

## DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder Edition (DSM-V)*. Washington: American Psychiatric Publishing.
- Amin, S.M. & Al-Fandi, H. (2007). *Kenapa Harus Stres Terapi Stres Ala Islam*. Jakarta: Amzah.
- Amrita, Y. (2009). *Tidur Bermutu Rahasia Hidup Berkualitas*. Purwokerto Utara: Keluarga Dokter
- Andi. (2007). *Kesehatan Mental: Konsep, Cangkupan dan Perkembangannya*. Yogyakarta: Andi
- Asmadi. (2008). *Teknik Prosedural Keperawatan: Konsep dan Aplikasi Kebutuhan DasarKlien*. Jakarta: Salemba Medika.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bastien, C., Vallières, A., & Morin, C. (2001). *Validation of the Insomnia Severity Index as an outcome measure for insomnia research*. Sleep Medicine.
- Bertens. (2005). *Metode Belajar untuk Mahasiswa :Beberapa Petunjuk Bagi Mahasiswa Baru*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Brecht, G. (2000). *Mengenal dan Menanggulangi Stres*. Jakarta: Prenhallindo.
- Chaplin, J.P. (2006). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo.
- CDC. Perceived insufficient rest or sleep among adults—United States, (2008).
- Dariyo, A. (2008). *Psikologi PerkembanganDewasa Muda*. Jakarta: Grasindo.
- Gadzella & Masten. (2005). An Analysis of The Categories In The Student-Life Stress Inventory. *American Journal of Psychological Research*. 1, (1).
- Gaultney, J.F. (2010). The Prevalence of Sleep Disorder in College Student: Impact on Academic Performance. *Journal Of American College Health*. 59. (2).

- Guyton, A.C. & Hall, J.E. (1997). *Aktivitas Otak Tidur. Dalam Buku Ajar Fisiologikedokteran-ed.9*. Jakarta: EGC.
- Hardjana, A.M. (1994). *Stres Tanpa Distres, Seni Mengelola Stres*. Yogyakarta: Kanisius.
- Hawari, D. (2004). *Manajemen Stres, Cemas, dan Depresi*. Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Heiman dan Kariv. (2005). *Task-Oriented Versus Emotion-Oriented Coping Strategies: the case of college student*. *College Student Journal*, 39. (1).
- Hidayah, N., & Alif, H. (2016). *Hubungan Antara Academic Stress dengan Smartphone Addiction pada Mahasiswa Pengguna Smartphone*. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*. 2. (1).
- Hidayat, A. A. A. (2008). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia: Aplikasi*
- Huda, Miftachul. (2020). *Mengatasi Insomnia Secara Alami*. New media
- Japardi.I. (2002). *Gangguan Tidur Fakultas Kedokteran Bagian Bedah Universitas Sumatra Utara*. File Publikasi Pada USU digital library
- <http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/1948/3/bedah-iskandar%20japardi12.pdf.txt>.
- Joewana, S. & Musadik, K. (1988). *PatofisiologiTidur dan Psikopatologi Insomnia*.[http://www.kalbe.co.id/files/cdk/files/cdk\\_053\\_insomnia.pdf](http://www.kalbe.co.id/files/cdk/files/cdk_053_insomnia.pdf). Diakses pada tanggal 17 April 2012.
- Kaufman. (2008). *Stress in Nursing Student Compared to Non Nursing Student*. ProQuest Dissertation and Theses. ProQuest pg, n/a.
- Kauts, D. S. (2016). *Emotional Intelligence and Academic Stress among College Student*. *Journal of Education and Applied Social Sciences*.7, (3).
- Kelly, T. (2005). *Rahasia Alami Tidur yang Berkualitas*. Jakarta: Erlangga.
- Kemenkes. *Pedoman Penggolongan Diagnosis Gangguan Jiwa Indonesia III (PPDGJ III)*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI; 2004. P. 88.

