

DAFTAR PUSTAKA

- Adrian Fadel, A. W. (2024). *Analisis minat pada mahasiswa universitas pembangunan nasional veteran jatim jurusan ekonomi pembangunan semester 7 tentang perencanaan setelah lulus*. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(19), 64–73. <https://doi.org/10.5281/zenodo.14038122>
- Agus, A. (2023). *Hubungan stress akademik dengan kualitas tidur pada mahasiswa semester 8 program studi s1 ilmu keperawatan di stikes icme jombang*. (Tugas akhir/Skripsi). Universitas ITS Kes Insan Cendekia Medika Jombang. PDF tersedia di repository kampus
- Alamsyah, Oktavia, Lestari, S., Alfonsa, Dwi. (2023). Hubungan tingkat stress dan intensitas penggunaan smartphone terhadap kualitas tidur pada remaja di smk nusantara 02 kesehatan. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 12(2), 551-560.
- Alfarizi, M. A., & Safitri, D. (2025). Transisi yang mengguncang: stres akademik dalam masa remaja awal di smkn 2 jakarta. 3. *Jurnal Intelek dan Cendekiawan Nusantara*, 2(3), 1566-1573. <https://jicnusantara.com/index.php/jicn/article/view/3684>
- Amelia, I., & Putri, G. K. (2021). Gambaran tingkat stres pelajar smp terkait sistem pembelajaran online. *Indonesian Journal of Nursing Scientific (IJONS)*, 1(1), 36-42. <https://journal.khj.ac.id/index.php/ijons/article/view/9>
- Ariansyah, P. M., & Wijaya, K. (2021). Rancang bangun sistem informasi akademik berbasis web: studi kasus: sd negeri 18 tanah abang. *jurnal pengembangan sistem informasi dan informatika*, 2(3), 138–156. <https://doi.org/10.47747/jpsii.v2i3.562>
- Arifin, Fahdhienie, Ariscasari, R., Farah, Putri. (2022). Analisis minat belajar dan aktivitas belajar di masa pandemi covid-19 terhadap kualitas belajar daring siswa smp n 2 trumon timur kabupaten aceh selatan tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Biologi*, 8(1), 101-108. <https://doi.org/10.22437/bio.v8i1.16010>
- Artiyana, A. (2020). *Hubungan academic stress dengan perilaku binge watching pada remaja penggemar k-pop*. Skripsi Sarjana, Universitas Brawijaya, Malang. <https://repository.ub.ac.id/id/eprint/180687/>
- Arvyanda, R., Fernandito, E., & Landung, P. (2023). Analisis pengaruh perbedaan bahasa dalam komunikasi antarmahasiswa. 1. *Jurnal Harmoni Nusa Bangsa*, 1(1), 67-81. <https://doi.org/10.55314/jhnb.v1i1.338>
- Azalia, D. H., Putri, T. H., & Fujiana, F. (2021). Hubungan pola asuh orang tua dengan stres pada remaja selama pandemi covid-19 di smp negeri 3 sungai

