

DAFTAR PUSTAKA

- Alim, I. Z. (2015). Uji validitas dan Reabilitas Instrumen *Pittsburgh Sleep Quality Index* Versi Bahasa Indonesia. Perpustakaan Indonesia.
- Ariantini, F. A., & Hariyadi, S. (2012). Gangguan Insomnia Pada Mahasiswa Yang Menyusun Skripsi (Studi Kasus Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Semarang). *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 4(3), 108-112
- Azwar, S. (2015). *Penyusunan skala psikologi*. (edisi 2). Yogyakarta : Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2014). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2017). Reabilitas dan validitas. Yogyakarta : Pustaka Belajar
- Baglioni, C., Spiegelheller, K., Lombardo, C., Riemann, D. (2010). Tidur dan emosi: focus tentang insomnia. *Sleep Med Rev.* 14 (4) : 227-238.
- Bressert, S. (2016). The impact of stress. Psych Central. Diunduh dari <https://psychcentral.com/lib/the-impact-of-stress>.
- Buysse, D. J., Reynolds, Charles, F., Monk, T. h., Berman, S. R., Kupher, D.J. (1988). The Pittsburgh Sleep Quality Index: A New Instrument for Psychiatric Practice and Research. Department of Psychiatry, University of Pittsburgh School of Medicine. (Reprint requests to Dr. C.F. Reynolds III, Western Psychiatric institute and Clinic, University of Pittsburgh, 381 I O'Hara St., Pittsburgh, PA 15213, USA.)
- Darmono, A & Hasan, A. (2005). *Menyelesaikan Skripsi dalam satu semester*. Gramedia Widiasasran Indonesia. Jakarta.Indonesia.

- 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.
- Goleman, D. 2002. Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Gross, J. J., & John. O.P. (2003). Individual Difference in Two Emotional Regulation Process: Implication For Influence, Relationships, And Health Psychologi.348- 362. Doi: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>.
- Gross, J.J., (2007). Handbook of emotion regulation. New York. London: The Guildford Press
- Gross, J.J., (2014). Handbook of emotion regulation. New York. London: The Guilford Press.
- Gunawati, R., Hartati, S., & Listiara, A. (2006). Hubungan antara efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa. Skripsi. *Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro* (Doctoral dissertation, Universitas Diponegoro).
- Gunawan, Y., & Kristinawati, W. (2018). Regulasi emosi menghadapi kecemasan pada pasien pra operasi mayor. *Jurnal ilmiah psikohumanika vol. X , No. 1*
- Gusmao, T., Wiyono, J., & Ardiyani, V. M. (2018). Hubungan kualitas tidur

dengan kecerdasan emosional pada lansia di Posyandu Lansia Permadi Tlogosuryo Malang.. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*.

Hadi, S. (2015). Statistik. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Hakim, L. (2016). Pemerataan akses pendidikan bagi rakyat sesuai dengan amanat Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. *EduTech: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 2(1).46.

Hastuti, R. Y., Sukandar, A., & Nurhayati, T. (2016). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa yang Menyusun Skripsi di STIKES Muhammadiyah Klaten. *MOTORIK Jurnal Ilmu Kesehatan*, 11(22).

Hastuti, R. Y., Sari, D. P., & Sari, S. A. (2019). Pengaruh Melafalkan Dzikir terhadap Kualitas Tidur Lansia. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(3), 303-310.

Hidayat, A.A. 2006. Pengantar Kebutuhan Dasar manusia. Jakarta: Salemba Medika.

Hoag, J.R., Tennen H., Stevens, R.G., Coman, E., Wu, H. (2016). Affect, emotion dysregulation, and sleep quality among low-income women. *Sleep Health*. 2:283–288. doi: [10.1016/j.sleh.2016.08.006](https://doi.org/10.1016/j.sleh.2016.08.006)

Indrajit.E. R., & Djokopranoto, R., (2004).Buku Manajemen Perguruan Tinggi Modern: Jakarta.

