

DAFTAR PUSTAKA

- Alim, I. Z. (2015). Uji validitas dan reliabilitas instrumen pittsburgh sleep quality index versi Bahasa Indonesia. (Tesis Sp.KJ. yang tidak diterbitkan). Universitas Indonesia.
- Arayici, M. E., Arayici, S. G., Geyiktepe, O. E., & Simsek, H. (2025). Assessment of the Relationship Between Internet Addiction, Psychological Well-Being, and Sleep Quality: A Cross-Sectional Study Involving Adult Population. Study Involving Adult Population. *Behavioral Sciences*, 15(3): 1-17. <https://doi.org/10.3390/bs15030344>
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (2025). Survei penetrasi internet dan perilaku penggunaan internet Indonesia 2025. <https://survei.apjii.or.id/survei/group/11>
- Azizah, R., Langi, F. L. F. G., & Nelwan, J. E. (2021). Hubungan kecanduan internet dengan kualitas tidur pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado. *Jurnal KESMAS*, 10(6): 1-6. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/35441>
- Azwar, S. (2018). Metode penelitian psikologi (Edisi II). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bani Issa, W., Hijazi, H., Radwan, H., Saqan, R., Al-Sharman, A., Samsudin, A. B. R., Fakhry, R., Al-Yateem, N., Rossiter, R. C., Ibrahim, A., Moustafa, I., Naja, F., Alameddine, M., Abbas, N., Abdelrahim, D. N., Al-Shujairi, A., & Awad, M. (2023). Evaluation of the effectiveness of sleep hygiene education and FITBIT devices on quality of sleep and psychological worry among first-year college students. *Frontiers in Public Health*, 11: 1-10. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1182758>
- 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)
- Daryaswanti, P. I., Pendet, N. M. D., Febianingsih, N. P. E., Widyanata, K. A. J., Artawan, K., Putra, G. Y., Dewi, N. L. P. T., Putra, K. A. D. (2025). Factors influencing sleep quality of nursing students. *Public Health of Indonesia*, 11(2): 217-225. <https://doi.org/10.36685/phi.v11i2.980>
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computer in Human Behavior*, 17(2): 187-195. [https://doi.org/10.1016/S0747-5632\(00\)00041-8](https://doi.org/10.1016/S0747-5632(00)00041-8)

- Fitri, N., Hanum, F. J., & Reza, M. (2021). Hubungan penggunaan smartphone pada malam hari terhadap kualitas tidur mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 1(3): 379–385. <https://doi.org/10.25077/jikesi.v1i3.78>
- Ghasemi, A., & Zahediasl, S. (2012). Normality tests for statistical analysis: A guide for non-statisticians. *International Journal of Endocrinology and Metabolism*, 10(2): 486–489. <https://doi.org/10.5812/ijem.3505>
- Hadi, S. (2015). *Metodologi Riset*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Habut, M. A., Manafe, D. T., & Wungouw, H. P. L. (2021). Hubungan adiksi internet dengan kualitas tidur pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran. *Cendana Medical Journal*, 21(1): 38-45. <https://ejurnal.undana.ac.id/index.php/CMJ/article/view/4933>
- Hulukati, W., & Djibrani, M. R. (2018). Analisis tugas perkembangan mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. *Jurnal Bikotetik*, 2(1): 73–114. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v2n1.p73-80>
- Indra, C. M., Dundu, A. E., & Kairupan, B. H. R. (2019). Hubungan kecanduan internet dengan depresi pada pelajar kelas XI di SMA Negeri 9 Binsus Manado tahun ajaran 2018/2019. *Jurnal Medik dan Rehabilitasi*, 1 (3): 1–10.
- Kurniasanti, K. S., Assandi, P., Ismail, R. I., Nasrun, M, W, S., & Wiguna, T. (2019). Internet Addiction: a new addiction?. *Medical Journal Of Indonesia*, 28(1): 82-91. <https://doi.org/10.13181/mji.v28i1.2752>
- Kuss, D. J., Shorter, G. W., van Rooij, A. J., van de Mheen, D., & Griffiths, M. D. (2014). The Internet addiction components model and personality: Establishing construct validity via a nomological network. *Computers in Human Behavior*, 39:312–321. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.07.031>
- Kwak, S. G., & Kim, J. H. (2017). Central limit theorem: the cornerstone of modern statistics. *Korean Journal of Anesthesiology*, 70 (2): 144-156. <https://doi.org/10.4097/kjae.2017.70.2.144>
- Marciando, P. V. G., Ayuningtias, A. U. H., & Retnoningtias, D. W. (2022). Hubungan internet addiction terhadap kualitas tidur pada mahasiswa. *Jurnal PSIMAWA*, 5(2): 69-74. <https://www.semanticscholar.org/paper/Hubungan-Internet-Addiction-Terhadap-Kualitas-Tidur-Marciando-Ayuningtias/b0f4710e3c76447bc004526900dc1f441c97ea37>
- Maura, M., Febriana, B., & Setyowati, W. E. (2026). Hubungan penggunaan smartphone sebelum tidur terhadap kualitas tidur mahasiswa S1 Ilmu

