

DAFTAR PUSTAKA

- Ancok, D. 1987. *Teknik Penyusunan Skala Pengukuran*. Yogyakarta: Pustaka Penelitian Universitas Gadjah Mada.
- Arikunto, S. 1993. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Azwar, S. 1998. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- _____. 2000. *Reliabilitas dan Validitas*. Edisi Kedua. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Davidson, J. 2001. *Penuntun 10 Menit Manajemen Waktu*. Alih Bahasa: Niken H. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hadi, S. 2000. *Metodologi Research: Jilid 1*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hardjanta, G. 2003. Efektivitas Perlakuan Intensi Paradoksal pada Penderita Insomnia. *Psikodimensia: Kajian Ilmiah Psikologi*. Semarang: Universitas Katolik Soegijapranata. Vol.1. No. 1 (21-26).
- Juriana. 2000. Kesesuaian Antara Konsep Diri Nyata dan Ideal Dengan Kemampuan Manajemen Diri pada Mahasiswa Pelaku Organisasi. *Psikologika*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia. Tahun V. No. 9 (65-76).
- Kaplan, HI. 1997. *Sinopsis Psikiatri*. Alih Bahasa: Kusuma W. Jakarta: Binarupa Aksara.
- Khomsan, A. 2008. *Terapi Gizi Untuk Insomnia*. www.depkes.go.id (25 Februari 2008)
- Laniwaty, E. 2001. *Insomnia: Gangguan Sulit Tidur*. Yogyakarta: Kanisius.
- Nevid, J.S., Rathus S.A., Greene, B. 2005. *Psikologi Abnormal: Jilid II*. Edisi Kelima. Alih Bahasa: Tim Fakultas Psikologi Universitas Indonesia. Jakarta: Erlangga.

- Novilia. 2005. Hubungan Antara Stres Dalam Menyusun Skripsi Dengan Insomnia. *Skripsi*. Semarang: Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata (tidak diterbitkan).
- Direktorat Jenderal Pelayanan Medik. 1993. *Pedoman Penggolongan dan Diagnosis Gangguan Jiwa di Indonesia*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.
- Prijosaksono. 2002. *Mengatasi Insomnia*. www.sinarharapan.co.id (25 Februari 2008)
- Purnama, MP. 2005. Minat Pengembangan Karir Pada Ibu Bekerja Ditinjau Dari Dukungan Sosial Suami dan Kepercayaan Diri. *Skripsi*. Semarang: Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata (tidak diterbitkan).
- Rafknowledge. 2004. *Insomnia dan Gangguan Tidur Lainnya*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Rini, JF. 2002. *Wanita Bekerja*. www.e-psikologi.com (12 Maret 2008)
- Setiasih. 2005. Deskripsi Tentang Ibu Bekerja. *Jurnal Psikodinamik*. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang. Vol. 7. No. 1 (18-28).
- Suryabrata, S. 1993. *Pembimbing ke Psikodiagnostik*. Cetakan kelima. Yogyakarta: Penerbit Sanarsin.
- Taylor, H.L. 1990. *Manajemen Waktu: Suatu Pedoman Pengelolaan Waktu Yang Efektif Dan Produktif*. Jakarta: Binarupa Aksara.
- Timpe, A.D. 1991. *Seri Ilmu dan Seni Manajemen Bisnis: Mengelola Waktu*. Alih Bahasa: Susanto Budidharmo. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Turana, Y. 2007. *Gangguan Tidur: Insomnia*. www.medikaholistik.com (12 Maret 2008)
- Tyrer, P. 1985. *Mengatasi Insomnia (Kesulitan Tidur)*. Alih Bahasa: Yustiana Rostiawati. Jakarta: Penerbit Arcan.
- Wasito, H. 1995. *Pengantar Metodologi Penelitian: Buku Panduan Mahasiswa*. Jakarta: Gramedia.
- Wolfman, B.R. 1995. *Peran Kaum Wanita*. Yogyakarta: Kanisius.