- raya. 3(2). *Tanjungpura Journal of Nursing Practice and Education*, 3(2), 12-24. <https://doi.org/10.26418/tjnpe.v3i2.49323>
- Balqis, D., Septiana, N., & Harahap, I. M. (2025). Hubungan resiliensi akademik dengan tingkat ansietas, stres akademik, depresi remaja di sekolah menengah atas banda aceh. 11(1). *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 11(1).
- Dekanawanti, Setiyantara, V., Yudhi. (2023). Analisis pengaruh kualitas pelayanan diklat kepabeanaan terhadap kepuasan peserta pelatihan. *Jurnal Sains dan Teknologi Maritim*, 23(2), 159-176. <https://doi.org/10.33556/jstm.v23i2.344>
- Denita, Fahrudin, Abdillah,. (2021). Hubungan kontrol diri dengan stres akademik akibat pembelajaran hybrid dalam masa pandemi covid-19 di smk x kota bekasi. *Journal of Social Work and Social Services*, 2(2), 135–143. <https://doi.org/10.24853/ks.2.2.135-143>
- Dewani, G. S. (2024). Hubungan antara tingkat stres akademik dengan gejala gastritis pada mahasiswa fakultas keperawatan universitas riau. 8(3). *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 8(3). <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v8i3.9487>
- Djoar, R. K., & Anggarani, A. P. M. (2024). Faktor - faktor yang mempengaruhi stress akademik mahasiswa tingkat akhir. *jambura health and sport journal*, 6(1), 52–59. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v6i1.24064>
- Ekaputra, R. (2022). *Hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur mahasiswa tingkat akhir program studi s1 teknik sipil universitas islam sultan agung semarang*. Skripsi Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Fiqih, A., & Ratnawati, V. (2023). *Mengurai stres akademik mahasiswa tingkat akhir: faktor pemicu, dampak dan strategi pengelolaan di universitas nusantara pgri kediri*. Prosiding Semdikjar (Seminar Nasional Pendidikan dan Pembelajaran), 6, 755–765. <https://doi.org/10.29407/vc5wr555>
- Firmansyah, D. & Dede. (2022). Teknik pengambilan sampel umum dalam metodologi penelitian: literature review. *jurnal ilmiah pendidikan holistik (jiph)*, 1(2), 85–114. <https://doi.org/10.55927/jiph.v1i2.937>
- Gustiawati, I., & Murwani, A. (2020). Hubungan kualitas tidur dengan konsentrasi belajar siswa kelas vii dan viii. *jurnal kesehatan poltekkes kemenkes ri pangkalpinang*, 8(2), 107. <https://doi.org/10.32922/jkp.v8i2.187>
- Hakim, A. H., Pratiwi, C., Ramulan, F., Putriani, P., Mutia, I., & Amna, Z. (2024). hubungan antara stres akademik dengan kualitas tidur pada mahasiswa.

syiah kuala psychology journal, 2(1), 58–67.
<https://doi.org/10.24815/skjp.v2i1.28833>

Hamida, N. W. (2021). *Gambaran kualitas tidur mahasiswa program studi ilmu keperawatan universitas hasanuddin di masa pandemi covid-19*. (Skripsi Sarjana). Universitas Hasanuddin.

Hapsyah, D. R., Herdi, H., & Hanim, W. (2023). Validitas dan reliabilitas instrumen stress akademik. *jurnal mahasiswa bk an-nur : berbeda, bermakna, mulia*, 9(1), 309. <https://doi.org/10.31602/jmbkan.v9i1.10225>

Hikmah, N., & Nurbaya, S. (2024). Hubungan kualitas tidur terhadap stress pada remaja kelas xi di sma negeri 22 gowa. 4. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 4(5), 43–47.
<https://doi.org/10.35892/jimpk.v4i5.1634>

Husanani, Pranata, N., Rio. (2024). Bagaimana kualitas tidur mahasiswa. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 4(4), 1940–1949.
<https://doi.org/10.55081/jurdip.v4i4.2491>

Husna. (2022). *Pengaruh knowledge, skill, dan attitude terhadap kinerja pegawai pada kantor dinas perhubungan kabupaten enrekang*. (Skripsi Sarjana). Universitas Hasanuddin, Makassar.

Izzani, T. A., Selva Octaria, & Linda. (2024). Perkembangan masa remaja. *jispendiora jurnal ilmu sosial pendidikan dan humaniora*, 3(2), 259–273.
<https://doi.org/10.56910/jispendiora.v3i2.1578>

Jailani, M. S., & Jeka, F. (2023). Populasi dan sampling (kuantitatif), serta pemilihan informan kunci (kualitatif) dalam pendekatan praktis. 7. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 26320–26332.
<https://doi.org/10.31004/jptam.v7i3.10836>

Jumila. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur pada remaja di sma pgri 2 padang. *Ensiklopedia of Journal*, 2(3), 313–322.
http://jurnal.ensiklopediaku.org/ojs-2.4.8_3/index.php/ensiklopedia/article/view/760/694

Khaira, W. (2023). Faktor penyebab stres akademik siswa remaja. : *International Islamic Education Journal*, 5(1), 123–135.
<https://doi.org/10.22373/fitrah.v5i1.2992>

Lestari, A. I., Ariadi, H., & Jum'ah, J. (2025). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur pada perawat ang berkerja shift di ruang rawat inap di rumah sakit banjarmasin. *jikes : jurnal ilmu kesehatan*, 3(2), 221–233.
<https://doi.org/10.71456/jik.v3i2.1155>

