

## DAFTAR PUSTAKA

- Ainida, H. F., Lestari, D. R., & Rizany Ichsan. (2020). Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Kualitas Tidur Remaja di Madrasah Aliyah Negeri 4 Banjar. *CNJ: Caring Nursing Journal*, 4(2), 47–53.
- Akdon. (2007). *Strategic Management For Educational Management*. Alfabeta.
- Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2017). *Addictive use of social media, narcissism, and self-esteem 1 The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey*. *Addictive use of social media, narcissism, and self-esteem 2*.
- Anggreini, N. M. (2016). PEMANFAATAN MEDIA SOSIAL TWITTER DI KALANGAN PELAJAR SMK NEGERI 5 SAMARINDA. *EJournal Sosiatri-Sosiologi*, 2016(2), 239–251.
- APJII. (2023). *Hasil Survey Pengguna Internet*. <https://apjii.or.id/berita/d/survei-apjii-pengguna-internet-di-indonesia-tembus-215-juta>
- APJII. (2023). *Penetrasi Pengguna Internet*. <http://ssurvei.apjii.or.id/home>
- Ariani, M., Elita, V., & Zulfitri, R. (2013). *HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN JEJARING SOSIAL TERHADAP KUALITAS TIDUR REMAJA DI SMAN 3 SIAK*.
- Ayu Pramita, D. (2023). *HUBUNGAN ANTARA PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN KUALITAS TIDUR PADA REMAJA*.
- Azwar, S. (2016). *Metode Penelitian Psikologi Edisi 2*.

- Buysee, D. J., III, C. F. R., Monk, T. H., Berman, S. R., & Kupver, D. J. (1989). *The Pittsburgh Sleep Quality Index: a new instrument for psychiatric and research*. 28(2), 193–213.
- Caplan, S. E., & High, A. C. (2006). Beyond Excessive Use: The Interaction between Cognitive and Behavioral Symptoms of Problematic Internet Use. *Communication Research Reports*, 23(4), 265–271. <https://doi.org/10.1080/08824090600962516>
- Coon, D., & Mitterer, J. (2012). *Introduction to Psychology: Gateways to Mind and Behavior with Concept Maps and Reviews Wadsworth Cengage Learning*.
- Darwin, M., & Reynalda, M. (2021). Review Buku: Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif. *Media Sains Indonesia*.
- Deshinta. (2009). Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Remaja Usia 15-17 Tahun di SMA N 1 Tanjung Moraw. *Universitas Sumatera Utara*.
- Desi, T. H., Prastiani, D. B., & Khodijah. (2019). *HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN SMARTPHONE DENGAN KUALITAS TIDUR MAHASISWA PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN STIKES BHAMADA SLAWI* (Vol. 10, Issue 1).
- Dewi, R. (2021). *Teknik Relaksasi Lima Jari Terhadap Kualitas Tidur, Fatigue Dan Nyeri Pada Pasien Kanker Payudara*. Deepublish.
- Dwi Windarwati, H., Victoriana Raharjo, R., Choiriyah Departemen Keperawatan Jiwa, M., Kedokteran, F., Brawijaya, U., Veteran Ketawanggede, J., Malang, K., &

- Timur, J. (2020). "PENGHAYATAN" MERUPAKAN PARAMETER TERTINGGI INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL PADA REMAJA SMA.
- El Hangouche, A. J., Jniene, A., Abouddrar, S., Errguig, L., Rkain, H., Cherti, M., & Dakka, T. (2018). Relationship between poor quality sleep, excessive daytime sleepiness and low academic performance in medical students. *Advances in Medical Education and Practice*, 9, 631–638. <https://doi.org/10.2147/AMEP.S162350>
- Gautam, P., Dahal, M., Baral, K., Acharya, R., Khanal, S., Kasaju, A., Sangroula, R. K., Gautam, K. R., Pathak, K., & Neupane, A. (2021). Sleep Quality and Its Correlates among Adolescents of Western Nepal: A Population-Based Study. *Sleep Disorders*, 2021, 1–8. <https://doi.org/10.1155/2021/5590715>
- Gilbert, S. P., & Weaver, C. C. (2010). Sleep Quality and Academic Performance in University Students: A Wake-Up Call for College Psychologists. *Journal of College Student Psychotherapy*, 24(4), 295–306. <https://doi.org/10.1080/87568225.2010.509245>
- Griffiths, M. (2005). *A "components" model of addiction within a biopsychosocial framework.*
- Hadi, S. (2016). *Metodologi Riset.* Pustaka Belajar.
- Hall, J. E. (John E., & Hall, M. E. (Michael E. (2016). *Guyton and Hall textbook of medical physiology.*
- Hidayat. (2006). *Pengantar Kebutuhan Manusia : Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan.* Salemba Medika.

