

DAFTAR PUSTAKA

1. Haryati, Yunaningsi SP. Faktor yang memengaruhi kualitas tidur mahasiswa fakultas kedokteran universitas halu oleo. *J Medika Utama*. 2020 Apr 03; 01:146.
2. Yusmar MR. Hubungan antara keaktifan di Iso terhadap kualitas tidur mahasiswa FK UMM. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang. 2021.
3. Putri RD. Hubungan *sleep hygiene* dengan kualitas tidur pada mahasiswa di universitas muhammadiyah surabaya. Surabaya: Universitas Muhammadiyah Surabaya. 2020.
4. Sulana IOP, Sekeon SAS, Mantjoro EM. Hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur mahasiswa tingkat akhir fakultas kesehatan masyarakat universitas sam ratulangi. *J KESMAS*. 2020 Des 07; 09(7):37.
5. Maisa EA, Andrial, Murni D, Sidaria. Hubungan stres akademik dengan kualitas tidur mahasiswa keperawatan tingkat akhir program alih jenjang. *J Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*. 2021 Feb; 21(1):438.
6. Fernando R, Hidayat R. Hubungan lama penggunaan media sosial dengan kejadian insomnia pada mahasiswa ilmu kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Tahun 2020. *Jurnal Ners Universitas Pahlawan*. 2020; 4(2):83-89.
7. Budyawati NLPW, Utami DKI, Widyadharna IPK. Proporsi dan karakteristik kualitas tidur buruk pada guru-guru sekolah menengah atas negeri di denpasar. *DOAJ – Directory of Open Access Journals*. 2019 Mar 03; 08:02.
8. Islam AF, Mulamukti A. Stres akademik dan kualitas tidur terhadap kesejahteraan subjektif mahasiswa di masa pandemi Covid-19. *J Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris & Non-Empiris*. 2021 Nov; 8(2):34.
9. Kemenkes RI 2018. Apakah stres itu. Jakarta: Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular Kemenkes RI. 2018.
[Accessed 18 Juni 2022]. Available From:

<http://p2ptm.kemkes.go.id/infographi-p2ptm/stress/apakah-stres-itu>

10. Hamzah B, Hamzah R. Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa stikes graha media. *Indonesian Journal for Health Sciences*. 2020 Sep; 4(2):60.
11. Merry, Mamahit HC. Stres akademik mahasiswa aktif angkatan 2018 dan 2019 universitas swasta di Jakarta. *Jurnal Konseling Indonesia*. 2020 Okt; 6(1):6-13.
12. Sekh HH, Novitasari A, Romadhoni. Gambaran stres pada mahasiswa tahun pertama di fakultas kedokteran universitas muhammadiyah semarang. Semarang: Universitas Muhammadiyah Semarang. 2021.
13. Ahmad SR, Anissa M, Triana R. Hubungan tingkat stres dengan kejadian insomnia pada mahasiswa angkatan 2017 fakultas kedokteran Universitas Baiturrahmah. *Indonesian Journal for Health Sciences*. 2022 Mar; 6(1):2.
14. Azizah JN. Hubungan antara hardiness dengan stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi selama pandemi covid 19. *Jurnal Penelitian Psikologi*. 2021; 8(1):214.
15. Fatmawati R, Hidayah N. Gambaran pola tidur ibu Nifas. *Jurnal Ilmiah Rekam Medis dan Informatika Kesehatan*. 2019 Sep; 9(2):44.
16. Tedjasukmana R, Seleng JC, Sakasasmita S. Dampak Bangun Lebih Pagi terhadap Irama Sirkadian dan Mengantuk. *Jurnal Kedokteran Meditek*. 2022; 28(2):152–158.
17. Gustiawati I, Murwani A. Hubungan kualitas tidur dengan konsentrasi belajar siswa kelas VII dan VIII. *Jurnal Kesehatan POLTEKKES KEMENKES RI Pangkalpinang*. 2020 Des; 8(2):108.
18. Ekayanti MS, Bachtiar MF, Mawuntu AHP, Pertiwi JM. Irama sirkadian pada stroke akut. *Jurnal Sinaps*. 2019; 2(1):11.
19. Reza RR, Berawi K, Karima N, Budiarto A. Fungsi tidur dalam manajemen kesehatan. *Jurnal Majority*. 2019 Des; 8(2):248.

