

DAFTAR PUSTAKA

- Åkerstedt, T., Nilsson, P. M., & Kecklund, G. (2009). Sleep and recovery. *Research in Occupational Stress and Well Being*, 7, 205–247.
[https://doi.org/10.1108/S1479-3555\(2009\)0000007009](https://doi.org/10.1108/S1479-3555(2009)0000007009)
- Altman, I., & Wohlwill, J. F. (2012). Human Behavior and Environment: Advances in Theory and Research. Dalam Springer Science & Business Media (Ed.), *Weather* (Vol. 2, Nomor 7). Springer, Boston, MA.
<https://doi.org/10.1002/wea.89>
- Amalia, R. (2018). Hubungan Stres dengan Kelancaran ASI pada Ibu Menyusui Pasca Persalinan di RSI A. Yani Surabaya. *Journal of Health Sciences*, 9(1), 12–16. <https://doi.org/10.33086/jhs.v9i1.178>
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40.
<https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- Anggraeni, N. P. D. A., & Saudia, B. E. P. (2021). Gambaran Tingkat Kecemasan dan Kadar Hormon Kortisol Ibu Nifas. *Jurnal Bidan Cerdas*, 3(2), 55–63.
<https://doi.org/10.33860/jbc.v3i2.420>
- Anggriyani, N., & Listiyaningsih, M. D. (2023). Pengaruh Senam Nifas Terhadap Kualitas Tidur Ibu Nifas. *Indonesian Journal of Midwifery(IJM)*, Volume 6 N.
- Ati, N. N. (2021). Blues, Hubungan Dukungan Suami Pada Ibu Pasca Melahirkan Dengan Postpartum. *Syntax Idea*, 3(1), 213–221.
- Azwar, S. (2021). *Penyusunan Skala Psikologi (III)*. Pustaka Pelajar.
- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 5(3), 143–148.
<https://doi.org/10.29210/119800>
- Bilgiç, Ş., Çelikkalp, Ü., & Misirli, C. (2021). Stress level and sleep quality of nurses during the COVID-19 pandemic. *Work*, 70(4), 1021–1029.
<https://doi.org/10.3233/WOR-210538>
- Bobak, I. M., Lowdermilk, D. L., & Jensen, M. D. (2005). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas* (4 ed.). Penerbit Buku Kedokteran EGC. Buku di perpus Poltek Kemenkes Yogyakarta

- Borbély, A. A., Daan, S., Wirz-Justice, A., & Deboer, T. (2016). The two-process model of sleep regulation: A reappraisal. *Journal of Sleep Research, 25*(2), 131–143. <https://doi.org/10.1111/jsr.12371>
- 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*, 193–213.
- Byron, K., Khazanchi, S., & Nazarian, D. (2010). The Relationship Between Stressors and Creativity: A Meta-Analysis Examining Competing Theoretical Models. *Journal of Applied Psychology, 95*(1), 201–212. <https://doi.org/10.1037/a0017868>
- Daman, F. A., & Salat, S. Y. S. (2014a). Faktor Risiko Tingkat Stres Pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kecamatan Batang-Batang Kabupaten Sumenep Tahun 2014. *Jurnal Kesehatan Wiraraja Medika, 11*.
- Daman, F. A., & Salat, S. Y. S. (2014b). Faktor Risiko Tingkat Stres Pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kecamatan Batang-Batang Kabupaten Sumenep Tahun 2014. *Jurnal Kesehatan Wiraraja Medika, 11*.
- Daniyati Kusuma, P. (2017). Karakteristik Penyebab Terjadinya Depresi Postpartum Pada Primipara Dan Multipara. *Jurnal Keperawatan Notokusumo, 5*(1), 36–45.
- Dany, A., & Kusuma, D. W. Y. (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. <https://doi.org/10.15294/inapes.v3i1.55620>
- Dørheim, S. K., Bondevik, G. T., Eberhard-Gran, M., & Bjorvatn, B. (2009). Sleep and depression in postpartum women: A population-based study. *Sleep, 32*(7), 847–855. <https://doi.org/10.1093/sleep/32.7.847>
- Fatmawati, R., & Hidayah, N. (2019). Gambaran Pola Tidur Ibu Nifas. *Gambaran Pola Tidur Ibu Nifas, 9*(2), 45–46.
- Fitriani, A., & Nuryati, I. (2019). Dukungan Sosial dan Tingkat Stres pada Ibu Pasca Melahirkan Anak Pertama. *Jurnal Psikologi Malahayati, 1*(2), 1–7.
- Hadi, S. (2015). *Metodologi Research*. Andi Offset.
- Harahap, W., & Adiyanti, M. G. (2017). Kualitas Tidur Dan Pola Tidur Sebagai Prediposisi Postpartum Blues Pada Primipara. *Jurnal Kesehatan Reproduksi, 4*(1), 50–55.

