

Daftar pustaka

- Akmalia, W., & Khodijah, U. (2025). *Dinamika Psikologis Istri Korban Perselingkuhan Dalam Ikatan Pernikahan*. 1, 16–29.
- Alijona, A. (2016). *Hubungan Antara Sensation Seeking Dengan Perselingkuhan Pada Mahasiswa UKSW Yang Menjalani Long Distance Relationship (LDR)*.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorders*. <https://doi.org/10.1002/9781118654231.ch10>
- Anindita, N. (2019). Tuhan Tidak Tidur, Semoga Doaku didengar: Sebuah Oral History Perempuan Korban Perselingkuhan dalam Perkawinan. *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 8(1), 1589–1605. <https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/3832>
- Anissa, M., Ashari, E., & Hariyani, I. P. (2022). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kejadian *Insomnia* pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah. *Manusia Dan Kesehatan*, 5(Vol 5 No 3 (2022): Jurnal Ilmiah Manusia dan Kesehatan), 366–374.
- Anissa, L. M., Suryani, & Mirwanti, R. (2018). Tingkat Kecemasan Mahasiswa Keperawatan dalam Menghadapi Ujian Berbasis Computer Based Test. *Midisains: Jurnal Ilmiah Ilmu-ilmu Kesehatan*, 16(2), 67.
- Audina, S. T., Narulita, S., & Manurung, S. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Reguler Tingkat Akhir di Universitas Binawan Jakarta. *Binawan Student Journal*, 2(3).
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi (II)*. Pustaka Belajar.
- Bastien, C. H., Vallieres, A., & Morin, C. M. (2001). *Validation of the Insomnia Severity Index as an outcome measure for insomnia research*. www.elsevier.com/locate/sleep
- Chandradewi, C., Noerhidajati, E., & Milla, M. N. (2023). Hubungan antara Tingkat Kecemasan dengan Kejadian *Insomnia* Studi Observasional Analitik pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang Angkatan 2021. *Jurnal Ilmiah Sultan Agung*, 146–152.
- Clara, I. P., Cox, B. J., & Enns, M. W. (2001). Confirmatory Factor Analysis of the Depression-Anxiety-Stress Scales in Depressed and Anxious Patients. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 23(1), 61–67. <https://doi.org/10.1023/A:1011095624717>
- Dariyo, A., Hartanto, I., & Kartasasmitha, S. (2019). Gambaran Self-Disclosure Pada Wanita Dewasa Awal Yang Pernah Diselingkuhi. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 4(1), 34–52. <https://doi.org/10.33367/psi.v4i1.656>
- Esmiralda, N., Suryanti, & Handayani, R. (2022). Hubungan Antara Tingkat Kecemasan dengan *Insomnia* pada Siswa di SMA Negeri 03 Batam. *Zona*

