

DAFTAR PUSTAKA

- Buyse DJ, Reynolds CF 3rd, Monk TH, Berman SR, Kupfer DJ. The Pittsburgh Sleep Quality Index: a new instrument for psychiatric practice and research. *Psychiatry Res.* 1989 May;28(2):193-213. doi: 10.1016/0165-1781(89)90047-4. PMID: 2748771.
- Clement-Carbonell, V., Portilla-Tamarit, I., Rubio-Aparicio, M., & Madrid-Valero, J. J. (2021). Sleep Quality, Mental and Physical Health: A Differential Relationship. *International journal of environmental research and public health*, 18(2), 460. <https://doi.org/10.3390/ijerph18020460>
- Fitri, A., Rahim, R., Nurhayati, N., Azis, A., Pagiling, S. L., Natsir, I., ... & Anugrah, N. E. (2023). *Dasar-Dasar Statistika untuk Penelitian*.
- Handayani, Sri Eka. (2022). *Kesehatan mental (mental hygiene)*. Penerbit : Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin. ISBN 978-623-7583-86-8
- Handoko, E. (2022). Kajian Hubungan Pencapaian Akademik dengan Tingkat Stres dan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Dalam Masa Pandemi Covid-19. *Publish Buku Unpri PRESS ISBN*, 1-57.
- Henrich, L.C., Antypa, N. & Van den Berg, J.F. Sleep quality in students: Associations with psychological and lifestyle factors. *Curr Psychol* 42, 4601–4608 (2023). <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01801-9>
- Honanda, M. V., & Arianti, R. Student Sleep Quality during a Pandemic and its Relationship with Smartphone Use Intensity Kualitas Tidur Mahasiswa di Masa Pandemi dan Hubungannya dengan Intensitas Penggunaan Smartphone.
- Jannah, H. I. *Pengaruh penggunaan perangkat elektronik, higienitas tidur, stres sekolah, dan aktivitas fisik terhadap kualitas tidur siswa* (Bachelor's thesis, Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta).
- Jumilia, J. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Tidur Pada Remaja di SMA PGRI 2 Padang. *Ensiklopedia of Journal*, 2(3), 313-322.
- Kesuma, I. P. P. A., Primatanti, P. A., & Tirta, I. G. R. (2023). Karakteristik Kualitas Tidur pada Siswa SMA Negeri 1 Sukawati, Gianyar. *Aesculapius Medical Journal*, 3(3), 348-358.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company.
- Nelson KL, Davis JE, Corbett CF. Sleep quality: An evolutionary concept analysis. *Nurs Forum*. 2022 Jan;57(1):144-151. doi: 10.1111/nuf.12659. Epub 2021 Oct 5. PMID: 34610163.
- Oktaviani, I., & Untari, R. (2024). Hubungan Stress dan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi Sarjana Terapan Terapi Okupasi Politeknik Kesehatan Surakarta. *Jurnal Terapi Wicara dan Bahasa*, 2(2), 797-804.
- Pangestika, G., Lestari, D. R., & Setyowati, A. (2018). Stres dengan Kualitas Tidur pada Remaja. *Dunia Keperawatan*, 6(2), 107–115. <https://doi.org/10.20527/dk.v6i2.4412>
- Purnomo, R. A. (2016). *Analisis statistik ekonomi dan bisnis dengan SPSS*. CV. Wade Group bekerjasama dengan UNMUH Ponorogo Press.
- Rachmasari, K. A., Hartini, S., Kholisa, I. L., & Prabandari, Y. S. (2021). Hubungan antara Stres dengan Kualitas Tidur Remaja di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Klinis dan Komunitas (Clinical and Community Nursing Journal)*, 5(1), 48-60.