Hu, Y., Manikonda, L., & Kambhampati, S. (2014). *What We Instagram: A First Analysis of Instagram Photo Content and User Types*.

Iksanti, I. N. (2018). *SIKAP REMAJA TERHADAP TAYANGAN VLOG*.

Irfan, Aswar, & Erviana. (2020). *HUBUNGAN SMARTPHONE DENGAN KUALITAS TIDUR REMAJA DI SMA NEGERI 2 MAJENE*.

Javaheri, S., Storfer-Isser, A., Rosen, C. L., & Redline, S. (2008). Sleep Quality and Elevated Blood Pressure in Adolescents. *Circulation*, *118*(10), 1034–1040.  
<https://doi.org/10.1161/CIRCULATIONAHA.108.766410>

Kemdikbud RI. (2023). *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)*.

Keswara, R. U., Syuhada, N., Tri Wahyudi, W., & Keperawatan Malahayati Bandar Lampung, A. (2019). *Perilaku penggunaan gadget dengan kualitas tidur pada remaja* (Vol. 13, Issue 3).

Kim, B.-S., Jeon, H. J., Hong, J. P., Bae, J. N., Lee, J.-Y., Chang, S. M., Lee, Y.-M., Son, J., & Cho, M. J. (2012). DSM-IV psychiatric comorbidity according to symptoms of insomnia: a nationwide sample of Korean adults. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, *47*(12), 2019–2033.  
<https://doi.org/10.1007/s00127-012-0502-0>

Kim, J.-H., Seo, M., & David, P. (2015). Alleviating depression only to become problematic mobile phone users: Can face-to-face communication be the antidote? *Computers in Human Behavior*, *51*, 440–447.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.05.030>

- Kline, C. (2013). *Encyclopedia of Behavioral Medicine* (M. D. Gellman & J. R. Turner, Eds.). Springer New York. <https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1005-9>
- Kotyško, M., & Michalak, M. (2020). The Scale of Excessive Use of Social Networking Sites – the psychometric characteristics and validity of a proposed tool. *Alcoholism and Drug Addiction*, 33(3), 239–252. <https://doi.org/10.5114/ain.2020.101800>
- Maharani, A. C. (2021). The influence of excessive use of social media. *Indonesian Journal of Social Sciences*, 13(1), 11. <https://doi.org/10.20473/ijss.v13i1.26351>
- Maulida, R., Sari, H., Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh, M., & Keilmuan Keperawatan Jiwa Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh, B. (2017). *THE CONNECTION OF INTERNET ADDICTION AND SLEEP PATTERN OF STUDENTS IN NURSING FACULTY*.
- Meilinda, N. (2018). SOCIAL MEDIA ON CAMPUS: Studi Peran Media Sosial sebagai Media Penyebaran Informasi Akademik pada Mahasiswa di Program Studi Ilmu Komunikasi FISIP UNSRI. In *The Journal of Society & Media* (Vol. 2, Issue 1). <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jsm/index>
- Mirowsky, J., & Ross, C. E. (2003). *Education, Social Status, and Health*. Transaction Publisher.
- Mukodim, D., Ritandiyono, & Sita, H. R. (2004). Peranan Kesepian dan Kecenderungan Internet Addiction Disorder terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Gunadarma. *Jurnal Psikologi*, 111–120.

Nafiah, N. (2018). *HUBUNGAN DURASI PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN KUALITAS TIDUR PADA REMAJA KELAS VIII DI SMP MUHAMMADIYAH 1 YOGYAKARTA 1*.

Nasrullah, R. (2015). *Teori dan Riset Media Siber (Cybermedia)* (Kencana Prenadamedia). Kencana Prenadamedia Group.

Nurjan, S., Kurnianto Tjahjono, H., & Yamin, M. N. (2016). *TRENDS IN THE ADOLESCENT DELINQUENCY BEHAVIOR AT THE INSTITUTE OF ISLAMIC EDUCATION PONOROGO DISTRICT*.

Ohayon, M. M. (2011). Epidemiological Overview of Sleep Disorders in the General Population. *Sleep Medicine Research*, 2, 1–9.

Pittman, M., & Reich, B. (2016). Social media and loneliness: Why an Instagram picture may be worth more than a thousand Twitter words. *Computers in Human Behavior*, 62, 155–167. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.03.084>

Priadana, S., & Sunarsi, D. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Pascal Books.