- Loliyana, R., Hadi, M., & Meidasari, E. (2023). Pengaruh pelatihan terhadap produktivitas kerja pegawai dengan motivasi sebagai variabel mediasi (pada pt. nisan abadi jaya). *jurnal manajemen dan bisnis (jmb)*, 4(1), 65–74. <https://doi.org/10.57084/jmb.v4i1.1052>
- Madya, E. B. (2024). *Universitas islam negeri sumatera utara, medan email: dinda0102202059@uinsu.ac.id*. 21(1).Artikel Madya
- Maisa, E. A., Andrial, A., Murni, D., & Sidaria, S. (2021). Hubungan stres akademik dengan kualitas tidur mahasiswa keperawatan tingkat akhir program alih jenjang. *jurnal ilmiah universitas batanghari jambi*, 21(1), 438. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v21i1.1345>
- Manik, S. Y. B., Nisa, K., & Gannika, I. (2024). (the relationship between social media use and academic stress with teenager sleep problems). *Mapalus Nursing Science Journal*, 2(2), 08–19. <https://doi.org/10.35790/mnsj.v2i2.57245>
- Meta Agustina. (2022). Kualitas tidur perawat dapat di pengaruhi oleh tingkat stress kerja perawat. *journal of management nursing*, 1(02), 52–59. <https://doi.org/10.53801/jmn.v1i02.20>
- Mukti, Q. S. A. (2021). *Hubungan kualitas tidur terhadap produktivitas kerja driver ojek online kota makassar*. (Skripsi Sarjana, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar). Repository UIN Alauddin Makassar.
- Muntomimah, S. & Syahrul Mubarak. (2025). *Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas tidur pada remaja berskala biner*. *efektor*, 12(1), 63–74. <https://doi.org/10.29407/e.v12i1.24850>
- Nainggolan, M. S. P., & Rantung, J. (2025). Hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur mahasiswa keperawatan pada penyusunan karya tulis ilmiah. *Nutrix Journal*, 9(1), 126–134. <https://doi.org/10.37771/nj.v9i1.1294>
- Nasywa Hafizah, Tiara Cantika Pebytabella P, Mutiya Sari, Rahmita Winanda, Rully Hidayatullah, & Harmonedi, H. (2025). Identifikasi variabel penelitian, jenis sumber data dalam penelitian pendidikan. *jurnal qosim jurnal pendidikan sosial & humaniora*, 3(2), 586–596. <https://doi.org/10.61104/jq.v3i2.1025>
- Nur Cahyani, H. (2024). *Pengaruh kualitas tidur terhadap kesehatan mental pada mahasiswa tahun pertama uin maulana malik ibrahim malang*. (Skripsi Sarjana). Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

- Nur, Saihu, M., Made. (2024). *Pengolahan Data. Scientica: Jurnal Ilmiah Sains dan Teknologi*, 2(11), 163–175. <https://jurnal.kolibi.org/index.php/scientica/article/view/2764>
- Oktapiani, F. D. (2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres kerja pada karyawan di industri manufaktur. *Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu*, 2(6), 716–719. <https://doi.org/10.59435/gjmi.v2i6.646>
- Oktavia, M., & Mustikasari, M. (2025). Hubungan cognitive emotion regulation dengan posttraumatic growth pada remaja yang mengalami stres akademik. 10. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, Volume 10 Nomor 2, 2025. <https://doi.org/10.32419/jppni.v10i2.695>
- Parham, P. M., Sari, P. N., & Mahyuddin, U. (2024). Behavior: *jurnal pendidikan bimbingan konseling dan psikologi volume 1 no 1 mei 2024*.
- Putri, P. A. (2022). Association of high calorie food and coffee consumption pattern, sleep duration and stress level with nutritional status in final year students. *media gizi kesmas*, 11(2), 464–474. <https://doi.org/10.20473/mgk.v11i2.2022.464-474>
- Rahma, F. N., Putri, T. H., & Fahdi, F. K. (2023). Faktor yang memengaruhi kualitas tidur pada remaja usia sekolah menengah pertama. *jurnal keperawatan jiwa*, 11(4), 809. <https://doi.org/10.26714/jkj.11.4.2023.809-816>
- Rahma, K. D., Anjaswari, T., Sulastyawati, S., & Wiyono, J. (2023). Hubungan penggunaan gadget dengan kualitas tidur pada remaja kelas vii di smp negeri 1 blitar. *jurnal pendidikan kesehatan*, 12(2), 163. <https://doi.org/10.31290/jpk.v12i2.3945>
- Ramadani, A., Syaroya, N. A., Novita, M. D., Indriyanti, s., & Fitri, s. a. (2025). Efektivitas afirmasi positif terhadap penurunan tingkat stres akademik pada mahasiswa. *Journal of Basic Education Studies*, 8(1), 154–162. <https://ejurnalunsam.id/index.php/jbes/article/view/11941>
- Ramadhanti, N. S., Mukhtar, D., & Arsyad, M. (2023). Hubungan tingkat stres terhadap pola tidur pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas yarsi angkatan 2021/2022 dan tinjauannya menurut pandangan islam. 2(4). *Junior Medical Journal*, 2(4). <https://doi.org/10.33476/jmj.v2i4.4346>
- Ranti, N. B. P., Boekoesoe, L., & Ahmad, Z. F. (2022). Kebiasaan konsumsi kopi, penggunaan gadget, stress dan hubungannya dengan kejadian insomnia pada mahasiswa. *jambura journal of epidemiology*, 1(1), 20–28. <https://doi.org/10.37905/jje.v1i1.15027>