Khasanah, K., & Handayani, W. (2012). Kualitas Tidur Lansia Balai

- Rehabilitasi Sosial “MANDIRI” Semarang. *Jurnal Keperawatan Diponegoro*, 1(1), 189-196.
- Kim-Spoon J, Cicchetti D, Rogosch FA. (2013). Sebuah studi longitudinal regulasi emosi, emosi labilitas-negativitas, dan gejala internalisasi dianiaya dan anak-anak yang tidak mendapat perlakuan buruk. *Child Dev* . 84 (2): 512–527.
- Kristiyani, V., & Pudjiati, S.R.R. (2019). Parenting stres sebagai prediktor dalam pembentukan resiliensi keluarga yang dimoderisasi oleh identitas budaya jawa. *Jurnal magister Psikologi,UMA*. Vol 11(1).
- Maritapiska (2003). Hubungan Antara Karakteristik Mahasiswa Dalam Melakukan Kegiatan Penelitian dengan Tingkat Stress Mahasiswa Semester VIII Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta Angkatan 2004/2005. Skripsi (tidak dipublikasikan). Jakarta : Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta.
- Narastyari. (2018). Perbedaan regulasi emosi pada remaja yang memiliki kemampuan menari gaya Yogyakarta dengan remaja yang tidak memiliki kemampuan menari gaya Yogyakarta. Skripsi. Thesis. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Nashori, F., & Diana, R. R. (2005). Perbedaan kualitas tidur dan kualitas mimpi antara mahasiswa laki-laki dan mahasiswa perempuan. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2), 77-88.
- Nurmalasari, S. (2019). Pengaruh Progressive muscle relaxation pada kualitas

tidur mahasiswayang sedang menyelesaikan skripsi. Skripsi. Fakultas Psikologi : Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

Potter, P.A., & Perry, A.G. (2005). Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik (Volume 2) (Edisi 4). Jakarta: EGC.

Pusvitasari, P., Wahyuningsih, H., Astuti, Y.D. (2016). Efektifitas Pelatihan Regulasi Emosi untuk menurunkan stres kerja pada anggota Reskrim. Vol

8.No.1.Juni.Doi:<https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol8.iss1.art>

8

Puspasari, S., Belladona, M., Wardani, N. D., (2019) Korelasi kualitas tidur dengan kapasitas memori kerja pada mahasiswa tingkat akhir.

Jurnal kedokteran Diponegoro, vol. 8, no. 1, pp. 482-491, . .

<https://doi.org/10.14710/dmj.v8i1.23392>

Ratnanintyas, T. O. & Fitriani, D. (2019). Hubungan stres dengan kualitas tidur pada mahasiswa tingkat akhir. *EDU MASDA journal*. Vol.3 no 2.

Riewanto, A. (2003). Skripsi Barometer Intelektualitas Mahasiswa. Suara Merdeka.

Roellyana, S., & Listiyandini, R. A. (2016). Peranan optimisme terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 1(1), 29-37.

Sanjaya, R. D. (2011). Hubungan antara kualitas tidur dan kecenderungan

berperilaku agresif pada remaja. Skripsi. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.

Sulana, I. O., Sekeon, S. A., & Mantjoro, E. M. (2020). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi. *KESMAS*,9(7).

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), 18762. Semarang. *Jurnal kesehatan masyarakat*, Volume 1, Nomor 2, Tahun 2012, Halaman 280 – 292 Online di <http://ejournals1.undip.ac.id/index.php/jkm>

Vandekerckhove, M., & Wang, Y. (2017). Emotion, emotion regulation and sleep: an intimate relationship, *Jurnal Neuroscienci*. Doi: 10.3934/Neuroscience.2018.1.1

Wahyuni, L. T. (2018). Hubungan Stres dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Profesi Keperawatan STIKes Ranah Minang Padang Tahun 2016. *Menara Ilmu*, 12(3).

Wicaksono, D. W., Yusuf, A., & Widyawati, I. Y. (2013). Faktor Dominan yang berhubungan dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga. *Critical Medical and Surgical Nursing Journal*, 1(2), 92-101.

Widuri, E. L. (2012). Regulasi emosi dan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama. *HUMANITAS (Jurnal Psikologi Indonesia)*, 9(2).