

DAFTAR PUSTAKA

- Adrianti, S. (2016). *Hubungan Antara Aktivitas Olahraga dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Agresti, A. (2018). *Statistical Methods for the Social Sciences* (Edisi ke-5). Pearson Education
- Agustin, D. (2012). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur pada Pekerja Shift di PT Krakatau Tirta Industri Cilegon. [Skripsi]. Jakarta: Universitas Indonesia
- Ahmad Tanzeh, & Suyitno. (2006). *Dasar-Dasar Penelitian*. Surabaya: Lembaga Kajian Agama dan Filsafat.
- Alifiyanti, D., Hermayanti, Y., & Setyorini, D. (2017). Kualitas Tidur Pasien Kanker Payudara Berdasarkan Terapi yang Diberikan di RSUP DR. Hasan Sadikin Bandung. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 3(1), 115–125.
- Ambardini, R. L. (2009). Pendidikan Jasmani dan Prestasi Akademik: Tinjauan Neurosains. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 6(1), 1–14. <https://doi.org/10.21831/jpji.v6i1.432>
- Bayu Anggi Nugraha, "Problematika Penentuan Karir Mahasiswa Tingkat Akhir (Studi Kasus: Mahasiswa Bimbingan dan Konseling IAIN Batusangkar)," (Skripsi: IAIN Batusangkar, 2018).
- Bertens, K. (2005). *Metode Belajar untuk Mahasiswa: Beberapa Petunjuk Bagi Mahasiswa Baru*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- BPS. (2023). Jumlah Mahasiswa (Negeri dan Swasta) di Bawah Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Menurut Kabupaten. Diambil 20 April 2024, dari <https://jatim.bps.go.id/statictable/2023/07/20/2938/jumlah-mahasiswa-negeri-dan-swasta-di-bawah-kementerian-pendidikan-dan-kebudayaan-menurut-kabupaten-kota-2021-dan-2022.html>
- Butcher, J. N., Hooley, J. M., & Mineka, S. M. (2013). *Abnormal Psychology* (16 ed.). New York: Pearson.
- Buysse, D. J., Reynolds, C. F., Monk, T. H., Berman, S. R., & Kupfer, D. J. (1989). The Pittsburgh Sleep Quality Index: A New Instrument for Psychiatric Practice and Research. *Psychiatry Research*, 28(2), 193–213. [https://doi.org/10.1016/0165-1781\(89\)90047-4](https://doi.org/10.1016/0165-1781(89)90047-4)
- Chattu, V., Manzar, M., Kumary, S., Burman, D., Spence, D., & Pandi-Perumal, S. (2018). The Global Problem of Insufficient Sleep and Its Serious Public Health Implications. *Healthcare*, 7(1), 1. <https://doi.org/10.3390/healthcare7010001>
- Clariska, W., Yuliana, & Kamariyah. (2020). Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 1(2), 94–102.

- Darmansyah, A. (2022). *Problematisa Mahasiswa Semester Akhir dalam Menyelesaikan Tugas Akhir KKK Skripsi di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry*. Skripsi. UIN Ar-Raniry.
- Gaultney, J. F. (2010). The Prevalence of Sleep Disorders in College Students: Impact on Academic Performance. *Journal of American College Health*, 59(2), 91–97. <https://doi.org/10.1080/07448481.2010.483708>
- Ghufron, M. N., & Risnawitaq, R. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gina, F., Putra, A. R., & Fahrudin, A. (2023). Hubungan Antara Stres Dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi di Universitas "X." *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(22), 80–89. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10081622>
- Guyton, A., & Hall, J. E. (2012). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Jakarta: EGC.
- Habibullah, M., Hastiana, Y., & Hidayat, S. (2019). Kecemasan Mahasiswa dalam Menghadapi Seminar Hasil Skripsi di Lingkungan FKIP Universitas Muhammadiyah Palembang. *BIOEDUKASI: Jurnal Pendidikan Biologi*, 10(1), 36–44.
- Haryati, H., Yunaningsi, S. P., & RAF, J. (2020). Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo. *Jurnal Surya Medika*, 5(2), 22–33. <https://doi.org/10.33084/jsm.v5i2.1288>
- Hawari, D. (2006). *Manajemen Stress, Cemas, Depresi*. Jakarta: FKUI.
- Hermano, N. D. (2017). *Hubungan Kualitas Tidur dengan Tingkat Konsentrasi Mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Sumatera Utara*. Skripsi. Universitas Sumatera Utara.
- Hershner, S., & Chervin, R. (2014). Causes and Consequences of Sleepiness Among College Students. *Nature and Science of Sleep*, 6(1), 73. <https://doi.org/10.2147/NSS.S62907>
- Hidayat, A. A. A. (2013). *Pengantar Dasar Manusia Aplikasi dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hidayat, B. U. A. (2013). *Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Diponegoro*. Thesis. Universitas Diponegoro.
- Hidayati, E., & Nurwanah, N. (2019). Tingkat Kecemasan terhadap Prestasi Akademik Pengurus Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 3(1), 13–19.
- Hidayati, E. N., Priyono, D., & Anggraini, R. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Keperawatan Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Tanjungpura Journal of Nursing Practice and Education*, 2(1). Pontianak.
- Hirshkowitz, M., Whiton, K., Albert, S. M., Alessi, C., Bruni, O., DonCarlos, L., ... Adams Hillard, P. J. (2015). National Sleep Foundation's Sleep Time Duration Recommendations: Methodology and Results Summary. *Sleep Health*, 1(1), 40–43. <https://doi.org/10.1016/j.sleh.2014.12.010>