20. Hutahaeen RG. Hubungan stres dengan kualitas tidur pada mahasiswa/i fakultas kedokteran Universitas HKBP Nommensen Medan. Medan: Universitas HKBP Nommensen. 2021.
21. Angeli BR, Saragih FA, Nuriyah, Setiawan MD, Syahputra, Dkk. Analisis Hubungan Kesehatan dengan Penggunaan Gadget terhadap Pola Tidur pada Siswa: Literature Review. Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi. 2023 Jul; 23(2):2205-2209.
22. Kemenkes RI 2018. Kebutuhan tidur sesuai usia. Jakarta: Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular Kemenkes RI. 2018. [Accessed 28 Juli 2022]. Available From: <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/kebutuhan-tidur-sesuai-usia>
23. Gunarsa SD, Wibowo S. Hubungan kualitas tidur dengan kebugaran jasmani siswa. Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan. 2021; 09(01):43 – 52.
24. Hamida NW. “Gambaran kualitas tidur mahasiswa program studi ilmu keperawatan universitas hasanuddin di masa pandemi covid-19”. Makassar: Universitas Hasanuddin Makassar. 2021.
25. Lisiswanti R, Rodiani, Saputra O, Sari MI, Zafirah NH. Hubungan antara kualitas tidur terhadap kualitas belajar mahasiswa program studi pendidikan dokter fakultas kedokteran universitas lampung. Jurnal Agromedicine. 2019 Jun; 6(1):68.
26. Nelson KL, Davis JE, Corbett CF. Sleep quality: An evolutionary concept analysis. Nurs Forum. 2022; 57:145.
27. Nugroho DSD. Hubungan jenis kopi terhadap kualitas tidur pada mahasiswa. Ponorogo: Universitas Muhammadiyah Ponorogo. 2019.
28. Feriani DA. Hubungan kualitas tidur dengan konsentrasi belajar siswa kelas X TKJ 2 dan XI TKJ 1 di SMK Negeri 1 Jiwan Kabupaten Madiun. Madiun: Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun. 2020.

29. Aulia ZP. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur pada mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta tahun 2022. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta. 2022.
30. Nursiati CW. Hubungan antara kualitas tidur dengan tekanan darah pada siswa kelas X-XI di SMA N 1 Kwadungan Kabupaten Ngawi. Madiun: STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun. 2018.
31. Agustina H. Pengaruh teknik relaksasi benson terhadap kualitas tidur: *literature review*. Kalimantan Timur: Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. 2021.
32. Rosyidah S. Hubungan kualitas tidur dengan Excessive Daytime Sleepiness (EDS) pada remaja di wilayah JABODETABEK. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta. 2022.
33. Mental Health Foundation 2021. Stres. Jakarta: Mental Health Foundation. 2021 Sep. [Accessed 29 Juni 2022]. Available From: <https://www.mentalhealth.org.uk/explore-mental-health/a-z-topics/stress>
34. Gamayanti W, Mahardianisa, Syafei I. *Self disclosure* dan tingkat stres pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Jurnal Ilmiah Psikologi. 2018 Jun; 5(1):116.
35. Kemenkes RI 2018. Reaksi stress ada 2 yaitu positif dan negatif, bagaimana reaksi stres sobat sehat. Jakarta: Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular Kemenkes RI. 2018. [Accessed 07 Juli 2022]. Available From: <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/stress/page/17/reaksi-stres-ada-2-yaitu-positif-dan-negatif-bagaimana-reaksi-stres-sobat-sehat>
36. American Psychological Association 2021. Stress relief is within reach. Jakarta: American Psychological Association 2021. [Accessed 07 Juli 2022]. Available From: <https://www.apa.org/topics/stress#>

37. Nathania A, Dinata IMK, Griadhi IPA. Hubungan stres terhadap kelelahan pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Udayana. *Intisari Sains Medis*. 2019; 10(1):135.
38. Marsela S. Karakteristik tingkat stres mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Hasanuddin angkatan 2018 terhadap pembelajaran daring (dalam jaringan internet). Makassar: Universitas Hassanudin. 2021.
39. Ambarita RVN. Hubungan antara tingkat stres dengan coping stress pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas HKBP Nommensen Medan. Medan: Universitas Nommensen. 2022.
40. Septyari NM, Adiputra IMS, Devhy NLP. Tingkat stres dan mekanisme coping mahasiswa dalam penyusunan skripsi pada masa pandemik. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi (JABJ)*. 2022 Mar; 11(1):14-22.
41. Pardosi DS. Literature review: Hubungan kecanduan game online dengan tingkat stres. Medan: Politeknik Kesehatan Medan. 2020.
42. Susapto D. Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Muhammadiyah Magelang 2018. Magelang: Universitas Muhammadiyah Magelang. 2018.
43. Andiarna F, Kusumawati E. Pengaruh pembelajaran daring terhadap stres akademik mahasiswa selama pandemi covid-19. *Jurnal Psikologi*. 2020 Des; 16(2):141.
44. Munir S, Anita R, Sefnimal TDO. Academic stress factors among Indonesian students: A case of IAIN Batusangkar. *Jurnal Pendidikan Progresif*. 2020 Nov 22; 10(3):418.
45. Efendi AR, Arfah MA, Jasman PA, Pratami N. Gambaran tingkat stres akademik mahasiswa program studi ilmu keperawatan fakultas keperawatan Unhas. *Jurnal ABDI (Sosial, Budaya, dan Sains)*. 2020 Jan; 2(1):34.
46. Pangestu R. Pengaruh school-connectedness, academic stress dan learning behavior terhadap adversity quotient pada mahasiswa penerima beasiswa bidikmisi UIN Jakarta. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta. 2019.