- Rahma, F. N., Putri, T. H., & Fahdi, F. K. (2023). Faktor yang Memengaruhi Kualitas Tidur pada Remaja Usia Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 11(4), 809-816.
- Ratnaningtyas, T. O., & Fitriani, D. (2019). Hubungan stres dengan kualitas tidur pada mahasiswa tingkat akhir. *Edu Masda Journal*, 3(2), 181-191.
- Reza, Harahap. (2017). Pengertian Sekolah Menengah Atas, Perbedaan SMA, SMK dan MA. <https://www.kosngosan.com/2017/05/sekolah-menengah-atas-sma-smk-ma.html>
- Rohmah, W. K. (2020). Determinan kualitas tidur pada santri di pondok pesantren. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 4(Special 3), 649-659.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.
- Sahir, S. H. (2021). Metodologi penelitian. Penerbit KBM Indonesia.
- Septian, N. (2024). HUBUNGAN STRES DAN KUALITAS TIDUR: TINJAUAN LITERATUR. *Jurnal Multidisiplin Ilmu Akademik*, 1(5), 163-168.
- Setiawati, O. R., Wulandari, M., & Mayestika, D. (2016). Hubungan kualitas tidur dengan stres pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas malahayati tahun akademik 2015/2016. *Jurnal ilmu kedokteran dan kesehatan*, 3(3).
- Setyorini, A., & Kuncoro, J. (2019). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dengan Tingkat Stress Terhadap Program Wajib Asrama dan Pendidikan Semi Militer pada Taruna Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang. *Proyeksi*, 14(1), 63-73.
- Simanoah, K. H., Muniroh, L., & Rifqi, M. A. (2022). Hubungan antara durasi tidur, tingkat stres dan asupan energi dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada mahasiswa baru 2020/2021 FKM UNAIR. *Media Gizi Kesmas*, 11(1), 218-224.
- Sugiyono, (2013). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sugiyono (2019). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung : Alfabet.
- Suhartati, B. L., Dewi, A. A. N. T. N., Wibawa, A., & Winaya, I. M. N. (2021). Hubungan Lama Durasi Penggunaan Media Sosial Dengan Kualitas Tidur Pada Usia 19-22 Tahun. *Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia*, 9(1), 28.
- Sujarweni, W. (2023). Metodologi Penelitian (Lengkap, Praktis dan Mudah Dipahami). PUSTAKABARUPRESS.
- Sukmawati, N. M. H., & Putra, I. G. S. W. (2019). Reliabilitas kusioner pittsburgh sleep quality index (Psqi) versi bahasa Indonesia dalam mengukur kualitas tidur lansia. *WICAKSANA: Jurnal Lingkungan dan Pembangunan*, 3(2), 30-38.
- Sulistiyan, C. (2012). Beberapa faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro*, 1(2), 18762.
- Syakrani, A. W., Hamid, A., Bakri, A., Bahrudin, M., & Najemi, M. K. (2022). Pendidikan dan Sistem Pendidikan di Negara Indonesia dan Negara Lain. *Adiba Journal of Education*, 2(3), 399-412.
- Tanjung, Z., & Amelia, S. (2017). Menumbuhkan kepercayaan diri siswa. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 2(2).

- Tyas, L. W. (2022). Hubungan Depresi, Kecemasan dan Stres dengan Kejadian Insomnia pada Remaja Sekolah Menengah Atas Kota Surabaya. *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 13(3).
- Ulfah, M., Khasanah, D. U., & Utomo, D. (2021). FACTORS THAT AFFECTING SLEEP QUALITY IN ADOLESCENTS AT TEGAL CITY. *Juru Rawat. Jurnal Update Keperawatan*, 1(1).
- Vanista, A., & Nurjamiludin, I. (2023). Kebutuhan Personal Seorang Siswa dalam Proses Pembelajaran: Perspektif Psikologi. *Jurnal Pelita Nusantara*, 1(2), 238-244.
- Varma, P., Burge, M., Meaklim, H., Junge, M., & Jackson, M. L. (2021). Poor Sleep Quality and Its Relationship with Individual Characteristics, Personal Experiences and Mental Health during the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(11), 6030. <https://doi.org/10.3390/ijerph18116030>
- Widodo, S., Ladyani, F., Lestari, S. M. P., Wijayanti, D. R., Devrianya, A., Hidayat, A., ... & Widya, N. (2023). Buku Ajar Metode Penelitian.
- Wulantari, H. (2019). Hubungan antara kualitas tidur terhadap kebugaran jasmani siswa peserta ekstrakurikuler futsal kelas XI Dan XII SMA negeri 1 Lendah kabupaten Kulon Progo. *Journal Of Chemical Informasi and Mpdeling*, 53(9), 1689-1699.
- Zhang J, Li X, Tang Z, Xiang S, Tang Y, Hu W, Tan C, Wang X. Effects of stress on sleep quality: multiple mediating effects of rumination and social anxiety. *Psicol Reflex Crit.* 2024 Mar 18;37(1):10. doi: 10.1186/s41155-024-00294-2. PMID: 38498281; PMCID: PMC10948653.