

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, Z., Maifita, Y., & Ameliati, S. (2020). Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa: *A Literature Review*. *Menara Medika*, 3(1).
- Amalia, I. N., & Ropyanto, C. B. (2017). *Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Kelelahan Fisik Pada Lansia (Doctoral dissertation, Faculty of Medicine)*. Diakses dari <http://eprints.undip.ac.id/55100/>
- American Pillo. 2015. *Yuk Ketahui Manfaat Utama Tidur Normal*. Diambil dari: <http://americanpillo.com/tidur/yuk-ketahui-manfaat-utama-tidurnormal-3/>. (27 Juni 2017)
- Amran, Y., & Handayani, P. (2012). Hubungan Pergantian Waktu Kerja dengan Pola Tidur Pekerja. *Kesmas: National Public Health Journal*, 6(4), 153-
- Argaheni, N. B. (2020). Sistematis Review: Dampak Perkuliahan dalam jaringan Saat Pandemi COVID-19 Terhadap Mahasiswa Indonesia. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, 8(2), 99-108. Diakses dari <https://jurnal.uns.ac.id/placentum/article/view/43008>
- Arif Hidayat Suwarna, W. (2016). Perbedaan Pola Tidur Antara Kelompok Terlatih Dan Tidak Terlatih. *Medikora*, 15(1), 85-95.
- Brata, V. B. W. (2016). Ritme Sirkadian pada Mahasiswa dengan Pola Tidur Tidak Normal. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Chaput, J. P., Katzmarzyk, P. T., LeBlanc, A. G., Tremblay, M. S., Barreira, T. V., Broyles, S. T., & Lambert, E. V. (2015). Associations between sleep patterns and lifestyle behaviors in children: an international comparison.

International journal of obesity supplements, 5(2), S59-S65. Diakses dari <https://www.nature.com/articles/ijosup201521>

Dewi, E. (2020). Pengaruh Kecemasan Saat Pembelajaran dalam jaringan Masa Pandemi Covid-19 Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Stikes William Surabaya. *Jurnal Keperawatan*, 9(1), 18-23. Diakses dari <https://doi.org/10.47560/kep.v9i1.210>

Dewi, L. P., & Suesti, S. (2017). *Hubungan intensitas penggunaan situs jejaring sosial dengan insomnia pada remaja di sma muhammadiyah 7 yogyakarta*. (Doctoral dissertation, Universitas' Aisyiyah Yogyakarta).

Dhamayanti, M., Faisal, F., & Maghfirah, E. C. (2019). *Hubungan Kualitas Tidur dan Masalah Mental Emosional pada Remaja Sekolah Menengah*. *Sari Pediatri*, 20(5), 283-8. Diakses dari <https://saripediatri.org/index.php/saripediatri/article/view/1493> Diakses dari <http://repositori.uin-alauddin.ac.id/10630/>

Diani, A. W. (2014). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecenderungan Kesulitan Tidur Pada Mahasiswa yang Menyusun Skripsi (Doctoral dissertation, UIN Sunan Ampel Surabaya)

Ernawati., Syauqy, A., Haisah, S. (2017). *Overview of Sleep Quality and Sleep Disorders In Elderly at Social Home Tresna Werdha Budi Luhue Jambi City Year 2017*. Universitas Jambi.

Fadillah, F. (2016). *Kebiasaan yang Dilakukan Remaja Sebelum Tidur untuk Meningkatkan Kualitas Tidur dan Kesehatan di SMA Swasta Darussalam*

Medan.

