

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, F., Maulidiyah, R., & Firdaus Hidayanto, M. (2022). Pengaruh gaya hidup dan sikap konsumen terhadap keputusan pembelian. *Jurnal Manajemen*, 14(1), 83–90.
- Alfarisi, R., Sandayanti, V., & Feryaldi, A. Y. (2019). Hubungan Aktifitas Olahraga Dengan Toleransi Stres Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung. *Jurnal Dunia Kesmas*, 8(2).
- Almojali, A. I., Almalki, S. A., Alothman, A. S., Masuadi, E. M., & Alaqeel, M. K. (2017a). The prevalence and association of stress with sleep quality among medical students. *Journal of Epidemiology and Global Health*, 7(3), 169.
- Almojali, A. I., Almalki, S. A., Alothman, A. S., Masuadi, E. M., & Alaqeel, M. K. (2017b). The prevalence and association of stress with sleep quality among medical students. *Journal of Epidemiology and Global Health*, 7(3), 169–174.
- Azwar, S. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi* (2nd ed.). Pustaka Pelajar.
- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5(3), 143–148.
- Becker, N. B., Jesus, N. D. S., Marguilho, R., & Viseu, J. N. (2015). Nathália Becker - Sleep quality and stress: a literature review. *Advanced Research in Health, Education and Social Sciences: Towards a Better Practice*, 53–61.
- Bedewy, D., & Gabriel, A. (2015). Examining perceptions of academic stress and its sources among university students: The Perception of Academic Stress Scale. *Health Psychology Open*, 1–9.
- Bullah, H., & Zuhdah, N. F. (2022). Hubungan Stres Akademik dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa S-1 Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. *Jurnal Ilmu Pendidikan Islam*, 4(2), 101–116.
- Busari, A. O. (2014). Academic stress among undergraduate students: Measuring the Effects of Stress Inoculation Techniques. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 5(27), 599–609.
- Buysse, D. J., Reynolds, C. F., Monk, T. H., Berman, S. R., & Kupfer, D. J. (1989). 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)

- Dany, A., & Kusuma, W. Y. D. (2022). Hubungan Intensitas Olahraga dan Kualitas Tidur Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Studi Kasus Mahasiswa. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 3(1), 13–20.
- Desmita. (2010). *Psikologi perkembangan peserta didik*. PT. Remaja RosdaKarya.
- Dewi, S. M., Saputra, B., & Daniati, M. (2022). Relationship Of Alcohol Consumption And Sleep Quality To The Event Of Hypertension. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal)*, 2(1), 49–62.
- Djamalilleil S.F, Rosmaini, & Dewi N.P. (2021). Hubungan Kualitas Tidur Terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Baiturahmah Padang Angkatan 2018. *Health & Medical Journal*, 3(1), 43–50.
- Faoziyah, N., & Suharjana, S. (2020). Kualitas dan efisiensi tidur yang buruk pada mahasiswa olahraga tahun pertama srata-1 terhadap pembelajaran gerak. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 6(2), 514–525.
- Fenny, & Supriatmo. (2016). Hubungan Kualitas Dan Kuantitas Tidur Dengan Prestasi Belajar Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran. *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia*, 5(3), 140–147.
- Foulkes, L., McMillan, D., & Gregory, A. M. (2019). A bad night’s sleep on campus: an interview study of first-year university students with poor sleep quality. *Sleep Health*, 5(3), 280–287.
- Guyton C. Arthur, & Hall E, J. (2007). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran (9th ed.)*. EGC
- Hadi. (1991). *Metodologi research*. Yogyakarta: Andi Offset
- Hallet, K., Chernaik, M., & Zhang. (2017). Relationship Issues Among College Nursing Students: Associations With Stress, Coping, Sleep, and Mental Disorders. *Teaching and Learning in Nursing*, 12(4), 246–252.
- Han, K. S., Kim, L., & Shim, I. (2012). Stress and Sleep Disorder. *Experimental Neurobiology*, 21(4), 141–150.
- Handayani, F., & Fithroni, H. (2022). Hubungan tingkat aktifitas Fisik Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 131-138.
- Haryati, & Yunaningsi, P. S. (2020). Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo. *Jurnal Medika Hutama*,

I(3), 146–155.

