

DAFTAR PUSTAKA

- Alotaibi, A. D., Alosaimi, F. M., Alajlan, A. A., & Bin Abdulrahman, K. A. (2020). The relationship between sleep quality, stress, and academic performance among medical students. *Journal of Family & Community Medicine*, 27(1), 23–28. https://doi.org/10.4103/jfcm.JFCM_132_19
- Amelia, R., Harsa, R., & Siana, Y. (2022). Hubungan Kualitas Tidur Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Kedokteran Universitas Baituorrhmah. *Maret*, 28(1).
- Anggraeny, D., Mayasari, S., & Pratama, M. J. (2019). *Identifikasi Stressor Akademik pada Mahasiswa Tahun Kedua Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan*.
- APA. (2018). *3 Types of Stress*.
- APA. (2019). *Stress Relief Is Within Reach*.
- Arjanto, P. (2022). Uji Reliabilitas dan Validitas Depression Anxiety Stress Scales 21 (DASS-21) pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 7(1), 60. <https://doi.org/10.24176/perseptual.v7i1.6196>
- Beaufort, I. N., De Weert-Van Oene, G. H., Buwalda, V. A. J., De Leeuw, J. R. J., & Goudriaan, A. E. (2017). The Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21) as a Screener for Depression in Substance Use Disorder Inpatients: A Pilot Study. *European Addiction Research*, 23(5), 260–268. <https://doi.org/10.1159/000485182>
- Clariska, W. (2020). Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. In *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia* (Vol. 1, Issue 2). <https://www.onlinejournal.unja.ac.id/JINI>
- Dani Feriyanto, D., Sulistyani, S., Ichsan, B., Herawati Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta, E., Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta Koresponden, D., & Dani Feriyanto Alamat, D. (2021). *Hubungan Tingkat Stres Terhadap Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa Fakultas Kedokteran*.
- Dharma, M. F. A., Pariartha, I. M., & Ekayani, N. W. D. (2024). Hubungan Kualitas Tidur dengan Tingkat Prestasi Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa. *Aesculapius Medical Journal* /, 4(1).

- Faruqhy, M. N., Andreswari, D., & Sari, J. P. (2021a). Prediksi Prestasi Nilai Akademik Mahasiswa Berdasarkan Jalur Masuk Perguruan Tinggi Menggunakan Metode Multiple Linear Regression (Studi Kasus: Fakultas Teknik Universitas Bengkulu). *Rekursif: Jurnal Informatika*, 9(2), 172–183. <https://doi.org/10.33369/rekursif.v9i2.17108>
- Faruqhy, M. N., Andreswari, D., & Sari, J. P. (2021b). Prediksi Prestasi Nilai Akademik Mahasiswa Berdasarkan Jalur Masuk Perguruan Tinggi Menggunakan Metode Multiple Linear Regression (Studi Kasus: Fakultas Teknik Universitas Bengkulu). *Rekursif: Jurnal Informatika*, 9(2), 172–183. <https://doi.org/10.33369/rekursif.v9i2.17108>
- Fenny, & Supriatmo. (2016). Hubungan Kualitas dan Kuantitas Tidur dengan Prestasi Belajar pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran. In *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia* (Vol. 5, Issue 3).
- Fink, G. (2016). Stress, Definitions, Mechanisms, and Effects Outlined: Lessons from Anxiety. In *Stress: Concepts, Cognition, Emotion, and Behavior: Handbook of Stress* (pp. 3–11). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-800951-2.00001-7>
- Gamayanti, W., Mahardianisa, M., & Syafei, I. (2018). Self Disclosure dan Tingkat Stres pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi. *Psychathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 115–130. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.2282>
- Ginata, A. J., Astuti, R. D. I., & Hartati, J. (2023). Tingkat Stres Berdasarkan Jenis Stresor Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Tahap Akademik Fakultas Kedokteran Unisba. *Jurnal Riset Kedokteran*, 25–30. <https://doi.org/10.29313/jrk.vi.1915>
- Gupta, S., Bhardwaj, A., Nadda, A., Gill, A., Mittal, A., & Gupta, S. (2020). A comparative study of sleep quality in different phases of the medical course: A study from Haryana (North India). *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 9(4), 2006. https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_1137_19
- Gupta, S., Prithviraj, M., Gangwar, A., & Rath, R. S. (2023). Impact of Sleep Duration, Quality, and Chronotype on Learning and Academic Performance: A Cross-Sectional Study Among First Year Medical Students of a Tertiary Care Institute. *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.50413>
- Guyton, A. C., & Hall, J. E. (2016). *Guyton And Hall Textbook Of Medical Physiology*. In Elsevier (Vol. 13).