- Febriyanti, N. (2019). *Gambaran Kualitas Tidur Pasien Kanker Yang Mengalami Kemoterapi* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Malang).
Diakses dari <http://eprints.umm.ac.id/63150/>
- Fenny, F., & Supriatmo, S. (2016). Hubungan kualitas dan kuantitas tidur dengan prestasi belajar pada mahasiswa fakultas kedokteran. *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia: The Indonesian Journal of Medical Education*, 5(3), 140-147
- Fuadi, E. (2014). *Perbedaan Gender dalam Pengambilan Keputusan Menjadi Wirausaha Pada Usaha Kecil Menengah (UKM) di Kota pekanbaru* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).
<http://repository.uin-suska.ac.id/4050/>
- Green, W. (2012). *50 Hal Yang Bisa Anda Lakukan Hari ini untuk Mengatasi Insomnia.*
- Gunanthi, N. M. W. M., & Diniari, N. K. S. (2016). *Prevalensi dan gambaran gangguan tidur berdasarkan karakteristik mahasiswa Semester I Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Tahun*
- Gurusinga, M. F. (2020). Hubungan kecanduan game online dengan pola tidur pada remaja usia 16-18 tahun di sma negeri 1 deli tua kecamatan deli tua kabupaten deli serdang tahun 2019. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 2(2), 1-8.
- Hermawan, I. (2016). *Gambaran Tingkat Stress Pada Mahasiswa Keperawatan Angkatan 2011 Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Sekolah Tinggi Ilmu*

- Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta (Doctoral dissertation, STIKES Jenderal A. Yani Yogyakarta). Diakses dari <https://www.jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/article/view/1372> <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331490/WHO-2019-nCoV-MentalHealth-2020.1-eng.pdf>*
- Jane F. Gaultney PhD (2010) The Prevalence of Sleep Disorders in College Students: Impact on Academic Performance, *Journal of American College Health*, 59:2, 91-97,doi: 10.1080/07448481.2010.483708. Diakses dari <http://dx.doi.org/10.1080/07448481.2010.483708>
- Kireinata, D. M., Purnama, N. L. A., & Silalahi, V. (2019). Gangguan Tidur dan Prestasi Belajar Remaja. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 6(2), 97-104.
- Kozier, B., Erb, G., Berman, A., & Snyder, S. J. (2010). *Fundamental Keperawatan Konsep, Proses, & Praktik*. Jakarta: EGC
- Komputer, W. (2013). *Mengolah Data Statistik Penelitian dengan SPSS 18. Elex Media Komputindo*.
- Liu, Z. W., Faraguna, U., Cirelli, C., Tononi, G., & Gao, X. B. (2010). Direct evidence for wake-related increases and sleep-related decreases in synaptic strength in rodent cortex. *Journal of Neuroscience*, 30(25), 8671-8675. Diakses dari <https://www.jneurosci.org/content/30/25/8671.short>
- Manalu, E. A., Lumbanraja, P., & Salim, S. R. A. (2012). Pengaruh Motivasi, Kepemimpinan, dan Disiplin terhadap Produktivitas Kerja Pegawai Dinas Kehutanan dan Perkebunan Kabupaten Tapanuli Tengah. Program Pasca Sarjana, Universitas Terbuka.

- Mari Hysing, S. P. (2013). *Sleep Patterns And Insomnia Among Adolescents:A Population-Based Study*. *J Sleep Res.* (2013) 22, 549–556 Adolescents and insomnia Diakses dari <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/pdf/10.1111/jsr.12055>
- Marlianti, D. (2015). *Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Dengan Pola Tidur dan Motivasi Belajar Anak Usia 10-12 Tahun di SD Mattoangin 2 Kecamatan Mariso Kota Makasar*. UIN Allauddin Makasar.
- Masturoh, I., & Anggita, N. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Maulida, R., & Sari, H. (2017). Kaitan Internet Addiction Dan Pola Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 2(3).
- Meir H. Kryger. *Principles and Practice of Sleep Medicine*, 5th Edition. England:Elsevier; 2011. p. 1254-77.
- Mejile, S. S. (2016). *Hubungan Pola Tidur Dan Riwayat Alergi Terhadap Prestasi Belajar Siswa Sma Unggul Negeri 2 Boarding School Banda Aceh*. Etd Unsyiah. Diakses dari https://etd.unsyiah.ac.id/index.php?p=show_detail&id=19349
- Nashori, F., & Diana, R. R. D. R. R. (2012). Perbedaan kualitas tidur dan kualitas mimpi antara mahasiswa laki-laki dan mahasiswa perempuan. *HUMANITAS (Jurnal Psikologi Indonesia)*, 2(2), 77-88.
- Nastity, S. G. (2015). *Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Indeks Prestasi Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang*