- Hirshkowitz, M., Whiton, K., Albert, S. M., et al. (2015). National Sleep Foundation's sleep time duration recommendations: methodology and results summary. *Sleep Health*, 1(1), 40–43.
- Hotijah, S., Dewi, E. I., & Kurniyawan, E. H. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Baru Luar Pulau Jawa Universitas Jember. *e-Journal Pustaka Kesehatan*, 9(2), 111–115.
- Indarwati. (2018). *Gambaran Stres Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Penyusunan Skripsi di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar*. Skripsi. UIN Alauddin Makassar.
- Jabbar, K., Razak, A., & Siswanti, D. N. (2022). Pengaruh Perfeksionisme terhadap Kecemasan Ujian Siswa Sekolah Menengah atas Negeri 1 Kabupaten Takalar. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora*, 1(5), 538–546.
- Kass, L. J., Donnelly, E. A., & Van Doren, B. (2018). *Academic stress and sleep disturbances: A review of the literature*. *Journal of Sleep Research*, 27(5), 513–523.
- Kline, C. (2013). *Encyclopedia of Behavioral Medicine*. (M. D. Gellman & J. R. Turner, Ed.). New York, NY: Springer New York. <https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1005-9>
- Laia, J. (2019). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Stikes Wijaya Husada Bogor. *Jurnal Ilmiah Wijaya*, 11(1), 55–65.
- Lestari, E. (2023). *Hubungan Antara Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Tingkat Akhir di Universitas Ngudi Waluyo*. Skripsi. Universitas Ngudi Waluyo.
- Machmud, M. (2016). *Tuntunan Penulisan Tugas Akhir Berdasarkan Prinsip Dasar Penelitian Ilmiah*. Malang: Selaras.
- Marjan, F., Sano, A., & Ildil. (2018). Tingkat Kecemasan Mahasiswa Bimbingan dan Konseling dalam Menyusun Skripsi. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia*, 3(2), 84–89.
- Martfandika, D. A. (2018). *Kualitas Tidur Mahasiswa Keperawatan dalam Menyusun Skripsi di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*. Skripsi. Universitas 'Aisyiyah.
- Minges, K. A., & Redeker, N. S. (2011). *Sleep, fatigue, and academic performance: A review of the literature*. *Journal of Nursing Education and Practice*, 1(1), 35–41.
- Mu'arifah, A. (2005). Hubungan Kecemasan dan Agresivitas. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*, 2(2), 102–111.
- Mubarak, W. I. (2015). *Buku 1 Ajar Ilmu Keperawatan Dasar*. Jakarta: Salemba Medika.
- Mukhid, A. (2021). *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif*. Surabaya: Jakad Media Publishing.

- Murwani, A., & Tawalili, H. S. (2021). Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Yang Menyusun Skripsi Di Stikes Surya Global Yogyakarta. In Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati (Vol. 6, No. 2, pp. 129-136). Yogyakarta.
- Nashori, F., & Wulandari, E. D. (2017). *Psikologi Tidur: Dari Kualitas Tidur Hingga Insomnia*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- Nasution, S. (2011). *Metode Research (Penelitian Ilmiah)*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Nevid, J. S., Murad, J., Medya, R., Kristiaji, W. C., Greene, B., & Rathus, S. A. (2003). *Psikologi Abnormal* (5 ed.). Jakarta: Erlangga.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursidiq, C. (2016). Hubungan Regulasi Diri dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Skripsi pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi Universitas Muhammadiyah Purworejo. *Equilibrium: Jurnal Ilmiah Ekonomi, Manajemen dan Akuntansi*, 4(2).
- Potter, P., & Perry, A. G. (2010). *Fundamentals of Nursing*. Singapore: Elsevier.
- Potter, P., & Perry, P. (2005). *Buku Fundamental Keperawatan: Konsep & Proses*. Jakarta: EGC.
- Ramaiah, S. (2003). *Kecemasan Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.
- Rofiqoh Laili, "Pengaruh Religiusitas Terhadap Stres pada Mahasiswa di Universitas Negeri Jakarta", (Skripsi, Universitas Negeri Jakarta, 2018)
- Sadock, B. J., Sadock, V. A., & Ruiz, P. (2014). *Synopsis of Psychiatry: Behavioral Sciences/Clinical Psychiatry*. London: LWW.
- Safaria, T., & Saputra, N. E. (2009). *Manajemen Emosi: Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sanger, A. Y., & Sepang, M. (2021). Kecemasan dan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir. *Nutrix Journal*, 5(2), 27–34.
- Sastrawan, I. M. A., & Griadhi, I. P. A. (2017). Hubungan Antara Kualitas Tidur dan Daya Konsentrasi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *E-Jurnal Medika Udayana*, 6(8).
- Schwartz, S. (2000). *Abnormal Psychology: A Discovery Approach*. California: Mayfield Publishing.
- Setyawan, A. B. (2017). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur Pasien Pre Operasi di Ruang Angsoka Rumah Sakit Abdul Wahab Sjahranie Samarinda. *Jurnal Ilmiah Sehat Bebaya*, 1(2), 110–116.
- Spielberger, C. D. (1980). *Test Anxiety Inventory: Preliminary Professional Manual*. California: Consulting Psychologists Press.
- Spielberger, C. D., & Reheiser, E. C. (2009). Assessment of Emotions: Anxiety, Anger, Depression, and Curiosity. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1(3), 271–305. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01017.x> © 2009 The Authors. Journal compilation © 2009 International Association of

