

DAFTAR PUSTAKA

- Aimul, H. et al. 2015. *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia*. Edisi 2. Salemba Medika.
- Alifah, Umi. 2016. *Makna Tabzir dan Israf dalam Alquran*. Skripsi. Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Brinkman, Joshua & Sharma, s. 2018. *Physiology, Sleep*.
- Guyton AC. 2010. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. Edisi ke-12*. Jakarta: EGC
- Hidayat Aimul, et al. 2015. *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia. Edisi 2*. Salemba Medika.
- Joyce, LeFever. 2013. *Pedoman Pemeriksaan Laboratorium & Diagnostik Edisi 6*. Jakarta : EGC.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia 2018. *Hasil Utama Riskesdas Tahun 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kurniadi, H. dan Nurrahmani, U. 2014. *Stop Diabetes Hipertensi Kolesterol Tinggi Jantung Koroner*. Yogyakarta. Penerbit: Istana Media
- Khomarun, Wahyuni E., Nugroho M.. 2013. *Pengaruh Aktivitas Fisik Jalan Pagi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Stadium I Di Posyandu Lansia Desa Makam Haji. Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan*, Volume 2, Nomor 2,
- Nugroho, 2014. *Keperawatan Gerontik Dan Geriatrik*. Jakarta: EGC. PERKENI, 2015, *Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia*, PERKENI, Jakarta.
- Potter, P.A, Perry, A.G. 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses, dan Praktik. Edisi 4. Volume 1&2*. Jakarta:EGC.
- Price, S.A., Wilson, L.M. 2013. *Patofisiologi Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit. Edisi VI*. Jakarta: EGC
- Sherwood L. 2012. *Fisiologi manusia dari sel ke sistem*. 6th ed. Jakarta: EGC;.

- Shi Z, Taylor AW, Gill TK, Tuckerman J, Adams R, Martin G. J. *Short sleep duration and obesity among Australian children*. BMC Public Health 2010.
- Tarwoto dan Wartoh.,2015. *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan* . Edisi :4 .Jakarta
- Torres FL, Leal, Fonseca MH, Alaniz, Oliveira AC, Alonso MI, Vale, 2012. *Adipose Tissue Inflammation and Insulin Resistance*. Intech; Chapter 6.
- WHO 2018. *Obesity and Overweight*. World Health Organization, dilihat 30 September 2019. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- WHO 2013. *Physical Activity* . World Health Organization: Geneva.WHO/DCO/WHD/2013.2. dilihat 30 Agustus 2020. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity%0D>
- WHO. 2010. *Global Recommendations on Physical Activity for Health*. World Health Organization, Geneva 2010.
- World Health Organization, 2012. *Surveillance and Population-Based Prevention, Prevention of Noncommunicable Diseases Department*. Geneva, Switzerland. Dilihat 30 Agustus 2020 <https://www.who.int/ncds/surveillance/steps/GPAQ/en/>
- IPAQ. 2005. Guidelines For Data Processing and Analysis of The International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) Short and Long Forms.
- Hamdani Ihsan dan A. Fuad Ihsan 2001, *Filsafat Pendidikan Islam*, (Bandung : CV Pustaka Setia, 2001), hlm. 259.
- Khairuddin, 2017. *Olahraga dalam Pandangan Islam*. Jurnal olahraga Indragiri 2017
- Mustika rahayu. 2019. *POLA MAKAN MENURUT HADIS NABI SAW (SUATU KAJIAN TAHLILI)*. Jurnal Diskursus Islam Volume 7 Nomor 2, Agustus 2019
- Abdul Mutakabbir .2015, *Makanan Sehat Dalam Al-Qur'an (Kajian Tahlili terhadap QS. alBaqarah/2:61)*, Skripsi h. 106
- Hidayatullah, Nur.2010. *Rahasia Hidup Sehat Cara Rasulullah Saw*, Jakarta, Katalog Dalam Terbitan(KDT),

Quthb, Sayyid. 2004. *Tafsir Fi Zhilalil-Qur'an*. Jakarta: Gema Insani

Zimberg, I.Z., Dâmaso, A., Del Re, M., Carneiro, A.M., Sá Souza, H., Lira, F.S.,
Tufik, S., Mello, M.T., 2012. *Short sleep duration and obesity: mechanisms and
future perspectives: SLEEP AND OBESITY*. Cell Biochem. Funct. 30, 524–529.