

## DAFTAR PUSTAKA

1. Susilo TE, Eldawaty. Tingkat kecemasan mahasiswa dalam penyusunan skripsi di prodi Penjaskesrek Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. *Jurnal Ilmu Bimbingan dan Konseling*. 2021;4(2):105–13. Available from: [https://ejournal.unib.ac.id/index.php/j\\_consilia](https://ejournal.unib.ac.id/index.php/j_consilia)
2. Mukholil M. Kecemasan dalam proses belajar. 2018;8(1):1–8. Available from: <https://doi.org/10.47637/eksponen.v8i1.135>
3. Kumbara H, Metra Y, Ilham Z. Analisis Tingkat Kecemasan (Anxiety) Dalam Menghadapi Pertandingan Atlet Sepak Bola Kabupaten Banyuwangi Pada Porprov 2017. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*. 2018;17(2):28–35.
4. Setiyani RY. Perbedaan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Baru Di Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Non Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Integratif*. 2018;6(1):16.
5. Kaliyaperumal D, Elango Y, Alagesan M, Santhanakrishnan I. Effects of sleep deprivation on the cognitive performance of nurses working in shift. *Journal of Clinical Diagnostic Research*. 2017;11
6. Christianto LP, Kristiani R, Franztius DN, Santoso SD, Winsen, Ardani A. Kecemasan Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Selaras Kaji Bimbing dan Konseling serta Psikologi Pendidikan*. 2020;3(1):67–82.
7. Kusumastuti D. Kecemasan dan Prestasi Akademik pada Mahasiswa. *Analitika*. 2020;12(1):22–33.
8. Saleh U. Anxiety Disorder (Memahami gangguan kecemasan: jenis-jenis, gejala, perspektif teoritis dan Penanganan). Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin. 2019;1–58.

9. Anita M. Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik Mozart Terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi Dengan Anestesi Umum di RSUD Sleman Yogyakarta. *Jurnal info Kesehatan*. 2018;4(2):2–3. Available from: <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/239/>
10. Zung W. A Rating Instrument For Anxiety Disorders. *Psychosomatics*. 1971;12(6):371–9. Available from: [http://dx.doi.org/10.1016/S0033-3182\(71\)71479-0](http://dx.doi.org/10.1016/S0033-3182(71)71479-0)
11. Haryati, Yunaningsi S. Faktor yang mempengaruhi kualitas tidur mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo. 2020;01(03):146–56.
12. Lovell K, Liszewski C. Normal Sleep Patterns and Sleep Disorders. Michigan State University. :1–8. Available from: [https://learn.chm.msu.edu/NeuroEd/neurobiology\\_disease/content/otherresources/sleepdisorders.pdf](https://learn.chm.msu.edu/NeuroEd/neurobiology_disease/content/otherresources/sleepdisorders.pdf)
13. Sadock B, Sadock V, Ruiz P. Kaplan & Sadock : Synopsis of Psychiatry. 12th ed. Wolter Kluwer; 2021.
14. Apriliani KM, Soetjipto D. Sleep Disorders in Late-Life Depression. *Jurnal Psikiatri Surabaya*. 2020;9(1):1.
15. National Sleep Foundation. Sleep Duration Recommendation. 2021. Available from: <https://www.sleepfoundation.org/how-sleep-works/how-much-sleep-do-we-really-need>
16. Kemenkes. Kebutuhan Tidur Sesuai Usia. *Gemas*; 2018. Available from: <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/kebutuhan-tidur-sesuai-usia>
17. Sulistia T, Djamahar R, Rahayu S. Hubungan Kualitas Tidur dan Aktivitas Fisik Dengan Hasil Belajar Kognitif Sistem Koordinasi Manusia. *Jurnal Penelitian Pendidikan Biologi*. 2018;2(2):113–20.

18. Afriani AE, Margawati A, Dieny FF. Tingkat Stres, Durasi dan Kualitas Tidur, serta Sindrom Makan Malam Pada Mahasiswi Obesitas dan Non Obesitas Fakultas Kedokteran. *Sport and Nutrition Journal*. 2019;1(2):63–73.
19. Buysse DJ, Reynolds CF, Monk TH, Berman SR, Kupfer DJ. The Pittsburgh Sleep Quality Index: a new instrument for psychiatric practice and research. *Elsevier*. 1988;(28):193–213.
20. Sugiarta AV, Tampomas I, RP C, Suparto S. Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Kualitas Tidur Pada Mahasiswa/i Angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Krida Wacana Tahun 2018. *Jurnal Kedokteran Meditek*. 2019;25(1):36–40.
21. Murwani A, Utari HS. Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Yang Menyusun Skripsi Di Stikes Surya Global Yogyakarta. *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati*. 2021;6(2):129.