47. Solikhah YN. Hubungan antara Big Five Personality dengan stres akademik pada mahasiswa kedokteran. Surabaya: Universitas Islam Negeri Sultan Ampel. 2019.
48. Savira Y, Marhayuni E, Widodo S, Lestari SMP. Hubungan manajemen waktu dengan stres akademik pada mahasiswa kedokteran Universitas Malahayati angkatan 2020. *Jurnal Medika Malahayati*. 2023 Jun; 7(2):628.
49. Maharani A. Hubungan antara efikasi diri dengan stres akademik pada mahasiswa semester akhir di fakultas psikologi UIN Suska Riau. Pekanbaru: Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Pekanbaru. 2022.
50. Choir WR. Hubungan tingkat stres dan kualitas tidur pada mahasiswa kedokteran dan mahasiswa akuntansi. Medan: Universitas Sumatera Utara. 2018.
51. Puspitha FC, Sari MI, Oktaria D. Hubungan stres terhadap motivasi belajar mahasiswa tingkat pertama fakultas kedokteran universitas lampung. *Jurnal Majority*. Des 2018; 7(3):25.
52. Bangun RF. Gambaran kualitas tidur pada mahasiswa tahap akademik tingkat awal di Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara. Medan: Universitas Sumatera Utara. 2021.
53. Imami YU, Novasyra A, Utami N, Lubis IA. Tingkat stres mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara angkatan 2021 pada masa pandemi Covid-19. *Jurnal Kedokteran STM (Sains dan Teknologi Medik)*. Jul 2022; 5(2):83.
54. Susanti PN, Ansyah EH. Relationship Between Social Support and Academic Stress on Muhammadiyah Sidoarjo University College Students: Hubungan Dukungan Sosial dengan Stres Akademik Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. 2023. 10.21070/ups.290.
55. Wistarini NNIP, Marheni A. Peran dukungan sosial keluarga dan efikasi diri terhadap stres akademik mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Universitas Udayana angkatan 2018. *Jurnal Psikologi Udayana Edisi Khusus Psikologi Pendidikan*. 2019 Aug 29:165.

56. Sagita DD, Rhamadona W. Perbedaan stres akademik antara mahasiswa tahun awal dan mahasiswa tahun akhir. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*. 2021 Mar; 4(1):47-54.
57. Avianti D, Setiawati OR, Lutfianawati D, Putri AM. Hubungan efikasi diri dengan stres akademik pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Malahayati. *Psyche: Jurnal Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung*. 2021 Feb; 3(1):83-93.
58. Lisiswanti R, Rodiani, Saputra O, Sari MI, Zafirah NH. Hubungan Antara Kualitas Tidur terhadap Hasil Belajar Mahasiswa program studi Pendidikan dokter fakultas kedokteran Universitas Lampung. *Jurnal Agromedicine*. 2019 Jun; 6(1):68-71.
59. Ainiyah CER. Pengaruh kualitas tidur dan manajemen waktu terhadap performa akademik mahasiswa kedokteran selama pembelajaran daring. Malang: Universitas Islam Malang. 2022.
60. Bastian MA, Noormartany, Trusda SAD. Hubungan Kualitas Tidur dengan Derajat Konsentrasi Mahasiswa Fakultas Kedokteran Tingkat Pertama. *Bandung Conference Series: Medical Science*. 2023; 3(1):189-196.
61. Dinda RF, Yulianti AB, Lantika UA. Hubungan tingkat stress dan kualitas tidur pada mahasiswa fakultas kedokteran tahap akademik Universitas Islam Bandung. *Bandung Conference Series: Medical Science*. 2023; 3(1):927-931.
62. Clariska W, Yuliana, Kamariyah. Hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur pada mahasiswa tingkat akhir di fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan universitas jambi. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*. 2020 Nov; 1(2):94-102.
63. Hulwani N, Nursa'adah, Desreza N. Hubungan stres akademik dengan kualitas tidur mahasiswa fakultas kedokteran tingkat akhir di Universitas Abulyatama Tahun 2022. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*. 2022 Okt; 8(2):1536-1544.
64. Sibarani JV, Widayati R, Mutiasari D. Hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur pada mahasiswa prelinik Fakultas Kedokteran Universitas

- Palangka Raya. *Medica Palangka Raya: Jurnal Riset Mahasiswa*. 2023 Mar; 1(1):13-23.
65. Nurasih TR, Dewi P, Susanti IH. Hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur mahasiswa yang sedang menyusun tugas akhir di Universitas Harapan Bangsa. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*. 2022 Agu; 1(1):8-13.

