

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, N. (2017). MENGUKUR KUALITAS LAYANAN SISTEM INFORMASI AKADEMIK PADA SMP USWATUN HASANAH JAKARTA. *Paradigma*, 19(1), 61–68. <https://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/paradigma/article/download/1540/1310>
- Alzahem, A. M., Van der Molen, H. T., Alaujan, A. H., & De Boer, B. J. (2014). Stress management in dental students: A systematic review. In *Advances in Medical Education and Practice* (Vol. 5, pp. 167–176). Dove Medical Press Ltd. <https://doi.org/10.2147/AMEP.S46211>
- Arifin, A. R., Dan, R., & Burhan, E. (n.d.). *Fisiologi Tidur dan Pernapasan*.
- Azmy, A. N., Nurihsan, A. J., & Eka, S. Y. (2017). Deskripsi Gejala Stress Akademik dan Kecenderungan Pilihan Strategi Koping Siswa Berbakat. In *INDONESIAN JOURNAL OF EDUCATIONAL COUNSELING*. <https://media.neliti.com/media/publications/178194-ID-deskripsi-gejala-stres-akademik-dan-kece.pdf>
- Bunyamin, A. (2021). MENGELOLA STRESS DENGAN PENDEKATAN ISLAMI. *JURNAL IDAARAH*, 1(1), 145–159. <https://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/idaarah/article/view/20971/pdf>
- Dian, P., Conia, D., & Dwi Nurmala, M. (2022). GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA PENYINTAS COVID-19 SAAT MENGHADAPI KEMBALI PROSES PEMBELAJARAN. In *Jurnal Penelitian Bimbingan dan Konseling* (Vol. 7, Issue 1). <https://jurnal.untirta.ac.id/index.php/JPBK/article/download/14609/8689>
- Gamayanti, W., Mahardianisa, M., & Syaifei, I. (2018). Self Disclosure dan Tingkat Stres pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 115–130. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.2282>
- Handayani, S., Akper, D., Satria, G., & Wonogiri, H. (2020). PENGUKURAN TINGKAT STRES DENGAN PERCEIVED STRESS SCALE-10 : STUDI CROSS SECTIONAL PADA REMAJA PUTRI DI BATURETNO. *Jurnal Keperawatan GSH*, 9. <https://jurnal.akpergshwng.ac.id/index.php/kep/article/download/32/31/75>
- Hasnan Hakim, A., Pratiwi, C., Ramulan, F., Mutia, I., & Amna, Z. (2024). HUBUNGAN ANTARA STRES AKADEMIK DENGAN KUALITAS TIDUR PADA MAHASISWA (THE RELATIONSHIP BETWEEN ACADEMIC STRESS AND SLEEP QUALITY AMONG STUDENTS). In *Syiah Kuala Psychology Journal* (Vol. 2, Issue 1). <https://jim.usk.ac.id/Psikologi/article/download/28833/13912>