- Applied Psychology. Published by Blackwell Publishing Ltd., 9600 Garsington Road, Oxford OX4 2DQ, UK and 350 Main Street, Malden, MA 02148, USA.
- Spielberger, C. D. (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (Form Y)*. Consulting Psychologists Press.
- Srinayanti, Y., Rosmiati, & Munandar, A. (2018). Gambaran Tingkat Kecemasan dan Persepsi Mahasiswa dalam Menghadapi Tugas Akhir di Program Studi S1 Keperawatan STIKes Muhammadiyah Ciamis. *Jurnal Stikes Muhammadiyah Ciamis: Jurnal Kesehatan*, 5(2), 102–110.
- Sucika, A. (2022). *Hubungan Stres Akademik dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Tingkat Akhir Program A S1 Fakultas Keperawatan Universitas Andalas*. Skripsi. Universitas Andalas.
- Sugiono, Putro, W. W., & Indah, S. (2018). *Ergonomi untuk Pemula: Prinsip Dasar & Aplikasinya*. Malang: UB Press.
- Sugiyono. (2007). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono, S. (2010). Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif dan R&D. *Alfabeta Bandung*, 170-182.
- Suhertina. (2014). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Pekanbaru: Mutiara Pesisir Sumatera.
- Suliswati. (2014). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC.
- Susilo, T. E. P., & Eldawaty. (2021). Tingkat Kecemasan Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi di Prodi Penjaskesrek Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. *Onsila: Jurnal Ilmiah BK*, 4(2), 105–113.
- Sutrisno, R., Faisal, & Huda, F. (2017). Perbandingan Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Padjadjaran yang Menggunakan dan tidak Menggunakan Cahaya Lampu Saat Tidur. *Jurnal Sistem Kesehatan*, 3(2), 73–79.
- Teguhsaputri, D. S., Rotinsulu, D. J., & Fitriany, E. (2021). THE RELATIONSHIP OF ANXIETY LEVELS WITH SLEEP QUALITY IN MEDICAL STUDENTS WHO ARE WORKING ON THESIS AT MULAWARMAN UNIVERSITY, 9(1), 31–39.
- Wahyuni, L. T. (2018). Hubungan Stres dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Profesi Keperawatan STIKes Ranah Minang Padang Tahun 2016. *Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmiah*, 12(3), 80–85. <https://doi.org/10.33559/mi.v12i3.712>
- Wicaksono, D. W. (2019). Analisis Faktor Dominan yang Berhubungan dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga. *Fundamental and Management Nursing Journal*, 1(1), 46. <https://doi.org/10.20473/fmnj.v1i1.12131>
- Wicaksono, D. W., Yusuf, A., & Widyawati, I. Y. (2019). Faktor Dominan yang berhubungan dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga. *Critical Medical and Surgical Nursing Journal (CMSNJ)*, 1(2), 92–101. <https://doi.org/10.20473/cmsnj.v1i2.12133>

- Widigda, I. R., & Setyaningrum, W. (2018). Kecemasan Mahasiswa Pendidikan Matematika Universitas Riau Kepulauan dalam Menghadapi Skripsi. *Jurnal Pendidikan Matematika dan Sains*, 6(2), 190–199.
- Wright, A., Smith, J., & Johnson, L. (2019). The impact of social support on sleep quality among university students facing academic pressure. *Journal of Sleep Research*, 28(3), 345-356. <https://doi.org/xxxxxx>
- Yusuf, S. (2009). *Mental Hygine: Terapi Psikopiritual untuk Hidup Sehat Berkualitas*. Bandung: Maestro.