

DAFTAR PUSTAKA

- Abrar, Ana ,N. (2003). *Teknologi komunikasi: perspektif ilmu komunikasi*. Yogyakarta: LESFI.
- Amirta, Yolanda. (2009). *Tidur Bermutu Rahasia Hidup Berkualitas*. Purwakerto: Keluarga Dokter.
- Arief, (2018). *Promosi Kesehatan*. <http://www.promosikesehatan.com/artikel.php>. Diakses tanggal 17 november 2022
- Sherwood L (2021). *Fisiologi Manusia dari Sel ke Sistem* Edisi 2. Jakarta: EGC, hal: 331
- Arikunto. (2010). *Prosedur penelitian: suatu pendekatan praktek*. Jakarta: Rineka Cipta. Buyse DJ, Reynold CF, Monk TH, Berman SR, Kuffer DJ. *The Pittsburgh sleep quality index: a new instrument for psychiatric and research..*
- Asmadi. (2008). *Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Jakarta : Salemba Merdeka Arthur S. Reber dan Emily S. Reber, Kamus Psikologi, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), hlm. 480. Arthur,
- Azwar, S.(2012). *Penyusunan skala psikologi edisi 2*. Yogyakarta:Pustaka Pelajar.
- Azwar,Saifuddin.(2010).*Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Berger & william (1992). *Fundamental of nursing collaborating for optimal Health*.USE: Apleton & lange.
- Budi. (2002). *e-Education Konsep, Teknologi dan Aplikasi Internet Pendidikan*. Andi Yogyakarta, Yogyakarta.
- Buente, Weyne.,& Robbin, A. (2008). *Trends in Internet Information Behavior:2000-2004*. *Journal of the America Society for Information Science*.
- Craven R.F, Himle, C.J. (2007). *Fundamental of Nursing : human health and function (3rd ed)*. Philadelphia : Lippincott Depdikbud
- Dani Akbar Fauzi (2015) *Hubungan Intensitas jejaring sosial dengan empati pada remaja siswa kelas XI SMA NEGERI 10 Pekanbaru*.

- Dharma. (2002). *Perencanaan dan pengembangan sistem informasi*. Edisi I. Andi Yogyakarta. Mutia Ariani, S.kep. Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau Oetomo Dharma Sutedjo,
- Ferita. (2010). Apa sih yang membuat remaja insomnia. (<https://insom.artikelIII.doc.remaja.gaul.co-1984-332/medikal.com>). Diakses pada 10 Juli 2018, Pukul : 20.48 WIB
- Guyton, MD. (1996). *Buku Ajar Fisiologi Kesehatan*. Philedelphia: W.B.Saunders Company.
- Haswita, dan Reni Sulistyowati. (2017) *Kebutuhan Dasar Manusia untuk Mahasiswa Keperawatan dan Kebidanan*. Jakarta: CV. Trans Media.
- Hidayat, A.A. (2006) *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta: Salemba Medika. 43
- Hidayat. A. 2018. *Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta : Salemba Medika
- Jarmi, A., & Rahayuningsih, S. I. (2017). *Hubungan Penggunaan Gadget Dengan Kualitas Tidur The Correlation Between Gadget Use And Sleep Quality Perpindahan Dari Masa Kanak-Kanak Ke Pertama Kali Dengan Perkembangan Yang Berlebihan , Dan Keseluruhan Aktivitas Pada Usia Ini Mengakibatkan Terjadinya, 1–7.*
- Javaheri, S. & Cleveland (2008). *Sleep Quality and Elevated Blood Pressure in Oetomo*, Budi sutedjo
- KataData. (2019). *Profil Pengguna Medsos Indonesia*. Diakses : 4 November 2022. <https://katadata.co.id/infografik/2019/03/06/youtube-medsos-no-1-diindonesia#>
- Kamus Besar Bahasa Indonesia (Jakarta:balai pustaka,1990).
- Kiayi, S. (2015). *Hubungan Intensitas Penggunaan Situs Jejaring Sosial dengan Insomnia pada Remaja di SMA Negeri 1 Telaga Kabupaten Gorontalo*.Jurnal Jurusan Ilmu Keperawatan FIKK UNG.
- Pangestika. (2018). *Pengaruh pemanfaatan media sosial whatsapp terhadap penyebaran informasi pembelajaran di SMA negeri 5 Depok*. Diakses : <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/41759/1/NUR%20LIA%20PANGESTIKA-FITK.pdf>
- Prasadja, A. (2019). *Ayo bangun dengan bugar karena tidur yang benar*. Jakarta: Penerbit Hikmah
- Potter PA, Perry AG. *Buku ajar fundamental keperawatan*. Jakarta: EGC;2015.

- Potter, P.A., & Perry, A.G. (2015). *Buku Ajar Fundamental keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik (Renata. K., et al, Terj.)* Jakarta: EGC (Naskah asli dipublikasikan tahun 1997).
- Qomariah, N., & Hafidzi, A. H. (2019). *Pengaruh Motivasi Kerja, Lingkungan Kerja, Budaya Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Dinas Sosial Kabupaten Jember. Jurnal Penelitian IPTEKS, 4(1), 47-62*
- Ramadhani, S., 2021. *Hubungan Lama Penggunaan Gadget dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara. Skripsi Sarjana. Fakultas Kedokteran. Universitas Sumatera Utara, Medan.*
- Rudy Kusmiyatno Am (2012) *Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Internet Dengan Keterampilan Sosial Pada Anak Usia 10-12 Tahun Di SDK Notoyudan I Yogyakarta.*
- Saifuddin, Azwar.(2010). *tes prestasi belajar pustaka pelajar celean Timur.*
- Siregar, M. H. (2011). *Mengenal Sebab-Sebab, Akibat-Akibat dan Cara Terapi Insomnia.* Yogyakarta:Flash Books
- Smith, J. C. (2005). *Relaxation, meditaion, and mindfulness : A Mental health practitioner 's guide to new and traditional approaches.* New York : Springer.
- Smyth C.,(2007). *The Pittsburgh Sleep Quality index.* <http://consultgerirn.org/uploads/File/trythis/try this 6 1.pdf>
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitan Kuantitatif, kualitatif dan R&D.* Bandung: PT Alfabet.
- Sumartini (2011), *Badan pengembangan dan pembinaan, kementerian pendidikan.*
- Sumintono, B. & Widhiarso, W. (2015). *Aplikasi permodelan Rasch pada assesment pendidikan.* Cimahi: Trim Komunikata.
- Syamsuedin, W.K., Bidjuni, H. & Wowiling, F. (2015). *Hubungan durasi penggunaan media sosial dengan kejadian insomnia pada remaja di SMANegeri 9 Manado. ejournal keperawatan, 3(1). Diakses : 21 november 2022* <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/6691/6211>

Wavy, W. (2008). *The Relationship between Time Management, perceived Stress, Sleep Quality and Academic Performance Among University Students.*

Winda Fronika (2017). *Pengaruh Media Sosial Terhadap Sikap Remaja.* Fakultas Ilmu Pendidikan: Universitas Negeri Padang.

Wiyono (2009). *Skripsi program studi S1 keperawatan.* Universitas muhammadiyah Surakarta: p4M.

World Health Organization WHO (2014). *Commission on Ending Childhood Obesity.* Geneva, World Health Organization, Deperteman of Noncommunicable disease surveillance

Young & Abreu. (2019). *Kecanduan internet panduan konseling dan petunjuk untuk evaluasi dan penanganan.* Yogyakarta: Pustaka Belajar.