- Kedokteran: Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Batam, 12(3), 245–253. <https://doi.org/10.37776/zked.v12i3.1038>
- Fadhilah, G. Z. N., Saputra, R. A., & Wibowo, A. H. (2024). *Deteksi Tingkat Gangguan Kecemasan Menggunakan Metode Random Forest*. 13(01), 2–14. <http://jurnal.umt.ac.id/index.php/jt/index>
- Fauziyah, N. F., & Aretha, K. N. (2021). Hubungan Kecemasan, Depresi Dan Stres Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran Selama Pandemi Covid-19. *Herb-Medicine Journal*, 4(2).
- Fernando, R. (2020). Hubungan Lama Penggunaan Media Sosial Dengan Kejadian *Insomnia* Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Tahun 2020.
- Fitriani, A., & Purba, I. P. M. H. (2024). Makna Berpacaran Bagi Mahasiswa Universitas Negeri Surabaya Ditinjau dari Moralitas dan Kesusilaan. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(1), 9686–9696.
- Fitriani, A., Woza, S. S., & Rodiyah, R. (2022). *Kecemasan dan Insomnia pada Mahasiswa Prodi Kesehatan Masyarakat Universitas Respati Yogyakarta*. 7(1).
- Gayatri, A. A. M., Wijaya, M. D., & Arsana, I. W. E. (2022). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Tingkat Keparahan In-somnia pada Mahasiswa Semester 3 Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa yang Akan Menghadapi Ujian OSCE pada Tahun 2021. *Aesculapius Medical Journal*, 1(2), 58–64.
- Greenberger, D., & Padesky, C. A. (2016). *Mind Over Mood*.
- Hakim, M. A., & Aristawati, N. V. (2023). Mengukur Depresi, Kecemasan, Dan Stres Pada Kelompok Dewasa Awal Di Indonesia: Uji Validitas dan Reliabilitas Konstruksi DASS-21. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 232–250.
- Hanifah, G. R., Ardiningrum, K. C., & Sartika, R. A. D. (2023). Gambaran gangguan tidur *insomnia* pada mahasiswa di masa pandemi Covid-19: studi literatur. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 23(1), 108–115. <https://doi.org/10.24815/jks.v23i1.24104>
- Henry, J. D., & Crawford, J. R. (2005). The short-form version of the Depression anxiety stress scales (DASS-21): Construct validity and normative data in a large non-clinical sample. *British Journal of Clinical Psychology*, 44(2), 227–239. <https://doi.org/10.1348/014466505X29657>
- Hulukati, W., & Djibrin, M. R. (2018). *Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo*. 02(1), 73–114. <https://doi.org/10.33084/suluh.v3i1.525>
- Istiawati, O., & Amalia, U. (2024). Konsekuensi Betrayal Trauma Pada Individu Yang Mengalami Pengkhianatan Dalam Hubungan Pacaran. *Concept*:

Journal of Social Humanities and Education, 3(3), 146–166.
<https://doi.org/10.55606/concept.v3i3.1399>

Kristiyani, A., Aprilia Belu, C., Jitro Nono, A., Ismiyarti, I., & Alvanes, T. (2022). Penyuluhan Kesehatan Tentang *Insomnia* The Health Education About *Insomnia*. Dalam *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat: Kesehatan (JPKMK)* (Vol. 2).

Lonergan, M., Burnet, A., Rivest-Beauregard, M., & Groleau, D. (2020). Is Romantic Partner Betrayal a Form of Traumatic Experience? A Qualitative Study. *Stress and Health*, 37(1), 1931. <https://doi.org/10.1002/smi.2968>

Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The Structure Of Negative Emotional States: Comparison Of The Depression Anxiety Stress Scales (DASS) With The Beck Depression And Anxiety Inventories. Dalam *BehaP. Res. Ther* (Vol. 33, Nomor 3).

Morin, C. M., & Espie, C. A. (2004). *Insomnia A Clinical Guide to Assessment and Treatment*.

Morin, C. M., & Jarrin, D. C. (2022). Epidemiology of *insomnia*: Prevalence, course, risk factors, and public health burden. Dalam *Sleep Medicine Clinics* (Vol. 8, Nomor 3, hlm. 281–297). <https://doi.org/10.1016/j.jsmc.2013.05.002>

Novianti, I. G. A. S. W., & Suadnyana, I. A. A. (2022). Hubungan Kecemasan Terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa Baru Prodi Fisioterapi Universitas Bali Internasional. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(1).

Paendong, D., Wantania, F., & Fitriani. (2024). Hubungan Antara Kecemasan Dengan Kejadian *Insomnia* pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado. *Mapalus Nursing Science Journal*, 2(02), 77–85.

Panggayuh, D. G., & Sudinadji, B. (2024). *Resiliensi Pada Mahasiswi Korban Toxic Relationship Dalam Pacaran*.

