). *Nutrition, Sleep and Sleep Disorders – Relations of Some food cobituents and sleep*. Pharmacology and Nutritional Intervention in the Treatment of Disease, 197-198.
- Mahan, L.K., Stump S. E., & Krauses. (2007). *Food Nutrition And Diet Therapy* Pensilvania Elsevier's Health Science Right Dept. p.n, 101-110.
- Magee, C.A; Caputi, P; Iverson, D.C. (2010). Is Sleep Duration Association with Obesity in older Australian Adult. *Journal of aging and health*. 22(8):1235–1255.
- Mellisa Kiki (2013). Hubungan antara Perilaku Olah Raga, Stress dan Pola Makan dengan Tingkat Hipertensi Pada Lanjut Usia di Posyandu Lansia Kelurahan Gebang Putih Kecamatan Sukolilo Kota Surabaya. <http://journal.unair.ac.id>
- Muchlisa, Citra kesumasari, Indriasari R. (2013). Hubungan Asupan Zat Gizi dengan Status Gizi pada Remaja Putri di Fakultas Kesehatan Masyarakat UNHAS. *Jurnal MKMI*. 2013:15.
- Nashori. (2004). Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Kendali Diri Mahasiswa. <http://data.dppm.uui.ac.id/uploads/f02023.pdf>.
- Natoatmodjo Soekidjo. (2010). *Ilmu Prilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Paavonem & Heiskanen. (2009). Sleep Quality, Duration and Behavioral Symptoms Among 5-6 Year Old Children, *Journal of aging and health*. 18:747-754.
- Persatuan Ahli Gizi Indonesia. (2003). *Gizi Indonesia Jurnal of Indonesia Nutrition Association*. Jakarta.
- Pilcher, J., Ginter, D., Sadowsky, B. (1997). *Sleep Quality versus Sleep Quantity: Relationship between Sleep and Measure of Health, Well-Being, and Sleepiness in College Students*. *J Psychosom Res*, 42(6):583-596.

- Pramata Aprian. (2013). *Hubungan Antara Status Gizi, Sarapan, Asupan gizi, Kualitas Dan Kuantitas Tidur Malam Dengan Kosentrasi Pada Siswa Kelas 7 SMP Negeri 239 Jakarta*. Progam Ilmu Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat. Depok: Universitas Indonesia.
- Potter & Perry. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Edisi 4 Volume 2*. EGC: Jakarta.
- Rafknowledge. (2004). *Insomnia dan Gangguan Tidur lainnya*. Jakarta: PT Gramedia.
- Rampengan, J.J.V., Marunduh, S.R., Angels M.R. (2013). Gambaran Durasi Tidur Pada Remaja Dengan Kelebihan Berat Badan. *Jurnal e-Biomedik*, 1(2) 849-853.
- Santosa Giriwijoyo, D. (2013). *Ilmu Olahraga (fisiologi olahraga)*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Siregar, S. (2013). *Statistik Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Erlangga
- Sodiaetama Achmad Djaeni. (2004). *Ilmu Gizi Untuk Mahasiswa Dan Profesi*. Edisi kelima. Jakarta: Dian Rakyat.
- Suter. (2006). *Vitamine Metabolisme and Requirements In Erderly: selected aspect*. In: geriatric nutrition: the health professional's handbook. Canada: jones and barlett publisher: p.31
- Supariasa (2012). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC.
- Suiraoaka, 2012. *Penyakit Degeneratif, Mengenal, Mencegah dan Mengurangi Faktor Risiko 9 Penyakit Degeneratif*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Syafitri. (2010). *Pengaruh Pemberian Aktivitas ROM (Range of Motion) Terhadap Perubahan Kualitas Tidur Pasien Diabetes Melitus di Ruang Mawar RSUP NTB*. <http://www.scribd.com/doc/58208417/skripsi-keperawatan>.
- Tucker KL, Qiao N, Scott T, Rosenberg I, Spiro A. (2005). High homocysteine and Low B Vitamins Presict Cognitive Decline In Aging Men: the Veterans Affairs Normative Aging Study. *Am J Clin Nutr*. 82:627-35
- Truswell, J. m. (2014). *buku ajar Ilmu Gizi*. Jakarta: EGC
- Uwe Grober. (2012). *Mikro Nutrien Penyelesaian Metabolik, Pencegahan, dan Terapi*: Jakarta

- Veldi M, Aluoja A, Vasar V.(2005). Sleep Quality and More Common Sleep Related Problems in Medical Students (Abstrak). *Sleep Medicine*; 6: 269-275.
- Wahiduddin, Hasrin Mannan & Rismayanti. (2013). *Faktor Risiko Kejadian Hipertensi di Kecamatan Bangkala Kabupaten Jeneponto Sulawesi Selatan*.
<http://Respiratory.unhas.ac.id>
- Wavy, W. (2008). *The Relationship between time management, perceived stress, sleep quality and academic performance among university students*.
<http://libproject.hkbu.edu>.
- Wenve J, Kang JH, Manson JE, Breteler MMB, Ware JH, Grodstein F. (2004). Physical Activity, Including Walking and Cognitive Function In Older Women. *JAMA*; 1454-1461.
- Yuniati. (2012). *Kandungan Vitamin B6, B9, B12 Dan E Beberapa Jenis Daging, Telur, Ikan Dan Udang Laut Di Bogor Dan Sekitarnya*. *Penel Gizi Makan* 2012, 35(1):78-89