

sendiri dalam mengumpulkan partisipan dan juga hasil olah data yang tidak sesuai dengan yang apa yang diharapkan. Hal ini menjadi pelajaran bagi penulis untuk dapat bertahan dan menemukan solusi.

Secara keseluruhan, proses pengerjaan skripsi telah menjadi pengalaman yang mendalam dan penuh pembelajaran. Penulis tidak hanya memperoleh pengetahuan akademis, tetapi juga belajar banyak tentang diri sendiri, kedisiplinan, dan bagaimana mengatasi tantangan. Tentunya hal ini akan menjadi landasan yang kuat bagi perjalanan penulis ke depannya. Terakhir, penulis juga merasa sangat bersyukur dapat dibimbing oleh dosen pembimbing yang membantu penulis untuk memiliki pemahaman yang lebih baik selama proses pengerjaan skripsi dari awal hingga akhir.

DAFTAR PUSTAKA

- Andas, A. M., Effendi, C., & Setyarini, S. (2020). Validity and reliability test on sleep quality scale (SQS) instruments in Indonesia version on cancer patients. *International Journal of Research in Pharmaceutical Sciences*, 11(4), 7275–7280. <https://doi.org/10.26452/ijrps.v11i4.3865>
- Anggraini, I. S. (2011). Motivasi belajar dan faktor-faktor yang berpengaruh: sebuah kajian pada interaksi pembelajaran mahasiswa. *Premiere Educandum*, 1(2), 100–109. <https://doi.org/10.25273/pe.v1i02.39>
- Anugrahwati, R., & Hartati, S. (2017). Faktor-faktor yang berperan terhadap motivasi belajar mahasiswa di Akademi Keperawatan Manggala Husada Jakarta. *Jurnal Keperawatan*, 8(2), 157–165. <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.22219/jk.v8i2%20Juli.4055>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–485. <https://doi.org/10.1037//0003-066X.55.5.469>

- Budi, T. S., & Pratiwi, P. H. (2019). Perbedaan motivasi belajar siswa SMA Negeri 1 Pakem ditinjau dari jalur masuk tahun ajaran 2018/2019 . *Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 1–13.
- Buysse, D. J., Reynolds, C. F., Monk, T. H., Berman, S. R., & Kupfer, D. J. (1988). The pittsburgh sleep quality index: A new instrument for psychiatric practice and research. *Psychiatry Research*, 28(2), 193–213. [https://doi.org/10.1016/0165-1781\(89\)90047-4](https://doi.org/10.1016/0165-1781(89)90047-4)
- Chen, S., Sun, L., & Zhang, C. (2021). Adaptation and validity of the Sleep Quality Scale among Chinese drivers. *PLoS ONE*, 16(11), 1–12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0259813>
- Daulay, S. F., & Rola, F. (2010). Perbedaan self regulated learning antara mahasiswa yang bekerja dan yang tidak bekerja. *Jurnal Insight*, 8(2), 195–208.
- Eymur, G., & Geban, O. (2011). . An investigatioin of the relationships betweenes motivation and acsdemic achievement of preservice chemistry. *Education and Science* , 36(161), 246–254.
- Fahminur, F., Suarman, S., & Trisnawati, F. (2017). Pengaruh motivasi belajar dan perilaku belajar terhadap hasil belajar mata kuliah pengantar akuntansi (studi empiris pada mahasiswa pendidikan ekonomi Ur, Uin Suska Riau dan Uir Angkatan 2014). *Urnal Online Mahasiswa Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau*, 4(1), 1–7.
- Gravetter, F., & Forzano, L. (2016). *Research methods for the behavioral sciences* (5th ed.). Cengage Learning.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2018). *Multivariate data analysis* (8th ed.). Cengage Learning.
- Hakim, A. R., & Hasmira, M. H. (2022). Strategi kuliah sambil bekerja oleh mahasiswa. *Naradidik: Journal of Education & Pedagogy*, 1(1), 30–37. <https://doi.org/10.24036/nara.v1i1.6>
- Haryati, M. C., Kusumaningsih, I., & Supardi, S. (2022). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur lansia di RW 03 Kelurahan Kebon Manggis Jakarta. *Jurnal Keperawatan Malang*, 7(2), 76–93. <https://doi.org/10.36916/jkm.v7i2.177>
- Hooman, H. A., Salehi, M., & Arjmand, E. (2010). Construction and standardization of students' cognitive Motivatiinal's_{SEP}engagements,_{SEP}language and mathematics on