- Keperawatan UNISSULA. *NUSANTARA: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 6(2): 324-335. <https://doi.org/10.55606/nusantara.v6i2.8384>
- Murwani, A., & Umam, M. K. (2021). Hubungan intensitas penggunaan smartphone dengan kualitas tidur pada mahasiswa angkatan 2017 Program Studi Ilmu Keperawatan di STIKES Surya Global Yogyakarta. *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati*, 6(1): 79-90. <https://doi.org/10.35842/formil.v6i1.339>
- Nelson, K. L., Davis, J. E., & Corbett, C. F. (2021). Sleep quality: An evolutionary concept analysis. *Nursing Forum*, 57(1): 144–151. <https://doi.org/10.1111/nuf.12659>
- Pranoto, A., Maddeppungeng, M., Renaldi, R., & Ganda, I. J. (2025). Internet addiction and sleep disorder in adolescents in Makassar, Indonesia. *Paediatrica Indonesiana*, 65 (2): 129-136. <https://doi.org/10.14238/pi65.2.2025.129-36>
- Purwandari, A., Handari, M., & Anisah, N. (2024). Hubungan penggunaan gadget terhadap pola tidur pada anak usia sekolah di SDK Sengkan Yogyakarta. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 10(2): 175-351. <https://doi.org/10.32660/jpk.v10i2.772>
- Rusno. (2010). Pengaruh Penggunaan internet sebagai salah satu sumber belajar terhadap prestasi mahasiswa Pendidikan Ekonomi Universitas Kanjuruhan Malang. *Jurnal Ekonomi Modernisasi*, 6(2): 161-172. <https://doi.org/10.21067/jem.v6i2.37>
- Saliceti, F. (2015). Internet Addiction Disorder (IAD). *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 191: 1372 – 1376. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.04.292>
- Simatupang, L. R. N., & Tantri, J. The influence of academic stress, internet addiction, and sleep quality on student academic achievement in Indonesia. *Educational Leadership and Management Journal (ELEMENT)*, 2(2): 31-44. <https://doi.org/10.22437/element.v2i2.38379>
- Siste, K., Suwartono, C., Nasrun, M. W., Bardosono, S., Sekartini, R., Pandelaki, J., Sarasvita, R., Murtani, B. J., Damayanti, R., & Wiguna, T. (2021). Validation study of the Indonesian internet addiction test among adolescents. *PLoS ONE*, 16(2): 1-15. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0245833>
- Senggo, S., & Palayukan. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perubahan kualitas tidur mahasiswa Universitas Megarezky Makassar. *Nursing Inside Community*, 2(2): 59-63. <https://ojs.institutnh.ac.id/index.php/nic/article/view/6>

- Septiani, F., Pohan, S. D., Amelia, K., Amelia, R. I., Lestari, A. D., & Fachrizal, M. (2025). Dampak kebiasaan menggunakan gadget sebelum tidur terhadap kualitas tidur mahasiswa. *Jurnal Kajian Ilmiah Interdisipliner*, 9(3): 138-143. <https://oaj.jurnalhst.com/index.php/jkii/article/view/9953>
- Sugiyono. (2015). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2023). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sulistiyani, C. (2012). Beberapa faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(2): 280-292. <http://eprints.undip.ac.id/38526/1/4419.pdf>
- Wahyuni, L. T. (2018). Hubungan stres dengan kualitas tidur mahasiswa profesi keperawatan STIKes Ranah Minang Padang tahun 2016. *Menara Ilmu*, 12(3): 80–84. <https://doi.org/10.33559/mi.v12i3.712>
- Wulandari, S., & Pranata, R. (2024). Deskripsi kualitas tidur dan pengaruhnya terhadap konsentrasi belajar mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 10(1): 101-108. <https://doi.org/10.59672/jpkr.v10i1.3414>
- Young, K. S., & Abreu, C. N. (Eds.). (2017). *Kecanduan internet: Panduan konseling dan petunjuk untuk evaluasi dan penanganan* (H. P. Soetjipto & S. M. Soetjipto, Trans.). Pustaka Pelajar. (Karya asli diterbitkan 2011)
- Zhong, C., Masters, M., Donzella, S. M., Diver, W. R., & Patel, A. V. (2025). Electronic screen use and sleep duration and timing in adults. *JAMA network open*, 8(3): e252493. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2025.2493>
- Zahraa, S. A. N., Agustin, A. S., Muthmainna, K., Salsabiila, N., Fitriyani, A., & Kusumadinata, A. A. (2025). Pengaruh kebiasaan scroll media sosial sebelum tidur terhadap kualitas tidur dan produktivitas mahasiswa. *Agrinus: Jurnal Agro Marin Nusantara*, 2(2): 29-38. <https://doi.org/10.62180/e1gr1y58>