- Hendi Aryadi, I. P., Andra Yusari, I. G. A. A., Dewi Dhyani, I. A., Eka Kusmadana, I. P., & Sudira, P. G. (2018). Korelasi Kualitas Tidur Terhadap Tingkat Depresi, Cemas, Dan Stres Mahasiswa Kedokteran Universitas Udayana Bali. *Callosum Neurology*, 1(1), 20–31.
<https://doi.org/10.29342/cnj.v1i1.4>
- Jayasima, A. M., Deliana, S. M., & Mabruri, M. I. (2014). Postpartum Blues Syndrome Pada Kelahiran Anak Pertama. *Developmental and Clinical Psychology*, 3(1), 1–4.
<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/dcp%0APOSTPARTUM>
- Khutami, T. (2022). Gambaran Psikologis Ibu Postpartum Primipara di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Kecamatan Tenayan Raya Kota Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*, 7(1), 46.
<https://doi.org/10.51933/health.v7i1.777>
- Kusumasari, R. V. (2018). Kelelahan Postpartum Antara Ibu Primipara dan Multipara di Wilayah Kerja Puskesmas Piyungan Kabupaten Bantul: Comparative Study. *Health Sciences and Pharmacy Journal*, 2(1), 16.
<https://doi.org/10.32504/hspj.v2i1.23>
- Larasati, R. (2016). Pengaruh Stres Pada Kesehatan Jaringan Periodontal. *Jurnal Skala Husada*, 13(1), 81–89.
- LaVoy, E. C., Palmer, C. A., So, C., & Alfano, C. A. (2020). Bidirectional relationships between sleep and biomarkers of stress and immunity in youth. *International Journal of Psychophysiology*, 158, 331–339.
<https://doi.org/10.1016/j.ijpsycho.2020.10.010>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal and Coping*. Springer Publishing.
- Lestari, S. (2022). Hubungan Tingkat Stres Pada Ibu Post Partum dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Masa Pandemi Covid 19 di PMB Sri Lestari Kalasan. Dalam *Poltekke Kemenkes Yogyakarta*.
<http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/1134/4/4. Chapter 2.pdf>
- Lumban Gaol, N. T. (2016). Teori Stres: Stimulus, Respons, dan Transaksional. *Buletin Psikologi*, 24(1), 1. <https://doi.org/10.22146/bps.11224>
- Marliani R, E. N. R. R. & Z. R. (2020). Regulasi Emosi Stres dan Kesejahteraan Psikologis Studi Pada Ibu Work From Home. *Karya Tulis Ilmiah LP2M UIN SGD Bandung*, May, 1–12.