elementary school childrens. *International Journal Of Psychology*, 42(1), 2–15.

Hulukati, W., & Djibran, M. R. (2018). Analisis tugas perkembangan mahasiswa fakultas ilmu pendidikan Universitas Negeri Gorontalo . *Jurnal Bikotetik*, 2(1), 73–114. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v2n1.p73-80>

Hutagalung, N. A., Marni, E., & Erianti, S. (2021). Faktor-faktor yang memengaruhi kualitas tidur pada mahasiswa tingkat satu program studi keperawatan stikes Hang Tuah Pekanbaru. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah*, 2(1), 77–89. <https://doi.org/10.25311/jkh.Vol2.Iss1.564>

Lenaghan, J. A., & Sengupta, K. (2007). Role conflict, role balance and affect: A model of well-being of the working student. *Journal Behavioral Applied Management*, 9(1), 88–109. <https://doi.org/10.21818/001c.16780>

Majid, M. F. A. F., Nalva, M. F., & Baharuddin, B. (2019). Self control dalam meningkatkan konsistensi belajar akademik. *KONSELING: Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, 1(1), 41–48. <https://doi.org/10.31960/konseling.v1i1.339>

Manitu, I., & Sirumpa, N. (2022). Pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap kualitas tidur mahasiswa Stikes Husada Mandiri Poso . *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 37–42. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.681>

Marvianto, R. D., & Widhiarso, W. (2018). Adaptasi Academic Motivation Scale (AMS) versi Bahasa Indonesia. *Gajah Mada Journal of Psychology*, 4(1), 87–95. <https://doi.org/10.22146/gamajop.45785>

Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370–396. <https://doi.org/10.1037/h0054346>

Mbous, Y. P., Nili, M., Mohamed, R., & Dwibedi, N. (2022). Psychosocial correlates of insomnia among college students. *Preventing Chronic Disease*, 19, 1–10. <https://doi.org/10.5888/pcd19.220060>

McGoldrick, M., Carter, E. A., & Gracia-Preto, N. (2016). *The expanding family life cycle: Individual, family, and social perspectives*. Pearson.

Muliani, E. S. (2013). Perbedaan motivasi belajar antara mahasiswa yang bekerja dan tidak bekerja pada mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945. *Garba Rujukan Digital*, 1(1).

