

DAFTAR PUSTAKA

- Alfarizi, R., Hadiati, T., Asikin, H. G., & Sarjana, W. 2020. 'Relationship Between the Intensity of Social Media Usage With Sleep Quality'. *Diponegoro Medical Journal (Jurnal Kedokteran Diponegoro)*, 9(1), hal. 111–119.
- Almojali, A. I. *et al.* 2017. 'The prevalence and association of stress with sleep quality among medical students', *Journal of Epidemiology and Global Health*, 7(3), pp. 169–174. doi: 10.1016/j.jegh.2017.04.005.
- Alsulami, A., Bakhsh, D., Baik, M., Merdad, M., & Aboalfaraj, N. 2018. 'Assessment of Sleep Quality and its Relationship to Social Media Use Among Medical Students'. *Medical Science Educator*, 29(1), hal. 157–161. doi: 10.1007/s40670-018-00650-9
- Alt, D. 2015. 'College students' academic motivation, media engagement and fear of missing out'. *Computers in Human Behavior*, 49, hal. 111–119. doi: 10.1016/j.chb.2015.02.057
- A Potter, & Perry, A. G. 2006. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, Dan Praktik, edisi 4, Volume 2*. Jakarta: EGC.
- Artaria, M. D. 2016. 'Dasar biologis variasi jenis kelamin, gender, dan orientasi seksual', *Biokultur*, 5(2), pp. 157–65.
- Aqromy, F. M. 2019. 'Hubungan Antara Kontrol Diri Dalam Memilih Konten Dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Pada Mahasiswa'. Universitas Islam Indonesia Yogyakarta. Tersedia pada: <https://dspace.uui.ac.id/handle/123456789/16600>
- Asif S, Mudassar A, Shahzad TZ, Raouf M, Pervaiz T. 2020 'Frequency of depression, anxiety and stress among university students'. *Pak J Med Sci*. 36(5). hal. 971-976. doi: 10.12669/pjms.36.5.1873
- Aulia, H. F. 2016. *Hubungan antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Kualitas Tidur Mahasiswa International Program Of International Relation Universitas Muhammadiyah Yogyakarta Angkatan 2014*. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- Barseli, M., Ifdil, I. and Nikmarijal, N. 2017. 'Konsep Stres Akademik Siswa', *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 5(3), pp. 143–148. doi: 10.29210/119800.
- 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 Res*. 28. hal.193–213.

- Cahyono, A. S. 2016. 'Pengaruh Media Sosial Terhadap Perubahan Sosial Masyarakat Di Indonesia'. *Publiciana*, hal. 140–157. doi: 10.1201/ebk1439811924-14
- Chang AK, Choi J. 2016. 'Predictors of sleep quality among young adults in Korea: gender differences'. *Issues Ment Health Nurs*. 37 (12): 4–6. doi: 10.1080/01612840.2016.1235636
- Dewi, S. K. 2012. 'Faktor-Faktor Resiko yang Berkaitan dengan Prevalensi Kurang Tidur Kronis pada Mahasiswa di Daerah Istimewa Yogyakarta', *Jurnal Kesehatan Surya Medika Yogyakarta*.
- Fatriansari, A. and Afriyani, R. 2021. 'Penggunaan Media Sosial Dalam Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Stik Siti Khadijah Palembang', *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 8(2), pp. 12–18. doi: 10.32539/jks.v8i2.15298.
- Fauziyyah, R., Awinda, R. C., & Besral, B. 2021. 'Dampak Pembelajaran Jarak Jauh terhadap Tingkat Stres dan Kecemasan Mahasiswa selama Pandemi COVID-19'. *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, Dan Informatika Kesehatan*, 1(2), hal 113. doi: 10.51181/bikfokes.v1i2.4656
- FIKES UPNVJ. 2022. *Kesehatan Masyarakat (S-1) - Fakultas Ilmu Kesehatan - Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta*. Available at: <https://fikes.upnvj.ac.id/id/program-studi/kesehatan-masyarakat-s-1.html> (Accessed: 20 June 2022).
- Hastono dan Sabri. 2018. *Stastistik Kesehatan*. Depok: RajaGrafindo Persada
- Hepilita, Y., & Gantas, A. A. 2018. 'Hubungan Durasi Penggunaan Media Sosial Dengan Tahun Di Smp Negeri 1 Langke Rembong'. *Jurnal Wawasan Kesehatan*, 3(2), hal. 78–87.
- Herawati, K., & Gayatri, D. 2019. 'The correlation between sleep quality and levels of stress among students in Universitas Indonesia'. *Enfermeria Clinica*, 29, hal. 357–361. doi: 10.1016/j.enfcli.2019.04.044
- Hianto, S., & Shanti, T. I. 2018. 'Dinamika Stres, Strategi Coping, dan Dukungan Sosial yang Diharapkan Mahasiswa Skripsi di Universitas XYZ'. *Provitae: Jurnal Psikologi Pendidikan*, 11(2), hal. 41–60. doi:10.24912/provitae.v11i2.2758
- Hidayat, A.A. 2006. *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta: Salemba Medika
- Judith, C. 2011. 'Hubungan penggunaan situs jejaring sosial facebook terhadap perilaku remaja di kota Makassar'. *Jurnal Penelitian IPTEK-KOM*. 13, (1), 14.