- Hayani, I. M. nur, & Wulandari, P. Y. (2017). PERBEDAAN KECENDERUNGAN PERILAKU AGRESI DITINJAU DARI HARGA DIRI PADA MAHASISWA. In *Tahun* (Vol. 6). <https://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-jppp6e164d0391full.pdf>
- Hulukati, W., & Djibran, Moh. R. (2018). ANALISIS TUGAS PERKEMBANGAN MAHASISWA FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO. *Jurnal Bikotetik*, 2(1), 73–14. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jbk/article/view/1787/pdf>
- Husniah, W. O., & Fauzi, M. I. (2023). *Teknik Emotion Focused Coping Untuk Mengatasi Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir Melalui Konseling Individual* (Vol. 5). <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jpdk/article/download/10957/8432>
- Ilmu Kedokteran Jiwa, D., Kma, A., Umum, D., PPDS Prodi Psikiatri Departemen, P. I., Ilmu Kedokteran Jiwa UNAIR, S. F., dr Soetomo Surabaya, R., Konsultan, P., & Pengajar Departemen, S. (n.d.). *SLEEP DISORDERS IN LATE-LIFE DEPRESSION*.
- Kemendes RI. (2020). *Apakah Stress Itu?* <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/stress/apakah-yang-dimaksud-stres-itu>
- Keperawatan Profesional, J., Elita, V., & Dilaluri, A. (2023). GAMBARAN STRES PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI. *Jurnal Keperawatan Profesional (JKP)*, 11.
- Khadijah, S., Febri Dhanty, K., Aulia Sambas, R., Kesehatan Masyarakat, F., & Islam Negeri Sumatera Utara, U. (2024). GAMBARAN TINGKAT STRESS AKADEMIK MAHASISWA YANG BEKERJA PARUH WAKTU DI UNIVERSITAS X. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(2), 3626–3633. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/27834>
- Khairunissa, H., & Rahayu, U. B. (2024). Hubungan aktivitas fisik dengan kualitas tidur mahasiswa semester akhir di Surakarta. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 18(5), 621–627. <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i5.347>
- Khalishah, K., Safirah, Y., Ulmy Mahmud, N., Mutthalib, N. U., Epidemiologi, P., & Masyarakat, K. (2024). FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KUALITAS TIDUR PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS MUSLIM INDONESIA. In *Window of Public Health Journal* (Vol. 5, Issue 2).
- Kurniawan Djoar, R., Putu Martha Anggarani, A., Studi, P. S., Kesehatan Masyarakat, I., Airlangga, U., Studi Fisioterapi, P., & Katolik StVincentius Paulo Surabaya, S. (2024). FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STRESS AKADEMIK MAHASISWA TINGKAT AKHIR FACTORS INFLUENCING ACADEMIC STRESS AMONG SENIOR COLLEGE

- STUDENTS. *Jambura Health and Sport Journal*, 6(1).  
<https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jhsj/article/download/24064/8271>
- Kusumadewi, S., & Wahyuningsih, H. (2020). MODEL SISTEM PENDUKUNG KEPUTUSAN KELOMPOK UNTUK PENILAIAN GANGGUAN DEPRESI, KECEMASAN DAN STRESS BERDASARKAN DASS-42. *Jurnal Teknologi Informasi Dan Ilmu Komputer (JTIK)*, 7(2), 219–228.  
<https://jtiik.ub.ac.id/index.php/jtiik/article/download/1052/pdf>
- Lastary, L. D., & Rahayu, A. (2018). *HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN SELF EFFICACY DENGAN PROKRASINASI AKADEMIK MAHASISWA PERANTAU YANG BERKULIAH DI JAKARTA* (Vol. 2, Issue 2).  
<https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/download/70/10>
- Liwun, S. B. B., Mulyanto, T., Avian, N. K., & Chrisnatalia, M. (2024). KUALITAS TIDUR PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR (STUDI KASUS: PERBANDINGAN MAHASISWA PROGRAM STUDI ILMU ALAM DAN SOSIAL). *Arjwa: Jurnal Psikologi*, 3(3), 172–180.  
<https://doi.org/10.35760/arjwa.2024.v3i3.11648>
- Mahmud, R., & Uyun, Z. (2016). STUDI DESKRIPTIF MENGENAI POLA STRES PADA MAHASISWA PRAKTIKUM. In *Jurnal Indigenous* (Vol. 1, Issue 2).  
<https://journals.ums.ac.id/index.php/indigenous/article/download/4970/3307>
- Miller, J. K., & Evans, S. L. (2024). Perceived Stress, but Not Rumination, Mediates the Relationship Between Trait Mindfulness and Sleep Quality in Young Adults. *Nature and Science of Sleep*, 16, 1053–1065.  
<https://doi.org/10.2147/NSS.S447469>
- Musabiq, S. A., & Karimah, I. (2018). GAMBARAN STRESS DAN DAMPAKNYA PADA MAHASISWA DESCRIPTION OF STRESS AND ITS IMPACT ON STUDENTS. *InSight*, 20(2).
- Musradinur. (2016). STRES DAN CARA MENGATASINYA DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI. *Jurnal Edukasi*, 2(2), 183–200. <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/cobaBK/article/view/815/632>
- Nugraha, F. A., Aisyiah, A., & Wowor, T. J. F. (2023). Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Tidur pada Remaja di SMPN 254 Jakarta. *Malahayati Nursing Journal*, 5(9), 3063–3076.  
<https://doi.org/10.33024/mnj.v5i9.9242>
- Padila, P., Rinaldi, S., Andri, J., J. H., & Andrianto, M. B. (2021). Stres dengan Sistem Pembelajaran Online pada Mahasiswa di Era Pandemi COVID-19. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 3(2), 591–599.  
<https://doi.org/10.31539/joting.v3i2.2699>