- Riska. (2024). Pengaruh kecemasan akademik terhadap keaktifan belajar pada mahasiswa bimbingan dan konseling universitas jambi. *Teraputik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(1), 100–106. <https://doi.org/10.26539/teraputik.812722>
- Ruriyanty.R, N. R., . S. R., Mohtar, M. S., & . M. B. (2023). Hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur mahasiswa kesehatan tingkat akhir di universitas sari mulia. *jurnal keperawatan suaka insan (jksi)*, 8(2), 184–189. <https://doi.org/10.51143/jksi.v8i2.493>
- Rusmanto, U. (2021). *Hubungan antara tingkat stres dengan kualitas tidur pada mahasiswa dengan pembelajaran online*. (Skripsi Sarjana). Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Sagita, D. D., Fairuz, S. U. N., & Aisyah, S. (2021). Perbedaan stres akademik mahasiswa berdasarkan jenis kelamin. *jurkam: jurnal konseling andi matappa*, 9–16. <https://doi.org/10.31100/jurkam.v5i1.862>
- Salamung, N., Rumbo, H., & Ayu Lestari, v. (2024). Kualitas tidur pada remaja di smp negeri 2 parigi kecamatan parigi kabupaten parigi moutong. *jurnal ilmu kesehatan insan sehat*, 12(2), 115–119. <https://doi.org/10.54004/jikis.v12i2.241>
- Salman, S. W. (2023). Hubungan motivasi belajar dengan prestasi akademik mahasiswa kip-kuliah di fakultas psikologi unnm. *Jurnal Talenta Mahasiswa*, 3(3). <https://doi.org/10.26858/jtm.v3i3.51774>
- Sambo, M., Riskyanti, N. W., & Bamba, N. S. (2021). Social distancing dan tingkat stres pada remaja usia sekolah di smp frater mamasa. *jurnal keperawatan florence nightingale*, 4(1), 41–45. <https://doi.org/10.52774/jkfn.v4i1.63>
- Sanaky, M. M., Saleh, I. M., & Titaley, H. D. (2021). Analisis faktor-faktor penyebab keterlambatan pada proyek pembangunan gedung asrama man 1 tulehu maluku tengah. 11(1). *Jurnal Simetrik*, 11(1), 432–439. <https://doi.org/10.31959/js.v11i1.615>
- Sari, B. M. M., Herlina, L., Arigi, L. A. G., & Irawati, D. (2025). Hubungan tingkat stres akademik terhadap kualitas tidur siswa dan siswi kelas ix smp negeri 6 mataram. 9. prepotif: *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 5938–5946. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v9i2.48736>
- Septiana, N. Z. (2021). Hubungan antara stres akademik dan resiliensi akademik siswa sekolah dasar di masa pandemi covid-19. *sittah: journal of primary education*, 2(1), 49–64. <https://doi.org/10.30762/sittah.v2i1.2915>