- Musianto, L. S. (2002). Perbedaan pendekatan kuantitatif dengan pendekatan kualitatif dalam metode penelitian. *Jurnal Manajemen & Kewirausahaan*, 4, 123–136.
- Natalya, L. (2018). Validation of academic motivation scale: short Indonesian language version. *Anima Indonesian Psychological Journal*, 34(1), 43–53. <https://doi.org/10.24123/aipj.v34i1.2025.0215-0158>
- Nilifda, H., Nadjmir, N., & Hardisman, H. (2016). Hubungan kualitas tidur dengan prestasi akademik mahasiswa program studi pendidikan dokter angkatan 2010 FK Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(1), 243–249. <https://doi.org/10.25077/jka.v5i1.477>
- Notoatmodjo, S. (2005). *Metodologi penelitian kesehatan*. Rineka Cipta.
- Pana-Cryan, R., Asfaw, A., & Rosa, R. (2020, April 23). QuickStats: Percentage of currently employed adults aged ≥ 18 years who reported an average of ≤ 6 hours of sleep per 24-hour period, by Employment Category - National Health Interview Survey, United States, 2008–2009 and 2017–2018. Centers for Disease Control and Prevention. https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/69/wr/mm6916a5.htm?s_cid=mm6916a5_w
- Panjaitan, S., Simanungkalit, M., Wardoyo, Y., Tuerah, F., & Roso, N. (2018). Hubungan antara dukungan keluarga inti dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. *Jurnal Teologi & Pelayanan Kerusso*, 3(1), 24–31. <https://doi.org/10.33856/kerusso.v3i1.89>
- Perry, A. G., Potter, P. A., Ostendorf, W., & Laplante, N. (2021). *Clinical nursing skills and techniques (10th ed.)*. Elsevier.
- Ponidjan, T. S., Rondonuwu, E., Ransun, D., Warouw, H. J., & Raule, J. H. (2022). Kualitas tidur sebagai faktor yang berimplikasi pada konsentrasi dan motivasi belajar anak remaja. *E-PROSIDING SEMNAS Dies Natalis 21 Poltekkes Kemenkes Manado*, 1(2), 49–58.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2005). *Fundamental keperawatan: Konsep, proses, dan praktik (Vol. 4)*. EGC.
- Rahman, S. (2021). Pentingnya motivasi belajar dalam meningkatkan hasil belajar. *Pascasarjana Universitas Negeri Gorontalo Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Dasar “Merdeka Belajar Dalam Menyambut Era Masyarakat 5.0”*, 289–302.
- Robbins, A., & Wilner, A. (2001). *Quarter-life crisis*. Bloomsbury.

- Rohini, T., & Gopal, C. N. R. (2021). Effects of Excessive Smartphone usage on emotional regulation and sleep quality among young adults. *Annals of the Romanian Society for Cell Biology*, 25(4), 3682–3688.
- Sarwono, S. W. (2003). *Psikologi remaja*. PT Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. (2012). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sujarweni, V. W. (2014). *Metodologi Penelitian*. Pustaka Baru Press.
- Sukardi, S., Santoso, L. H., & Darmadi, E. A. (2023). Dampak kuliah sambil bekerja terhadap aktifitas belajar mahasiswa di Politeknik Tri Mitra Karya Mandiri. *Jurnal IKRAITH-HUMANIORA*, 7(1). <https://doi.org/10.37817/ikraith-humaniora.v7i1.2255>
- Sulistiyana, C. S. (2019). Hubungan kuantitas tidur dengan motivasi belajar mahasiswa di kelas. *Jurnal Ners LENTERA*, 7(1), 53–61.
- Sutarti, T., Wati, D. R., Abdul, M., & Anwar, M. (2018). Relationship of sleep quality with student learning motivation in Nursing Academy 17 of Karanganyar. *Indian Journal of Public Health Research & Development*, 9(12), 242–245. <https://doi.org/10.5958/0976-5506.2018.02051.X>
- Triamiyono, H. (2014). Upaya mengatasi rasa kantuk di kelas dalam proses belajar mahasiswa taruna akademi maritim djadajat . *Jurnal Ilmiah WIDYA*, 2(2), 64–69.
- Trivedi, A. J., & Mehta, A. (2019). Maslow's hierarchy of needs - theory of human motivation. *International Journal of Research in All Subjects in Multi Languages*, 7(6), 38–41.
- Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., Blais, M. R., Briere, N. M., Senecal, C., & Vallieres, E. F. (1992). The Academic Motivation Scale: A measure of intrinsic, extrinsic, and amotivation in education. *Educational and Psychological Measurement*, 52(4), 1003–1017. <https://doi.org/10.1177/0013164492052004025>
- Yi, H., Shin, K., & Shin, C. (2006). Development of the sleep quality scale. *Journal of Sleep Research*, 15(3), 309–316. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2869.2006.00544.x>