- Larasaty, R. (2012). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Sleep Paralysis Pada Mahasiswa Fik Ui Angkatan 2008*. Universitas Indonesia.
- Lanywati, E. (2001). *Insomnia, Gangguan Sulit Tidur*. Jakarta: EGC.
- Lebourgeois, M.K., Giannoti, F., Cortesi, F., et al. (2005). *The Relationship Between Reported Sleep Quality and Sleep Hygiene in Italia and American Adolescent. Peditantrics*.
- Lee, K.A. (1997). *An Overview of Sleep and Common Sleep Problems*. ANNA Journal
- Lestarianti, J.A. (2014). *Hubungan Antara Internet Addiction Dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto*. Skripsi Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Lubis & Nurlaila. (2010). *Mengapa tingkat stres pelajar makin tinggi*. Jurnal psikologi. Vol 2. No. 3
- Lumbantobing. (2004). *Gangguan Tidur*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI
- Mayoral, L. (2006). *Exam stres, depression, social support, and sleep disturbance*. ProQuest Dissertations & Theses (PQDT) pg. n/a.
- Misra, R. & MvKean, M. (2000). *College Students' Academic Stres and Its Relation to Their Anxiety, Time Managemenand Leisure Satisfaction*. American Journal of Health Studies.
- Morin, C.M., Belleville, G., Belanger, L., & Ivers, H. (2011). *The Insomnia Severity Index: Pshychometric Indicator to detect Insomnia Cases and Evaluate Treatment Respons*. Sleep. 34. (5).
- Morin, C.M., & Espie, C.A. (2003). *Insomnia (A clinical Guide to Assesment and Treatment)*. New York: Kluwer Academic/ Plenum Publisers. [www.b-ok.org](http://www.b-ok.org).
- Munir, B., (2015). *Neurologi Dasar, 2rd.*, Jakarta: Sagung Seto.
- Nasution, Nesyia, Ito. (2017). *Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku Sulit Tidur (Insomnia)*. Jurnal Psikologi. Vol 1. No. 1
- National Safety Council. (2004). *Manajemen Stres*. Jakarta: EGC.

- National Sleep Foundation. How much sleep do we really need? Washington, DC: National Sleep Foundation ; (2010). Diakses melalui: <http://www.sleepfoundation.org/article/how-sleep-works/how-much-sleepdowe-really-need>
- Pua, M.E.D., Kapel, B.J., Rompas, S. (2018). *Hubungan Pola Tidur dengan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa Semester IV T.A. 2017-2018 Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sam Ratulangi*. Jurnal Keperawatan. Vol 6. No. 2.
- Oryza, Widya. (2016). *Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Tingkat Akhir DIV Bidan Pendidik Reguler Dalam Penyusunan Skripsi di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*. Naskah Publikasi. Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Perry dan Potter. (2006). *Fundamental Keperawatan volume 2*. Edisi IV. Jakarta: EGC
- Pinel. J. P. J. (2009). *Biopsikologi* (ed 7). Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Potter, P.A. and Perry, A.G. (2005). *Fundamental nursing: concepts. Process, and practice*. 6<sup>th</sup> edition. St. Louis: Mosby Year Book
- Puri, B.K. Lakting, P.J. & Treasaden, I.H. (2008). *Buku Ajar Psikiatri*. Edisi 2. Editor Bahasa Indonesia Husny Muttaqin dan Frans Dani. Jakarta: EGC
- Purwanto, Ngalim. (2007). *Psikologi Pendidikan Remaja*. Bandung: Rosdakarya.
- Putri, T.D.R. (2014). *Hubungan Stres dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Angkatan 2010 yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Pontianak*. Naskah Publikasi. Fakultas Kedokteran. Universitas Tanjungpura Pontianak..
- Qimy. (2009). *Gangguan Pola Tidur*. <http://www.kaltimpost.co.id>
- Rafidah, K. et all. (2009). *Stress and academic performance: empirical evidence from university student*. Academy of Educational Leadership Journal. Vol 13. No. 1
- Rafknowledge. (2004). *Insomnia dan gangguan tidur lainnya*. Jakarta I : PT. Elex Media Kompurindo.
- Robotham, S. (2015). *Stress Among Higher Education Student: Towards a Research Agenda*. Higher Education. 56, (6).