- Morin, C. M., & Espie, C. A. (2012). *The Oxford Handbook of Sleep and Sleep Disorders*. Oxford University Press.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195376203.001.0001>
- Mufdlilah, Hidayat, A., & Kharimaturrahmah, I. (2012). *Konsep Kebidanan* (1 ed.). Nuha Medika.
- Muttaqin, Muh. R., Rotinsulu, D. J., & Sulistiawati, S. (2021). Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman. *Jurnal Sains dan Kesehatan*, 3(4), 586–592.
<https://doi.org/10.25026/jsk.v3i4.618>
- Prawirohardjo, S. (2010a). *Ilmu Kebidanan* (4 ed.). PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Prawirohardjo, S. (2010b). *Ilmu Kebidanan* (4 ed.). PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Rasmi, N. K. G., Yusiana, M. A., & Taviyanda, D. (2018). Adaptasi Psikologis Ibu Postpartum (Fase Taking- in) Di Rumah Sakit. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 4(2). <https://doi.org/10.32660/jurnal.v4i2.326>
- Salam, A., Mahadevan, R., Rahman, A. A., Abdullah, N., Harith, A. A. A., & Shan, C. P. (2015). Stress among First and Third Year Medical Students at University Kebangsaan Malaysia. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 31(1), 169–173. <https://doi.org/10.12669/pjms.311.6473>
- Sarafino, E., & Smith, T. (2011). *Health Psychology*. Jay O'Callaghan.
- Sarfriyanda, J., Karim, D., & Dewi, A. P. (2015). Hubungan Antara Kualitas Tidur dan Kuantitas Tidur dengan Prestasi Belajar Mahasiswa. 17(3), 56–64. <https://doi.org/10.35681/1560-9189.2015.17.3.100328>
- Selye, H. (1946). The General Adaptation Syndrome And The Diseases of Adaptation. *The Journal of allergy*, 17, 231.
- Septianingrum, Y., & Damawiyah, S. (2019). Hubungan Kualitas Tidur dengan Postpartum Blues Pada Ibu Postpartum di Puskesmas Jagir Surabaya. *Lentera*, 27(7), 472–476.
- Sinaga, A., Sinaga, K., Triana Ginting, S. S., Sitorus, R., Yudiyanto, A. R., & Andriani, P. (2022). Penerapan Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0-6 Bulan Di Bpm Pera Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2022. *Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat dan*

- Corporate Social Responsibility (PKM-CSR)*, 5(2018), 1–10.
<https://doi.org/10.37695/pkmcsr.v5i0.1817>
- Son J., Erno A., Shea D. G., Femia E. E., Zarit S. H., S. M. A. P. (2007). The Caregiver Stress Process and Health Outcomes. *Journal of Aging and Health*, 19(6), 871–887.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. ALFABETA.
- Sunaryono. (2004). *Psikologi untuk Keperawatan* (1 ed.). EGC.
- Tononi, G., & Cirelli, C. (2006). Sleep function and synaptic homeostasis. *Sleep Medicine Reviews*, 10(1), 49–62. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2005.05.002>
- Ulfa, Z. D., & Setyaningsih, Y. (2020). Tingkat Stres Ibu Menyusui dan Pemberian Asi pada Bulan Pertama. *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan dan IPTEK*, 16(1), 15–28.
<https://doi.org/10.33658/jl.v16i1.145>
- Wilkinson, H. R., & Nair, R. das. (2013). The psychological impact of the unpredictability of multiple sclerosis: a qualitative literature meta-synthesis. *British Journal of Neuroscience Nursing*, 9(4), 172–178.
<https://doi.org/10.12968/bjnn.2013.9.4.172>
- Wulandari, I. A. P., Kusuma, M. D. S., & Sari, W. T. (2023). Gambaran Strategi Koping dan Tingkat Stres pada Ibu Postpartum (An Overview of Coping Strategies and Stress Levels in Postpartum Mothers). *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 2721–8007.
- Yang, C. L., Yu, C. H., & Chen, C. H. (2013). Development and validation of the postpartum sleep quality scale. *Journal of Nursing Research*, 21(2), 148–154.
<https://doi.org/10.1097/jnr.0b013e3182921f80>
- Yusdiana, D. (2011). Perbedaan Kejadian Stres Pasca Trauma pada Ibu Post Partum dengan Seksio Sesaria Emergensi, Partus Pervagina dengan Vakum, dan Partus Spontan. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 14(3), 207–212.
<https://doi.org/10.7454/jki.v14i3.311>