- Angkatan 2013* (Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang). Diakses dari
- 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). Diakses dari <http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/view/477>
- Nina, N., Kalesaran, A. F., & Langi, F. L. F. G. (2018). *Hubungan Antara Aktivitas Fisik dengan Kualitas Tidur pada Masyarakat Pesisir Kota Manado. Kesmas*, 7(4). Diakses dari <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/23171>
- Nugraha, W. S. (2021). Hubungan kecanduan gadget/gawai (Smartphone) terhadap kualitas tidur mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya (Doctoral dissertation, Wijaya Kusuma Surabaya University).
- Nurlia. (2018). Pengaruh Pola Tidur Sehat Terhadap Tingkat Insomnia Lansia.
- Pandu Putera Anugrah, I. A. (2017). Hubungan Kualitas Tidur dengan Nilai Akademik Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Mataram. *Jurnal Kedokteran Volume 6 No 2.1* (2017) . Diakses dari <http://jku.unram.ac.id/article/view/245>
- Pitaloka, R. D., & Utami, G. T. (2015). *Hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah dan kemampuan konsentrasi belajar mahasiswa program studi ilmu keperawatan universitas riau* (Doctoral dissertation, Riau University).

- Pramana, P. P. G. K. B., & Ratep, N. (2016). Prevalensi dan korelasi insomnia terhadap kemampuan kognitif remaja usia 15-18 tahun di Panti Asuhan Widhya Asih 1 Denpasar. *E-Jurnal Medika Udayana*, 5(5).
- Putra, O. D., Umeda, D., Fukuzawa, K., Gunji, M., & Yonemochi, E. (2017). A new solvate of epalerstat, a drug for diabetic neuropathy. *Acta Crystallographica Section E: Crystallographic Communications*, 73(8), 1264-1267.
- Putri, S. A., Agustina, T., & Gizi, M. (2021). Hubungan Pola Tidur Dan Tingkat Stres Dengan Tingkat Prestasi Mahasiswa Fk Ums Selama Perkuliahan Online Pada Masa Pandemi Covid-19 (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Radityo, W. E. (2020). *Depresi Dan Gangguan Tidur*. Diakses dari <https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/view/4267/3237>
- Restika, I., Erika, K. A., & Saleh, A. (2020). Pengalaman, Dampak, Dan Strategi Untuk Mengatasi Moral Distress Perawat: Systematic Review. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah* 5(2). Diakses dari <http://103.114.35.30/index.php/JKM/article/view/3806>
- Rika Liliswanti, r. O. (2019). *Hubungan Antara kualiat tidur Terhadap Hasil Belajar Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Lampung*. 1. Diakses dari <http://repository.lppm.unila.ac.id/>
- Rizki Fitria Madina, Rakhmi Nur'aeni, Prinka Victoria, Rahmawati, Hafshah Salamah,(2015) *Pengaruh Status Kepemilikan Rumah Tinggal Terhadap Persepsi Kepuasan Berhuni Keluarga Muda : nstitut Teknologi Bandung*

<https://temuilmiah.iplbi.or.id/wp-content/uploads/2015/01/TI2014-A-p083-086->

Romero-Blanco, C., Rodríguez-Almagro, J., Onieva-Zafra, M. D., Parra-Fernández, M. L., Prado-Laguna, M. D. C., & Hernández-Martínez, A. (2020). Sleep Pattern Changes in Nursing Students during the COVID-19 Lockdown. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(14), 5222. Diakses dari <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/14/5222>