Hidayat, A. A. A. (2006). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia : Aplikasi Konsep Proses Keperawatan*. Jakarta salemba medika , 2006.

Hutagalung, N. A., Marni, E., & Erianti, S. (2021). Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Tingkat Satu Program Studi Keperawatan. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal)*, 77-89.

Indrawati, N. (2012). *Perbandingan Kualitas Tidur Mahasiswa Yang Mengikuti UKM Dan Tidak Mengikuti UKM Pada Mahasiswa Reguler FIK UI*. Universitas Indonesia.

Kariv, D., & Heiman, T. (2005). Task-oriented versus emotion-oriented coping strategies: The case of college students. *College Students Journal*, 1–17.

Khoirul, W., Rohmah, W. K., & Yunita, S. D. P. (2020). Determinan Kualitas Tidur pada Santri di Pondok Pesantren. *Higeia Journal Of Public Health Research And Development*, 649–659.

Kozier, & dkk. (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan (7th ed., Vol. 1)*. EGC.

Lastary, L. D., & Rahayu, A. (2018). Hubungan Dukungan Sosial Dan Self Efficacy Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Perantau Yang Berkuliah Di Jakarta. *Ikraith Humaniora*, 2(2), 17–23.

Lisiswati, R., Rodiani, Saputra, O., Sari, M. I., & Zafirah, N. H. (2019). Hubungan Antara Kualitas Tidur terhadap Hasil Belajar Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *J Agromedicine*, 68-71.

Luthfiatin, S., & Ridlo, M. A. (2020). Studi Literatur: Pengaruh Kawasan Pendidikan Pengaruh Tinggi Terhadap Perubahan Guna Lahan. *Jurnal Pondasi*, 19-36.

Maas, J. B. (2002). *Power Sleep : Kiat-kiat Tidur Sehat untuk Mencapai Kondisi dan Prestasi Puncak* . Kaifa.

Made, I., Sastrawan, A., Putu, I., & Griadhi, A. (2017). Hubungan Antara Kualitas Tidur Dan Daya Konsentrasi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *E-Jurnal Medika*, 6(8), 1–8.

Maisa, E. A., Andrial, A., Murni, D., & Sidaria, S. (2021). Hubungan Stres Akademik

- dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir Program Alih Jenjang. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(1), 438.
- Manik, N., Yuningrum, H., & Rosdewi, N. N. (2023). Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Angkatan 2019 Universitas Respati Yogyakarta Selama Perkuliahan Online di Masa Pandemi. *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) KesMas Respati*, 8(2), 188–195.
- Marpaung, P. P., Supit, S., & Nancy, J. (2013). Gambaran Lama Tidur Terhadap Prestasi Belajar Siswa. *Jurnal E-Biomedik (EBM)*, 1(1), 543–549.
- Merry, & Mamahit, C. H. (2020). Stres Akademik Mahasiswa Aktif Angkatan 2018 dan 2019 Universitas Swasta di DKI Jakarta. *Jurnal Konseling Indonesia*, 6(1), 6–13.
- Mudhmainnah, N., & Harahap, I. M. (2021). Hubungan Stres Akademik Dengan Kualitas Tidur Selama Pembelajaran Daring. *JIM FKep*, 5(2), 95–102.
- Nashori, F., & Wulandari, E. D. (2017). *Psikologi Tidur : Dari Kualitas Tidur Hingga Insomnia*. Universitas Islam Indonesia.
- Nashori, R. F., & Diana Rachmy. (2005). Perbedaan Kualitas Tidur Dan Kualitas Mimpi Antara Mahasiswa Laki - Laki Dan Mahasiswa Perempuan. *Humanitas : Indonesian Psychological Journal* , 2(1), 77–88.
- National Adolescent and Young Adult Health Information Center. (2014). Sleep Deprivation in Adolescents and Young Adults. University of California.
- Nurfatriani, T. S., & Setyandari, A. (2022). Hubungan Regulasi Diri Dalam Belajar Terhadap Stres Akademik. *Jurnal of Counseling and Personal Development*, 1-11.
- Oktrisia, C., Nugraha Prabamurti, P., & Shaluhayah, Z. (2021). *Beberapa Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Diet Remaja Akhir Usia 18-22 Tahun Pada Konsumen Herbalife Di Kota Semarang*. 9(2), 157–165.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2006). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, Dan Praktik*. Jakarta. EGC.
- Putri, C. P., Mayangsari, M. D., & Rusli, R. (2018). Pengaruh Stres Akademik Terhadap Academic Help Seeking Pada Mahasiswa Psikologi UNLAM Dengan Indeks Prestasi Kumulatif Rendah. *Jurnal Kognisia*, 1(2), 28–37.

