

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, N. D., & Etika Muslimah, S. T. (2021). Pengukuran Beban Mental Dan Kelelahan Mahasiswa Saat Pembelajaran Daring Selama Pandemi Menggunakan Metode Nasa-Tlx Dan Sofi (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Amelia, R. (2022). Hubungan Kualitas Tidur Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Kedokteran Universitas Baiturrahmah. *Educator: Jurnal Inovasi Tenaga Pendidik dan Kependidikan*, 2(1), 28-34.
- Anabillah, A. R., Febriansyah, M. R., & Atmaja, M. Z. D. (2022, May). Kemampuan manajemen waktu dalam mengatasi prokrastinasi akademik pada mahasiswa. In *Seminar Nasional Psikologi dan Ilmu Humaniora (SENAPIH)* (Vol. 1, No. 1, pp. 189-195).
- Arif, M. R., Nurhidayati, I. R., & Maulana, A. Y. Hubungan Kualitas Tidur Dengan Memori Kerja Menggunakan Forward Dan Backward Digit Span Test Pada Peserta Didik Fakultas Kedokteran The Correlation Between Sleep Quality And Working Memory Using Forward And Backward Digit Span Test In Medical Faculty Students
- Asmadi (2008). *Konsep dasar keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Azwar, S., 1992. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Sigma Alpha
- Buysse, D. J., Reynolds III, 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.
- Carlson, N. R. (2005). *Foundations of physiological psychology*. Pearson Education New Zealand.
- Craven, RF & Hinle, CJ. (2000). *Fundamental of nursing: Human health and Function* (6 ed.). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Chaput, J. P., Dutil, C., Featherstone, R., Ross, R., Giangregorio, L., Saunders, T. J., ... & Carrier, J. (2020). Sleep duration and health in adults: an overview of systematic reviews. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 45(10), S218-S231.

- Diana, R. R., Nashori, F., & Diana, R. R. (2005). Perbedaan kualitas tidur dan kualitas mimpi antara mahasiswa laki-laki dan mahasiswa perempuan. *Humanitas: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2), 77-88.
- Guilford, J. P. (1950). *Fundamental statistics in psychology and education*.
- Guyton, A.C.&Hall,J.E. 2007. *Aktivitas Otak-Tidur buku ajar kedokteran ed 9*. Jakarta: EGC.
- Hermawati, dkk. 2010. *Riset. Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Indeks Prestasi Mahasiswa Reguler FIK UI. Universitas Indonesia*.
- Hidayat, A.A. 2006. *Pengantar Kebutuhan Dasar manusia*. Jakarta: Salemba Medika.
- Iriastadi H. *Ergonomi Suatu Pengantar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya; 2014.
- Junaidi, J. (2014). *Transformasi Data Ordinal ke Interval dengan Microsoft Office Excel*.
- Junaris, I., & Haryanti, N. (2022). *Manajemen Pemasaran Pendidikan*. EUREKA MEDIA AKSARA.
- Khasanah, K., & Handayani, W. (2012). Kualitas tidur lansia balai rehabilitasi sosial “MANDIRI” Semarang. *Jurnal Keperawatan Diponegoro*, 1(1), 189-196.
- Komalasari, R. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik*, Jakarta, EGC.
- Kotler, P. and Keller, K.L., 2009. *Manajemen Pemasaran*, Jakarta: Erlangga. Laksana. Terjemahan Fajar.
- Kozier, B., Erb, G., Berman, A., & Snyder, S. J. (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik*, Jakarta: EGC.
- Kurata, Y. B., Bano, R. M. L. P., & Matias, A. C. (2015). Effects of workload on academic performance among working students in an undergraduate engineering program. *Procedia Manufacturing*, 3, 3360-3367.
- 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), 438-444.

- Mundir, A. (2016). Strategi Pemasaran Jasa Pendidikan Madrasah. *Malia*, 7(1), 27–40.
- Munir Sahibul. 2008. Uji Validitas dan Reliabilitas Suatu Konstruk Atau Konsep. Jakarta: Fakultas Ekonomi Universitas Mercu Buana.
- Nina, N., Kalesaran, A. F., & Langi, F. L. F. G. (2018). Hubungan antara aktivitas fisik dengan kualitas tidur pada Masyarakat pesisir Kota Manado. *KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi*, 7(4).
- NIOSH. *Musculoskeletal Disorder and Workplace Factors, A Critical Review of Epidemiologic Evidence for Work-Related MSDs of the Neck, Upper Extremity and Low Back*. US Department of Health and Human Service; 2010.
- Nur, Mohammad. 1987. Teori Tes. Surabaya: IKIP Surabaya.
- Potter, P.A., & Perry, A.G. (2005). Buku ajar fundamental keperawatan: Konsep, proses dan praktis. (Renata Komalasari, et al, Penerjemah). Ed.ke-4. Jakarta: EGC.
- Possttemir, P. A. PA 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktis. 4th edn. Edited by Renata Komalasari. Jakarta: EGC.*
- Purnomo, R. A. (2017). Menulis penelitian.
- Purwanto, S. (2008). Mengatasi insomnia dengan terapi relaksasi.
- Putri, A. D. (2017). Hubungan kualitas tidur dengan nilai akademik mahasiswa akademi kebidanan alifah padang. *JIK JURNAL ILMU KESEHATAN*, 1(1), 22-26.
- Putri, N. A., & Sandria, F. (2023). BEBAN KERJA DAN STRES KERJA MEMPENGARUHI KINERJA ANGGOTA KEPOLISIAN PADA SATUAN LALU LINTAS POLRES ACEH BARAT. *Journal of Management Science and Bussines Review*, 1(2), 45-65.
- Putri, B. V. F. M., Amalia, E., & Sari, D. P. (2021). Hubungan antara Burnout dan kualitas tidur dengan prestasi akademik mahasiswa kedokteran universitas Mataram. *Prosiding Saintek*, 3, 282-292.
- Putri, U. L., & Handayani, N. U. (2017). Analisis beban kerja mental dengan metode NASA TLX pada departemen logistik PT ABC. *Industrial Engineering Online Journal*, 6(2).