- Sack, R.L., Auckley, D., Auger, R.R., Carskadon, M.A., Wright, K.P.Jr., Vitiello, M.V., Zhdanova, I.V. (2007). *Circadian Rhythm Sleep Disorders: Part I, Basic Principles, Shift Work and Jet Lag Disorders*. An American Academy of Sleep Medicine Review.
- Safaria, T. & Saputra, N.E. (2009). *Manajemen Emosi: Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif Dalam Hidup Anda*. Jakarta : Bumi Aksara
- Safaria, T. & Saputra, N.E. (2012). *Manajemen Emosi*. Jakarta : Bumi Aksara
- Sarafino, E.P. & Smith T.W. (2011). *Health Psychology: Biopsycosocial Interaction (7<sup>th</sup> Ed)*. New Jersey, NJ: John Wiley & Sons, Inc
- Sarfriyanda J. Karim D. Dewi, A P. (2015). *Hubungan Antara Kualitas Tidur dan Kuantitas Tidur Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa PSIK Unriau*.
- Satrio, Y., Wilson, & Kahtan, M.I. (2018). *Perbedaan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Tingkat Pertama dan Akhir Program Studi Pendidikan Dokter FK UNTAN*. Jurnal Cerebellum. 4. (1).
- Siswoyo. Dkk. (2007). Ilmu Pendidikan. Yogyakarta: UNY Press.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suzanne & Brenda. (2008). *Text book of medical surgical nursing*. 11<sup>th</sup>Ed. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Swanenghyun, Garnis. (2015). *Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Insomnia Severity Index Versi Indonesia (ISI-INA) Pada Remaja Jalanan Yogyakarta*. Skripsi. Fakultas Kedokteran. Universitas Gadjah Mada. Yogyakarta.
- Takwin, Bagus. (2008). *Diri dan Pengelolaannya*. Jurnal Psikologi. Vol 14. Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Tarwoto & Wartonah, (2006). *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan*. Edisi 3. Jakarta : Salemba Medika.
- Taufik, T., Ifdil. I., & Ardi, Z. (2013). *Kondisi Stres Akademik Siswa SMA Negeri di Kota Padang*. Jurnal Konseling dan Pendidikan. 1. (2).

- Ummah, M. (2017). *Hubungan Antara Stres Akademik dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Pondok Pesantren*. Skripsi. Fakultas Psikologi. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Vrisaba, Rahadian. (2002). *Mengapa Anda Sulit Tidur*. Bandung: Pionir Jaya.
- Wibowo, A.D. (2009). *Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Insomnia Pada Lansia Di Desa Tambak Merang Girimarto Wonogiri*. Skripsi. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Wilkinson, J. M. (2002). *Buku Saku Diagnosa Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Wilks, S. E. (2008). *Resilience A Mid Academic Stress: The Moderating Impact Of Social Support Among Social Works Student*. International Journal Of Social Work, 9. (2).
- Wulandari, Eka, Fitri. Hadiati, Titis. AS, Sarjana, Widodo. (2017). *Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Tingkat Insomnia Mahasiswa/I Angkatan 2012/2013 Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro*. Jurnal Kedokteran Diponegoro. Vol 6. No. 2
- Wulandari, Resti P. (2012). *Hubungan Tingkat Stres dengan Gangguan Tidur Pada Mahasiswa Skripsi di Salah Satu Fakultas Rumpun Science-Technology UI*. Skripsi. Fakultas Ilmu Keperawatan. Universitas Indonesia: Depok.
- Yudhistira, J.O. (2020). *Hubungan Antara Stres Akademik dengan Insomnia Pada Mahasiswa Program Studi Teknik Sipil UNIKA Soegijapranata*. Skripsi. Fakultas Psikologi. Universitas Katolik Soegijapranata: Semarang.