- Setyantoro, W. A., & Hanggara, G. S. (2023). Permasalahan remaja pengunjung dalam kajian psikologis. *Prosiding SEMDIKJAR (Seminar Nasional Pendidikan dan Pembelajaran)*, 6, 270–279. <https://doi.org/10.29407/h1e0zg48>
- Simangunsong, D. P., Sihalohe, L., Sitanggang, R., Simanjuntak, R., & Naibaho, D. (2024). memahami perkembangan remaja peka terhadap kesehatan mental. 3. *Al-Furqan: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya*, 3(3), 940–951. <https://publisherqu.com/index.php/Al-Furqan/article/view/933>
- Subhaktiyasa, P. G. (2024). Menentukan populasi dan sampel: pendekatan metodologi penelitian kuantitatif dan kualitatif. *jurnal ilmiah profesi pendidikan*, 9(4), 2721–2731. <https://doi.org/10.29303/jipp.v9i4.2657>
- Sugito, I. F. (2023). *Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana di fakultas psikologi universitas medan area*. Skripsi Sarjana, Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area.
- Sukma Senjaya, Aat Sriati, Indra Maulana, & Kurniawan, K. (2022). Dukungan keluarga pada odha yang sudah open status di kabupaten garut. *jurnal cakrawala ilmiah*, 2(3), 1003–1010. <https://doi.org/10.53625/jcijurnalcakrawalailmiah.v2i3.4037>
- Sulhan, N. A. A., Ardaniah, N. H., & Rahmadi, M. S. (2024). Behavior: *jurnal pendidikan bimbingan konseling dan psikologi* volume 1 no 1 mei 2024.
- Sulung, Muspawi, U., Mohamad. (2024). Memahami sumber data penelitian : primer, sekunder, dan tersier. 5. *Edu Research: Jurnal Penelitian Pendidikan*, 5(3), 110–116. <https://doi.org/10.47827/jer.v5i3.238>
- Tambunan, A. S., Carolina, M., & Pristina, N. (2025). Hubungan self efficacy dan pola tidur dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir di stikes eka harap palangka raya. 8. *Borneo Nursing Journal (BNJ)*, 8(1), 379–390. <https://doi.org/10.61878/bnj.v8i1.185>
- Taufik, T. (2021). Limitasi stres akademik siswa smp negeri di kabupten barru. *jurnal wahana konseling*, 4(2), 113–122. <https://doi.org/10.31851/juang.v4i2.6354>
- Thurfah, J. N., Puspitasari, I. M., & Alfian, S. D. (2022). Suplemen untuk meningkatkan kualitas tidur. *Farmaka*, 20(2), 76–84. <https://doi.org/10.24198/farmaka.v20i2.37399>
- Umar, E. (2021). Hubungan anemia pada kehamilan dengan kejadian perdarahan postpartum. *jurnal persatuan perawat nasional indonesia (jppni)*, 6(1), 1. <https://doi.org/10.32419/jppni.v6i1.259>

- Wahyuningsih, P., Rokhmah, N. A., & Imallah, R. N. (2024). Hubungan perilaku penggunaan gadget dengan kualitas tidur pada anak usia remaja di smp negeri 2 srandakan. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat LPPM Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*, 2, 1827–1836
- Widia Aina Rohmah, & Merijanti, L. T. (2024). Hubungan stres akademik dengan kecenderungan gejala somatisasi pada siswa sma di era pandemi covid-19. *jurnal penelitian dan karya ilmiah lembaga penelitian universitas trisakti*, 38–48. <https://doi.org/10.25105/pdk.v9i1.16487>
- Widyaningrum, R., Sujoko, A. F., & Anggraeni, D. N. (2023). Hubungan tingkat stres akademik dengan kualitas tidur siswa mts n 7 bantul di era new normal. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 14(1). <https://doi.org/10.36569/jmm.v14i1.318>
- Wulansih, N. C., Zharfan, F. R., Biyang, A. W. A., Anggraini, M. R., & Herbawani, C. K. (2024). *Tinjauan literatur: dampak durasi dan kualitas tidur yang buruk pada kesehatan tubuh usia produktif*. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Kemenkes RI Pangkalpinang*, 12(1), 71–82. <https://doi.org/10.32922/jkp.v12i1.932>