- Renau, M. A., Fernandez, A. D., Valls, R. M., Maldonado, A. S., & Urdiales, D. M. (2019). The effect of sleep quality on academic performance is mediated by Internet use time: DADOS study. *Jornal de Pediatria*.
- Riduwan. 2005. Belajar Mudah Penelitian Untuk Guru, Karyawan dan Peneliti Pemula, Bandung: Alfabeta.
- Setyawati, L. M. (2007). Promosi kesehatan dan keselamatan kerja. Pelatihan Para Medis Seluruh Jawa Tengah, RSUD Soeradji Klaten. Jawa tengah.
- Sidabutar, M. (2020). Pengaruh motivasi belajar terhadap prestasi akademik mahasiswa. *Epistema*, 1(2), 117-125.
- Silva, M., Chaves, C., Duarte, J., Amaral, O., & Ferreira, M. (2016). Sleep Quality Determinans Among Nursing Students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*.
- Simanoah, K. H., Muniroh, L., & Rifqi, M. A. (2022). Hubungan antara Durasi Tidur, Tingkat Stres dan Asupan Energi dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada Mahasiswa Baru 2020/2021 FKM UNAIR. *Media Gizi Kesmas*, 11(1), 218-224.
- Smyth, Carole. 2012. The Pittsburgh sleep quality index. <http://www.mednursing.net>. Diakses pada 18 November 2023 pada pukul 13.33.
- Sugiyono. 2006. Statistika untuk Penelitian. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2009. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&B. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2012. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&B. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2017. Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif, dan R&B. Bandung: Alfabeta.
- Sulistia, T., Djamahir, R., & Rahayu, S. (2018). Hubungan Kualitas Tidur Dan Aktivitas Fisik Dengan Hasil Belajar Kognitif Sistem Koordinasi Manusia. *Jurnal Penelitian Pendidikan Biologi*, 2(2), 113–120.
- Sumadi, S. (1998). Psikologi pendidikan. *Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada*.
- Sutalaksana. Teknik Tata Cara Kerja, Laboratorium Tata Cara Kerja dan ergonomi. Bandung: Departemen Teknik Industri ITB; 2006.

- Trisnawati, Elly. 2012. Kualitas Tidur, Status Gizi dan Kelelahan Kerja pada Pekerja Wanita dengan Peran Ganda. Prosiding Seminar Nasional Kesehatan Jurusan Kesehatan Masyarakat FKIK UNSOED Purwokerto, 31 Maret 2012.
- Udayana, J. P. (2019). Hubungan kontrol diri, beban kerja dan dukungan sosial teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja part time.
- Ulimudiin, B. A. (2011). Hubungan Tingkat Stress Dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Diponegoro. *Jurnal: Fakultas Kedokteran Diponegoro*.
- Ulum, M. (2016). Buku uji validitas dan uji reliabilitas. Malang: Stikes.
- Walpole, R. E., Myers, R. H., Myers, S. L., & Ye, K. (1993). *Probability and statistics for engineers and scientists* (Vol. 5). New York: Macmillan.
- Wang, F., & Biro, E. (2021). Determinants of sleep quality in collage students: A literature review . *Explore*.
- Wicaksono, D. W., Yusuf, A., & Widyawati, I. Y. (2013). Faktor dominan yang berhubungan dengan kualitas tidur pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga. *Critical Medical and Surgical Nursing Journal*, 1(2), 92-101.
- Widikusyanto, M. J., & Hidayah, A. A. (2019). Persaingan Industri Jasa Pendidikan Tinggi: Mengukur dan Meningkatkan Kualitas untuk Menciptakan Keunggulan Bersaing. *Sains: Jurnal Manajemen dan Bisnis*, 11(2), 200-217.
- Widiyanto, J. (2010). SPSS For Windows untuk analisis data statistik dan penelitian. Surakarta: Bp-Fkip Ums, 51.
- Zhang, S., Zhang, N., Wang, S., Hong, J., Li, F., Guo, H., . . . Wu, W. (2023). Circadian rhythms and sleep quality among undergraduate students in China: The mediating role of health-promoting lifestyle behaviours . *Journal of Affective Disorders* .
- Zhu, X., Zheng, T., Ding, L., & Zhang, X. (2023). Exploring associations between eHealth literacy, cyberchondria, online health information seeking and sleep quality among university students: A cross-section study. *Heliyon*.

Zou, P., Wang, X., Sun, L., Liu, K., Hou, G., Yang, W., . . . Chen, Q. (2020). Poorer sleep quality correlated with mental health problems in college students: A longitudinal observation study among 686 males. *Journal of Psychosomatic Research*.

Muhamad Abila Fikri, 2024

**PENGARUH BEBAN KERJA DAN KUALITAS TIDUR TERHADAP PERFORMANSI AKADEMIK
PADA MAHASISWA UPN "VETERAN" JAKARTA**

UPN "Veteran" Jakarta, Fakultas Teknik, Program Studi Teknik Industri
[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]