- Kato, T. 2014. 'Relationship between coping with interpersonal stressors and depressive symptoms in the United States, Australia, and China: A focus on reassessing coping'. *PLoS ONE*, 9(10). doi: 10.1371/journal.pone.0109644
- Kemkes. 2018. *Kebutuhan Tidur sesuai Usia - Direktorat P2PTM*. Tersedia pada: <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/kebutuhan-tidur-sesuai-usia>
- Keswara, U. R., Syuhada, N., & Wahyudi, W. T. (2019). 'Perilaku penggunaan gadget dengan kualitas tidur pada remaja'. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 13(3), 233–239. <https://doi.org/10.33024/hjk.v13i3.1599>
- Khairuni, N. 2016. 'Dampak Positif dan Negatif Sosial Media Terhadap Pendidikan Akhlak Anak (Studi Kasus Di Smp Negeri 2 Kelas Viii Banda Aceh)'. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 2(1), hal. 91. doi: 10.22373/je.v2i1.693
- Kozier, B, A & Snyder, S, J. 2012. *Fundamentals of nursing : concepts, process and practice* (9th.ed). Boston : Pearson.
- Li, Y. *et al.* 2020. 'Prevalence and correlates of poor sleep quality among college students: A cross-sectional survey', *Health and Quality of Life Outcomes*, 18(1), pp. 1–11. doi: 10.1186/s12955-020-01465-2.
- Masturoh, I., & Anggita, N. 2018. *Metode Penelitian Kesehatan*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Musabiq, S., & Karimah, I. 2018. 'Gambaran Stress dan Dampaknya Pada Mahasiswa'. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 20(2), hal. 74. doi: 10.26486/psikologi.v20i2.240
- Muslim. 2015. 'Manajemen Stres Upaya Mengubah Kecemasan Menjadi Sukses'. *Esensi*, 18(2), hal. 148–159. doi: 10.1145/3132847.3132886
- Nafiah, N. 2018. 'Hubungan Durasi Penggunaan Media Sosial dengan Kualitas Tidur pada Remaja Kelas VIII di SMP Muhammadiyah 1 Yogyakarta', *Universitas Aisyiah Yogyakarta*, pp. 1–13. Available at: [http://digilib.unisayogya.ac.id/4392/1/naspub fix.pdf-min.pdf](http://digilib.unisayogya.ac.id/4392/1/naspub%20fix.pdf-min.pdf).
- Nasrullah, Rulli. 2015. *Media Sosial Perspektif Komunikasi, Budaya dan Sosioteknologi*. Bandung: Simbiosis Rekatama Media
- Norfai. 2021, *Statistika Non-Parametrik untuk Bidang Kesehatan (Teoritis, Sistematis dan Aplikatif*. Diedit oleh M. F. Indah. Klaten: Penerbit Lakeisha.
- Obar, J. A., & Wildman, S. 2015. 'Social media definition and the governance challenge: An introduction to the special issue'. *Telecommunications Policy*,

39(9), hal. 745–750. doi: 10.1016/j.telpol.2015.07.014

Palsdottir, A. 2010. 'The connection between purposive information seeking and information encountering: A study of Icelanders' health and lifestyle information seeking'. *Journal of Documentation*, 66(2), 224-244.

