

DAFTAR PUSTAKA

1. Iqbal M. Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi di Program Studi Matematika di STKIP PGRI Kabupaten Pacitan. Skripsi Keperawatan; 2018.
2. Putri DE. Hubungan Karakteristik Individu Dan Kualitas Tidur Dengan Kelelahan Tahun 2018; 2018.
3. Wahab A. Hubungan kualitas tidur dengan migren pada mahasiswa angkatan 2014 Fakultas Kedokteran Universitas Hasanudin. Makassar: Universitas Hasanudin; 2017.
4. Joly F, Coffin B, Messing B. *Probiotics and digestive diseases (Except IBD and Colorectal Cancer)*. *Nutr Clin Metab*. 2007. 21(2):89–94.
5. Keswara UR, Syuhada N, Wahyudi WT. Perilaku penggunaan gadget dengan kualitas tidur pada remaja. *Holistik Jurnal Kesehatan*. 2019. 13(3):233-9.
6. Ziliwu, Ninta. Gambaran Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Tingkat III Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli Yang Sedang Menjalani Proses Pengerjaan KTI. Karya Tulis Ilmiah; 2018.
7. National Sleep Foundation. 2015 Sleep in America Poll: Sleep and Pain. Washington (DC): The Foundation; 2015
8. Rao W wang, Li W, Qi H, Hong L, Chen C, Li C yang, et al. Sleep Quality in Medical Students : a Comprehensive Meta-analysis of Observational Studies. *Sleep Breath*. 2021;58:1–15.
9. Alkalash S, Alzubaidi H, Alessi N, Alghanmi A, Almasoudi A. *Sleep quality among Al Qunfudhah medical students and its effects on their academic performance during covid-19 pandemic*. *Med Science*. 2022. 26(120):1–8.
10. Dwi S. Hubungan kecanduan game online dengan karakteristik pada mahasiswa perguruan tinggi. Kedokteran UNY; 2017.
11. Ayu I, Niya P, Santi P. Hubungan Karakteristik Sosial Demografi Konsumen Dengan Respon Terhadap Stimuli Komunikasi Pemasaran. Fakultas Ekonomi Universitas Udayana: Bali.

12. Alimul A. Buku Ajar Kebutuhan Dasar Manusia. Surabaya: Health Books Publishing; 2012.
13. Ahmad M, Hinna RE, Tayyab A. *Knowledge and trends of caffeine consumption Among Medical and Non-Medical Students of Lahore Pakistan. Pakistan Journal of Neurological Sciences*; 2017. 12(2).
14. Liveina. Pola Konsumsi dan Efek Samping Minuman Mengandung Kafein Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana; 2014. 3(4):1.
15. Dietrich SK, Francis-Jimenez CM, Knibbs MD, Umali IL, Truglio-Londrigan M. Effectiveness of sleep education programs to improve sleep hygiene and/or sleep quality in college students: a systematic review. *JBIEvidence Synthesis*. 2016 Sep 1; 14(9):108–34.
16. Tanuj Maithani, Savitha Prabhu, Sanju Pant, Daytime-sleepiness, factors affecting sleep and sleep-quality among professional college students of South India - A correlative study, *Clinical Epidemiology and Global Health*, Volume 26, 2024.
17. Iqbal, Dien M. Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Perantau Di Yogyakarta. Universitas Negeri Yogyakarta; 2017.
18. Hastuti, Tri D, Prastiani DB, Khodijah. Hubungan Intensitas Penggunaan Smartphone Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Stikes Bhamada Slawi. 2017. 10(1):73–8.
19. Supriatmo. Hubungan kualitas tidur dan aktifitas fisik pada mahasiswa kedokteran universitas sumatera utara angkatan tahun 2022: Sumatera utara.2022
20. Kahjoru W. Gambaran Kualitas Tidur Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia Semester V Tahun 2023:30
21. Haryati. Faktor yang mempengaruhi kualitas tidur mahasiswa fakultas kedokteran universitas halu oleo: Kendari. 2020.
22. Priya I, Singh J, Kumari S. *Study of the factors associated with poor sleep among medical students. Indian Journal of Basic and Applied Medical Research*. 2017. 6(3):422-9.

23. Decilena B, Lubis FY, Abidin FA, Abidin Z, Cahyadi S. Anak Siap Sekolah: Persepsi Orang Tua Terhadap Kesiapan Anak Masuk Ke Sekolah Dasar. *Early Child J Pendidik*. 2021.5(1):1–10.
24. Yulianti R. Pelatihan Self-Talk secara Daring untuk Meningkatkan Harga Diri Mahasiswa Gap Year. Universitas Diponegoro; 2021
25. Ainiyah CER. Pengaruh kualitas tidur dan manajemen waktu terhadap performa akademik mahasiswa kedokteran selama pembelajaran daring. Malang: Universitas Islam Malang; 2022.
26. Daulay N. Motivasi dan kemandirian Belajar pada Mahasiswa baru. *Jurnal Agama dan ilmu pengetahuan*. 2021.18(1):21-35.
27. Stefanie, Irawaty E. Hubungan Kualitas Tidur dengan Hasil Belajar pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara. *Tarumanagara Med J*. 2019.1(2):403–9.
28. Lisiswanti R. Hubungan Antara Kualitas Tidur terhadap Hasil Belajar Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Lampung; 2019.
29. Djamalilleil SF, Dewi NP. Hubungan Kualitas Tidur Terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Baiturahmah Padang Angkatan 2018. *Health and Medical Journal*. 2021.3(3):43–50.
30. Yilmaz D, Tanrikulu F, Dikmen Y. *Research on sleep quality and the factors affecting the sleep quality of the nursing students*. 2017.
31. Valero, J. J. M., Jose, M. M. S., Bruno, R. do C., Juan, F. S. R., & Juan, R. O. (2016). Age and Gender Effects on the Prevalence of Poor Sleep Quality in the Adult Population. *G Model.U.S.Department of Health and Human Services. Your guide to healthy sleep. NIH*. 2005; 11-5271.2016.
32. Adeline N. Faktor Faktor yang mempengaruhi kualitas tidur pada mahasiswa tingkat satu program studi keperawatan STIKes Hang Tuah: Pekanbaru. 2022.
33. Kozier B. Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik. Jakarta: EGC. 2010.

34. Foulkes L, McMillan D, Gregory AM. *A bad night's sleep on campus: an interview study of first-year university students with poor sleep quality. Sleep Health.* 2019. 5(3):280–7.