- Qur'aini Rizal Ulfatul, Indriyani Diyan, & Suryaningsih Ns. Yeni. (2018). *Hubungan Aktivitas Olahraga Terhadap Adaptasi Stres Dalam Melaksanakan Tugas Pada Anggota Resiman Mahasiswa Di Koordinasi Wilayah III Jember* . 1–12.
- Rohmah, W. K., & Santik, Y. D. (2020). Determinan Kualitas Tidur pada Santri di Pondok Pesantren. *Higeia Journal Of Public Health Research And Development*, 649-659.
- Safaringga, E., & Herpandika, R. P. (2018). Hubungan Antara Kebugaran Jasmani Dengan Kualitas Tidur. *Jurnal penelitian dan pembelajaran*, 235-247.
- Sagita, D. D., Fairuz, S. U., & Aisyah, S. (2020). Perbedaan Stres Akademik Mahasiswa Berdasarkan Jenis Kelamin. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 9-16.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2012). *Health Psychology. Biopsychosocial Interactions*.
- Silalahi, U. (2012). *Metode Penelitian Sosial*. Refika Aditama.
- Silva, M., Chaves, C., Duarte, J., Amaral, O., & Ferreira, M. (2016). Sleep Quality Determinants among Nursing Students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 217, 999–1007.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sulana, I. O. P., Sekeon, S. A. S., & Mantjoro, E. M. (2020). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi. *Jurnal Kesmas*, 9(7), 37–45.
- Susanti, D., & Anggraini, R. (2020). Lingkungan Tempat tinggal Dan Hubungannya Dengan Motivasi Belajar Peserta Didik Di Sekolah Dasar Negeri 03 Langki Kecamatan Tanjung Gadang Kabupaten Sijunjung. *Menara Ilmu* , 14(1), 29–38.
- Sun, J., Dunne, M., Hou, X.-y., & Xu, A.-q. (2011). Educational Stress Scale for Adolescents. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 29(6), 534-546.
- Tristianingsih, J., & Handayani, S. (2021a). Determinan Kualitas Tidur Mahasiswa Kampus A di Universitas Muhammadiyah Prof DR Hamka. *Perilaku Dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 3(2), 120.
- Tristianingsih, J., & Handayani, S. (2021b). Determinan Kualitas Tidur Mahasiswa

- Kampus A di Universitas Muhammadiyah Prof Dr Hamka. *Perilaku Dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 3(2), 120.
- Wavy, W. W. Y. (2008). *The Relationship between Time Management, Perceived Stress, Sleep Quality and Academic Performance among University Students*. Hong Kong Baptist University.
- Wibowo, D. A., & Purnamasari, L. (2019). Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Handapherang. *Jurnal Keperawatan Galuh*, 1(2), 104–123.
- Wicaksono, D. W. (2012). *Analisis Faktor Dominan Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga*. Universitas Airlangga.
- Wicaksono, D. W., Yusuf, A., & Widyawati, I. Y. (2012). *Faktor Dominan yang berhubungan dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga*. 92–101.
- Yikealo, D., Yemane, B., & Karvinen, I. (2018a). The Level of Academic and Environmental Stress among College Students: A Case in the College of Education. *Open Journal of Social Sciences*, 06(11), 40–57.
- Yikealo, D., Yemane, B., & Karvinen, I. (2018b). The Level of Academic and Environmental Stress among College Students: A Case in the College of Education. *Open Journal of Social Sciences*, 06(11), 40–57.
- Yuliasih, & Akmal, Z. S. (2017). *Peran Wisdom Dan Knowledge Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Mengalami Stres Akademik*.
- Yunia, R. A., Septiana, E., & Sakinah, H. (2023). *Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa Angkatan 2022 E1 & E2 Ilmu Komunikasi UINSA*. 1–21.