Purbohastuti, A. W. 2017. 'Efektivitas Media Sosial Sebagai Media Promosi'. *Tirtayasa Ekonomika*, 12(2), hal. 212. doi: 10.35448/jte.v12i2.4456

Puspitarini, et al. 2019. 'Pemanfaatan Media Sosial Sebagai Media Promosi (Studi Deskriptif pada Happy Go Lucky House)'. *Jurnal Common*, 3(1), hal. 71–80. Tersedia pada: <https://ojs.unikom.ac.id/index.php/common/article/view/1950>

Penn State University. 2018. *Center for Collegiate Mental Health*. 1–44. Tersedia pada: https://ccmh.psu.edu/files/2018/02/2017_CCMH_Report-1r4m88x.pdf

Potter, P.A & Perry, A.G. 2010. *Fundamental Keperawatan* 7th ed., Jakarta: Salemba Medika.

Psychology Foundation of Australia. 2010. *Depression Anxiety Stress Scales - DASS*. Available at: <http://www2.psy.unsw.edu.au/DASS/> (Accessed: 26 June 2022).

Rudimin, et al. 2017. 'Hubungan Tingkat Umur dengan Kualitas Tidur pada Lansia di Posyandu Permadi Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Malang', *Nursing News : Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(1), pp. 119–127.

Ratnaningtyas, T. O., & Fitriani, D. 2019. 'Hubungan Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Tingkat Akhir'. *Edu Masda Journal*, 3(2), hal. 181. doi: 10.52118/edumasda.v3i2.40

Riyadi, S., & Udin, N. F. 2020. 'Penggunaan Media Sosial Berlebih Dapat Menyebabkan Insomnia Pada Remaja Di Sentolo Kulon Progo'. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 16(2), hal. 61. doi: 10.26753/jikk.v16i2.458

Rizqi Amelia Putri, N. E. dan M. D. M. 2016. 'Penggunaan Media Sosial Path Pada Remaja Di Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Banjarbaru'. *Jurnal Ecopsy*, 3(1), hal. 1–7.

Rohmah, W. K., & Santik, Y. D. P. 2019. 'Determinan kualitas tidur pada santri di pondok pesantren'. *Higeia Journal of Public Health Research and Development*, 1(3), hal. 625–634.

Saat, N., Hanawi, S., Chan, K., Teh, S., Aznan, S., & Zulkefli, Z. 2020. 'Sleep Quality among University Students: Associations between Demographic Factors and Physical Activity Level'. *International Journal of Pharmaceutical Research & Allied Sciences*, 2020(3), hal. 57–65. Tersedia pada: www.ijpras.com