Safitri, D. E. (2018). Analisis Efek Sistem Jaminan Dan Penerapan Kesehatan, Serta Keselamatan Kerja Terhadap Karyawan Pt. Batamec Shipyard Batam. *Jurnal Dimensi*, 7(3), 618-628. Diakses dari <https://www.journal.unrika.ac.id/index.php/jurnaldms/article/download/1718/1270>

Safitri, D. E., & Sudiarti, T. (2015). Perbedaan Durasi Tidur Malam pada Orang Dewasa Obesitas dan Non-obesitas: Meta-analisis Studi Cross-sectional 2005-2012. *Nutrition and Food Research*, 38(2), 121-132. Diakses dari <https://www.neliti.com/publications/223574/perbedaan-durasi-tidur-malam-pada-orang-dewasa-obesitas-dan-non-obesitas-meta-an>

Saputra, O., & Rohmah, W. (2016). Gangguan Tidur Akibat Kebisingan Lingkungan Malam Hari dan Pengaruhnya Terhadap Kesehatan. *Jurnal Majority*, 5(3), 183-187. Hubungan antara konsumsi minuman berkafein

dengan pola tidur pada mahasiswa teknik. *jurnal kesmas dan gizi (jkg)*, 1(2), 10-15.)

Siraj, H. H., Salam, A., Roslan, R., Hasan, N. A., Jin, T. H., & Othman, M. N. (2014). Stress and its association with the academic performance of undergraduate fourth year medical students at Universiti Kebangsaan Malaysia. *IIUM Medical Journal Malaysia*, 13(1). <https://journals.iium.edu.my/kom/index.php/imjm/article/view/488>

Sulistiyani, C. (2012). Beberapa faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro*, 1(2), 187-62

Sulistiyana, C. S. (2019). Hubungan kuantitas tidur dengan motivasi belajar mahasiswa di kelas. *Jurnal Ners LENTERA*, 7(1), 53-64.

Suwarna, A. H. (2016). Perbedaan Pola Tidur Antara Kelompok Terlatih Dan Tidak Terlatih.

Tanjung, M. C., & Sekartini, R. (2016). *Masalah Tidur Pada Anak*. *Sari Pediatri*, 6(3), 138-42. Diakses dari <https://sari pediatri.org/index.php/sari-pediatri/article/viewFile/893/826>

Validitas, U. (2013). Reliabilitas. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Variabel X, 2.

Watson, R. F. (2015). U.S. Patent No. 9,154,551. Washington, DC: U.S. Patent and Trademark Office. Diakses dari

<https://patents.google.com/patent/US9154551B1/en>

Whinnery, J., Jackson, N., Rattanaumpawan, P., & Grandner, M. A. (2014). *Short And Long Sleep Duration Associated With Race/Ethnicity, Sociodemographics, And Socioeconomic Position*. *Sleep*, 37(3), 601-611.

Diakses dari

<https://academic.oup.com/sleep/article-abstract/37/3/601/2595988>

WHO. (2020). *Coronavirus disease 2019 (COVID-19)*. Diakses dari <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200423-sitrep-94-covid-19.pdf>

Wicaksono, D. W. (2012). Analisis faktor dominan yang berhubungan dengan kualitas tidur pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga. *Fundamental and Management Nursing Journal*, 1(1), 46-58. Diakses dari <https://e-journal.unair.ac.id/FMNJ/article/download/12131/7019>

Wicaksono, D. W., Yusuf, A. Widyawati, I. Y. (2019). *Dominant Factor Analysis Related to Sleep Quality of Undergraduate Nursing Students*. Universitas Airlangga.

World Health Organization. (2020). *Mental Health And Psychosocial Considerations During The COVID-19 Outbreak*, 18 March 2020 (No. WHO/2019-nCoV/MentalHealth/2020.1). World Health Organization.

Yusup, F. (2018). Uji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian kuantitatif. *Tarbiyah: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 7(1).

ZAHARA, R. (2018). Gambaran insomnia pada remaja di smk negeri 2 pekanbaru.