Psimawa, J., Firdaus Basri, N., Sugiarto, A., Studi Keperawatan Magelang, P., & Kemenkes Semarang Corresponding Author, P. (2023). *HUBUNGAN KECANDUAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN KUALITAS TIDUR PADA MAHASISWA KEPERAWATAN MAGELANG POLTEKKES KEMENKES SEMARANG*. 6(1), 59–64. <http://jurnal.uts.ac.id/index.php/PSIMAWA>

- Putra, G. L. A. K. (2019). PEMANFAATAN ANIMASI PROMOSI DALAM MEDIA YOUTUBE. In *Prosiding Seminar Nasional Desain dan Arsitektur (SENADA)* (Vol. 2). <https://cashbac.com>
- Putri, A. F. (2018). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35. <https://doi.org/10.23916/08430011>
- Puwanto, O. N. F. (2021). *Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Internet dengan Kualitas Tidur di Masa Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa Fakultas Dakwah IAIN Purwokerto*. Island Heritage Pub.
- Rahma, F. N., Harlia Putri, T., Kholid Fahdi Program Studi Ilmu Keperawatan, F., Kedokteran, F., Tanjungpura, U., Jl Profesor Dokter H Hadari Nawawi, J. H., Laut, B., Tenggara, P., & Barat, K. (2023). FAKTOR YANG MEMENGARUHI KUALITAS TIDUR PADA REMAJA USIA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA. In *JKJ: Persatuan Perawat Nasional Indonesia* (Vol. 11, Issue 4).
- Riyadi, S., & Udin, N. F. (2020). PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL BERLEBIH DAPAT MENYEBABKAN INSOMNIA PADA REMAJA DI SENTOLO KULON PROGO. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 16(2), 61. <https://doi.org/10.26753/jikk.v16i2.458>
- Riyadi, S., & Widuri, H. (2015). *Kebutuhan Dasar Manusia Aktivitas Istirahat Diagnosis Nanda*. Gosyen Publishing.
- Safitri, R. M. (2019). *Modul Praktikum Analisis Data*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

Sarfriyanda, J., Karim, D., & Dewi, A. P. (2015). HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DAN KUANTITAS TIDUR DENGAN PRESTASI BELAJAR MAHASISWA. In *JOM* (Vol. 2, Issue 2).

Setiadi. (2016). *PEMANFAATAN MEDIA SOSIAL UNTUK EFEKTIFITAS KOMUNIKASI*.

Setyowati, L., Kurnia, A. D., Lestari, W., & Karuncharernpanit, S. (2023). Association between social media addiction and sleep quality among undergraduate nursing students: A cross-sectional study. *Frontiers of Nursing, 10*(2), 233–239. <https://doi.org/10.2478/fon-2023-0025>

Siallagan, A., Ginting, A., Margaret, T., & Santa Elisabeth Medan, Stik. (2023). Hubungan Penggunaan Media Social Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Di SMK Negeri 2 Tahun 2022. *Ticha Margaret INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research, 3*, 4912–4924.

Stavitsky, K., Neargarder, S., Bogdanova, Y., McNamara, P., & Cronin-Golomb, A. (2012). The Impact of Sleep Quality on Cognitive Functioning in Parkinson's Disease. *Journal of the International Neuropsychological Society, 18*(1), 108–117. <https://doi.org/10.1017/S1355617711001482>

Stephan, Y., Sutin, A. R., Bayard, S., Križan, Z., & Terracciano, A. (2018). Personality and sleep quality: Evidence from four prospective studies. *Health Psychology, 37*(3), 271–281. <https://doi.org/10.1037/hea0000577>

Suciska, W. (2016). *Optimalisasi Penerapan E-Government Melalui Media Sosial Dalam Mewujudkan Good Governance*. 374–389.



- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta : CV.
- Suwarna, A. H., & Widiyanto. (2016). *Perbedaan Pola Tidur Antara Kelompok Terlatih dan Tidak Terlatih*.
- Uliyah, M., & Hidayat, A. A. (2021). *Keperawatan Dasar 1 UNTUK PENDIDIKAN VOKASI*. Health Books Publishing.
- Widhiarso, W. (2010). *Pengategorian Data dengan Menggunakan Statistik Hipotetik dan Statistik Empirik*.
- Woods, H. C., & Scott, H. (2016). #Sleepyteens: Social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem. *Journal of Adolescence*, 51, 41–49. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.05.008>
- Zahara, R., Nurchayati, S., & Woferst. (2018). Gambaran Insomnia Pada Remaja di SMK Negeri 2 Pekanbaru. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Ilmu Keperawatan*, 5(2), 278–286.