- Sabekti, R. 2019. *Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial (Jejaring Sosial) dengan Kecenderungan Narsisme dan Aktualisasi Diri Remaja Akhir*. Universitas Airlangga.
- Sari, T. W. *et al.* 2016. 'Hubungan Umur Dengan Kualitas Tidur Pada Karyawan Universitas Abdurrahman Tahun 2016 the Relationship Between the Age and the Quality of Sleep on the Employees of Abdurrahman', 2(1), pp. 60–65.
- Sherwood, Lauralee. 2011. *Fisiologi Manusia Edisi 2*. Jakarta: EGC
- Sleep Foundation. 2022. *Aging and Sleep: How Does Growing Old Affect Sleep?* | Sleep Foundation. Available at: <https://www.sleepfoundation.org/aging-and-sleep> (Accessed: 19 June 2022).
- Sarfriyanda, *et al.* 2015. 'Hubungan antara Kualitas Tidur dan Kuantitas Tidur Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa', 2(2), p. 2015.
- Siyoto, D. S. and Sodik, M. A. 2015. *Dasar Metodologi Penelitian*. Cetakan 1. Edited by Ayup. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Suhartati, B. L., Dewi, A. A. N. T. N., Wibawa, A., & Winaya, I. M. N. 2021. 'Hubungan Hubungan Lama Durasi Penggunaan Media Sosial Dengan Kualitas Tidur Pada Usia 19-22 Tahun'. *Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia*, 9(1), hal. 28. doi: 10.24843/mifi.2021.v09.i01.p06
- Sutrisno, R., Faisal, F., & 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), hal. 73–79. doi: 10.24198/jsk.v3i2.15006
- Syamsoedin, W., Bidjuni, H., & Wowiling, F. 2015. 'Hubungan Durasi Penggunaan Media Sosial Dengan Kejadian Insomnia Pada Remaja Di Sma Negeri 9 Manado'. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 3(1), hal. 13-17.
- Tang, J. *et al.* 2017. 'Gender and Regional Differences in Sleep Quality and Insomnia: A General Population-based Study in Hunan Province of China', *Scientific Reports*, pp. 1–9. doi: 10.1038/srep43690.
- Tantri, IN & Sundari, LR 2019, 'Hubungan Antara Jenis Kelamin, Konsumsi Kafein, Tinggal Sendiri, dan Jam Mulai Tidur dengan Kualitas Tidur Buruk Mahasiswa di Kota Denpasar', *Medika Udayana*, 8(7), p. 9.
- Tarlemba, *et al.* 2018. 'Hubungan Tingkat Stres Dan Kecanduan Smartphone Dengan Gangguan Kualitas Tidur Pada Remaja Di Sma Negeri 9 Binsus Manado' *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 7(5), pp. 1–9.
- Teendhuha, A. N. 2018. *Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial Dan*

- Komunikasi Interpersonal Pada Remaja. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Tristianingsih, J. and Handayani, S. 2021 'Determinan Kualitas Tidur Mahasiswa Kampus A di Universitas Muhammadiyah Prof DR Hamka', *Perilaku dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 3(2), p. 120. doi: 10.47034/ppk.v3i2.5275.
- Townley, G., Kloos, B., Green, E. P., & Franco, M.M. 2011. 'Reconcilable differences? Human diversity, culturalrelativity, and sense of community'. *American Journal of Community Psychology*, 47(1-2), 69-85.
- Viona. 2013, 'Hubungan Antara Karakteristik Mahasiswa dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura'. Universitas Tanjungpura. Available at: <https://media.neliti.com/media/publications/193918-ID-hubungan-antarakarakteristik-mahasiswa.pdf>.
- Yusup, F. 2018, 'Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Kuantitatif,' *Jurnal Tarbiyah: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 7(1), hal. 17–23. doi: 10.18592/tarbiyah.v7i1.2100.
- Wang, Z., & Scheepers, H. 2012. 'Understanding the intrinsic motivations of user acceptance of hedonic information systems: Towards a unified research model'. *Communications of the Association for Information Systems*, 30(17), 255-274
- 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), hal. 46. doi: 10.20473/fmnj.v1i1.12131
- We Are Social & Hootsuite. 2021. *Digital in Indonesia: All the Statistics You Need in 2021 — DataReportal – Global Digital Insights*. Available at: <https://datareportal.com/reports/digital-2021-indonesia> (Accessed: 26 June 2022).
- We Are Social & Hootsuite. 2022. *Digital 2022. Global Digital Insights* Available at: <https://wearesocial.com/uk/blog/2022/01/digital-2022-another-year-of-bumper-growth-2/> (Accessed: 4 March 2022).
- WHO. 2021. Adolescent health. Available at: <https://www.who.int/southeastasia/health-topics/adolescent-health> (Accessed: 20 June 2022).
- Woran, K., Kundre, R. M., & Pondaag, F. A. 2021. 'Analisis Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja'. *Jurnal Keperawatan*, 8(2), hal. 1. doi: 10.35790/jkp.v8i2.32092

Zurahmi, R., Sri, H., & Fitria, S. 2021. 'Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Akhir S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai'. *Prefotif Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(2). Doi: 10.54460/jifa.v6i2.13