- R, Z. Z., Hardianti, S., & Syahasti, F. M. (2021). HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR PADA MAHASISWA AKHIR S1 KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI. *Kesehatan Masyarakat*, 5(2), 963–968. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/prepotif/article/download/2092/pdf/7804>
- Ramadita, A. M., Harsanti, I., & Harmoni, A. (2023a). PENGARUH STRES AKADEMIK TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR. *Arjwa: Jurnal Psikologi*, 2(4), 212–222. <https://doi.org/10.35760/arjwa.2023.v2i4.9620>
- Ramadita, A. M., Harsanti, I., & Harmoni, A. (2023b). PENGARUH STRES AKADEMIK TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR. *Arjwa: Jurnal Psikologi*, 2(4), 212–222. <https://doi.org/10.35760/arjwa.2023.v2i4.9620>
- Rizka RuriyantiR, N., Rahman, S., Sobirin Mohtar, M., Basit, M., Studi Sarjana Keperawatan, P., & Kesehatan, F. (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://journal.stikessuakainsan.ac.id/index.php/jksi/article/download/493/274/2070>
- Sina, I. (2022). *METODOLOGI PENELITIAN* (A. T. Putranto, Ed.; pertama). WIDINA BHAKTI PERSADA BANDUNG. [www.penerbitwidina.com](http://www.penerbitwidina.com)
- Sukmawati, N. M. H., & Putra, I. G. S. W. (2019). RELIABILITAS KUSIONER PITTSBURGH SLEEP QUALITY INDEX (PSQI) VERSI BAHASA INDONESIA DALAM MENGUKUR KUALITAS TIDUR LANSIA. *Jurnal Lingkungan & Pembangunan*, 3(2), 30–38. <https://ejournal.warmadewa.ac.id/index.php/wicaksana>
- Sulana, I. O. P., Sekeon, S. A. S., Mantjoro, E. M., Kesehatan, F., Universitas, M., Ratulangi, S., & Abstrak, M. (2020). HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR MAHASISWA TINGKAT AKHIR FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS SAM RATULANGI. In *Jurnal KESMAS* (Vol. 9, Issue 7). <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/31609/30192>
- Sunan, N., Surabaya, A., Bullah, H., & Zuhdah, N. F. (2022). Hubungan Stres Akademik dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa S-1 Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. In *Jurnal Ilmu Pendidikan Islam* (Vol. 4, Issue 2). <https://www.jurnal.stit-buntetpesantren.ac.id/index.php/tsaqafatuna/article/download/140/135>

- Sunaringtyas, W., Fuadah, D. Z., & Kusdiantoro, L. (2018). PENGARUH PELAKSANAAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA LANSIA HIPERTENSI DI PUSKESMAS TUMPANG KECAMATAN TALUN KABUPATEN BLITAR. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 5(3), 434–437. <http://nursingjournal.respati.ac.id/index.php/JKRY/index>
- Wicaksono, H., Puspita, S., & Puspita, H. (2024). HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI POSYANDU LANSIA. <https://e-journal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/jk/article/download/82/76/>
- Widiyawati, W., Fitrihanur, W. L., & Suminar, E. (2024). Pendidikan Kesehatan Mental pada Remaja. *Indonesian Journal of Community Dedication in Health (IJCDH)*, 4(01), 27. <https://doi.org/10.30587/ijcdh.v4i01.6981>
- Yunita, R., Wardhani, U. U. C., & Agusthia, M. (2023). HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS SEI LEKOP KAB. BINTAN. <https://stikes-nhm.e-journal.id/NU/index>