Permata, K. A., & Widiyasavitri, P. N. (2019). Hubungan antara kecemasan akademik dan sleep paralysis pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana tahun pertama. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(01), 1. <https://doi.org/10.24843/jpu.2019.v06.i01.p01>

Putra, R. A. K., & Lontoh, S. O. (2022). Hubungan *Insomnia* dengan Tingkat Kecemasan Selama Masa Pandemi pada Mahasiswa/I Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2020-2021. *JKKT-Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran Tarumanagara*, 1(1), 16–21.

Rokach, A., & Chan, S. H. (2023). *Love and Infidelity: Causes and Consequences*. Dalam *International Journal of Environmental Research and Public Health* (Vol. 20, Nomor 5). MDPI. <https://doi.org/10.3390/ijerph20053904>

Savitri, I. M. (2017). Strategi Koping dan Kesejahteraan Subjektif Pada Istri Korban

- Perselingkuhan. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(2), 154–164.
<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v5i2.4356>
- Shrout, M. R., & Weigel, D. J. (2019). “Should I stay or should I go?” Understanding the noninvolved partner’s decision-making process following infidelity. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(2), 400–420.
<https://doi.org/10.1177/0265407517733335>
- Silalahi, S., Pasaribu, S., Pasaribu, M., Tobing, K., & Nababan, D. (2022). Berpacaran Dengan Sehat: Tantangan Generasi Milenial Di Era Disrupsi. *Ta’rim: Jurnal Pendidikan Dan Anak Usia Dini*, 3(4), 75–79.
<https://doi.org/10.59059/tarim.v3i4.34>
- Sintiya, M. N., Priasmoro, D. P., & Wahyu, A. (2024). Tinjauan Masalah Kecemasan: Studi pada Lansia dengan *Insomnia*. *Nursing Information Journal*, 4(1), 30–37. <https://doi.org/10.54832/nij.v4i1.782>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (2 ed.). Alfabeta.
- Syawalani, A. S., Sihura, S. S. G., & Rizal, A. (2025). Hubungan Stres Akademik , Kecemasan Dan Lingkungan Belajar Dengan Severitas *Insomnia* Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Di Universitas Indonesia Maju Tahun 2024 The Relationship Between Academic Stress , Anxiety and Learning Environment with. *Jiic: Jurnal Intelek Insan Cendikia*, 597, 10686–10699.
- Tudu, F. N. B., Tira, D. S., & Landi, S. (2023). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian *Insomnia* Pada Mahasiswa Fkm Undana Angkatan 2020 dan 2021. Artikel Penelitian Jurnal Kesehatan, 12(1).
<https://doi.org/10.37048/kesehatan.v12i1.226>
- Tumanggors, S. D. (2023). *Hubungan Antara Stres, Kecemasan dan Smartphone Addiction Dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Jambi*. 183(2), 153–164.
- Vita, M. Della. (2025). *Gen Z Lebih Mudah Tergoda Buat Selingkuh Mengapa?* Grid.Id. <https://www.grid.id/read/044244121/gen-z-lebih-mudah-tergoda-buat-selingkuh-mengapa?page=all>
- Wardani, A. C. K., & Arianti, E. F. (2023). Dampak Perselingkungan Terhadap Kesehatan Mental Wanita pada Pasien Rumah Singgah Gajah Mada. *Jurnal Ilmiah Penelitian Multidisiplin Ilmu Mandira Cendekia*, 1(13), 32–37.
- Wulandari, F. E., Hadiati, T., & Sarjana, W. (2017). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Tingkat *Insomnia* Mahasiswa A/I Angkatan 2012/2013 Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 6(2), 549–557.
- Yudha, S., Halis, F., & Widiani, E. (2017). Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Kejadian *Insomnia* Pada Mahasiswa Yang Akan Menghadapi Ujian Akhir Semester (Uas) Di Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang.

Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan, 2(1), 543–554.
<https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/200>

Zahrotunnisa, N. (2024). *Pacaran Ala Mahasiswa, Tak Sekadar Lovey Dovey!*
<https://kumparan.com/nazuwa-souto/pacaran-ala-mahasiswa-tak-sekadar-lovey-dovey-21in3KUx0Sp>

Lampiran