- Hadi, M. F. S., & Tadjudin, N. S. (2023). Pengaruh Stres terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2021. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4.
- Harahap, M., Sulardiono, B., Suprpto, D., Studi, P., Sumberdaya, M., Departemen, P., Akuatik, S., Perikanan, F., Kelautan, I., Diponegoro, U., Soedharto, J., & Tengah-50275, J. (2018). MANAGEMENT OF AQUATIC RESOURCES Website: <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/maquares>. In *JOURNAL OF MAQUARES* (Vol. 7, Issue 3). <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/maquares>
- Helmahani, M. A., & Biromo, A. R. (2022). Hubungan Tingkat Stres dengan Hasil Belajar Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2017. In *EBERS PAPYRUS* (Vol. 28, Issue 2).
- Hidayati¹, L. N., & Harsono², D. M. (2021). Tinjauan Literatur Mengenai Stres Dalam Organisasi. In *Jurnal Ilmu Manajemen* (Vol. 18).
- Hulwani, N., & Desreza, N. (2022). Hubungan Stres Akademik dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Tingkat Akhir di Universitas Abulyatama Tahun 2022. In *Journal of Healthcare Technology and Medicine* (Vol. 8, Issue 2).
- Ifdil, I., Syahputra, Y., Fadli, R. P., Zola, N., Putri, Y. E., Amalianita, B., Rangka, I. B., Suranta, K., Zatrachadi, M. F., Sugara, G. S., Situmorang, D. D. B., & Fitria, L. (2022). The depression anxiety stress scales (DASS-21): an Indonesian validation measure of the depression anxiety stress. *COUNS-EDU: The International Journal of Counseling and Education*, 5(4), 205–215. <https://doi.org/10.23916/0020200536840>
- Ismail, N., Kunci, K., Tidur, K., & Akademik, P. (2024). Hubungan antara Kualiti Tidur dengan Prestasi Akademik Pelajar (Relationship between Sleep Quality and Students' Academic Performance). *Asian Journal of Research in Education and Social Sciences*, 6(4), 174–187. <https://doi.org/10.55057/ajress.2024.6.4.17>
- Jalali, R., Khazaei, H., Khaledi Paveh, B., Hayrani, Z., & Menati, L. (2020). The effect of sleep quality on students' academic achievement. *Advances in Medical Education and Practice*, 11, 497–502. <https://doi.org/10.2147/AMEP.S261525>
- Lisiswanti, R., Saputra, O., Indah Sari, M., & Hana Zafirah, N. (2019). Hubungan Antara Kualitas Tidur terhadap Hasil Belajar Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. In *J Agromedicine /Volume* (Vol. 6).

- Lohitashwa, R., Kadli, N., Kisan, R., A, S., & Deshpande, D. (2015). Effect of stress on sleep quality in young adult medical students: a cross sectional study. *International Journal of Research in Medical Sciences*, 3519–3523. <https://doi.org/10.18203/2320-6012.ijrms20151391>
- Musradinur. (2016). Stres dan Cara Mengatasinya dalam Perspektif Psikologi. *Jurnal Edukasi*, 2.
- Muttaqin, D., & Ripa, S. (2021). *Psychometric properties of the Indonesian version of the Depression Anxiety Stress Scale: Factor structure, reliability, gender, and age measurement invariance*.
- Nasution, M. P. R. (2016a). *Gambaran Kualitas Tidur Pada Siswa/Siswi SMAN 7 Medan [Universitas Sumatera Utara]*.
- Nasution, M. P. R. (2016b). *Gambaran Kualitas Tidur Pada Siswa/Siswi SMAN 7 Medan [Universitas Sumatera Utara]*.
- Notoatmodjo, S. (2018a). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2018b). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Paceli, V., Levina, E., Setianingrum, S., Telussa, A. S., & Listyawati Nurina, R. (2022). Hubungan Kualitas Tidur dengan Konsentrasi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. In *Hubungan Kualitas Tidur Dengan Konsentrasi Cendana Medical Journal*. Edisi (Vol. 24, Issue 2).
- Putri, B. V. F. M., Amalia, E., & Sari, D. P. (2021). Hubungan antara Burnout dan Kualitas Tidur dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Kedokteran Universitas Mataram. *LPPM Universitas Mataram*, 3.
- Raditya, Nurikhwan, P. W., Dwi Sanyoto, D., Bakhriansyah, M., & Limantara, S. (2023). *Hubungan Tingkat Stres Terhadap Nilai Ujian Blok Mahasiswa PSKPS FK ULM*.
- Rahmawati, M. N., Rohaedi, S., & Sumartini, S. (2019). Tingkat Stres Dan Indikator Stres Pada Remaja Yang Melakukan Pernikahan Dini. *JURNAL PENDIDIKAN KEPERAWATAN INDONESIA*, 5(1). <https://doi.org/10.17509/jpki.v5i1.11180>
- Ratnaningtyas, T. O., & Fitriani, D. (2020). Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. In *Edu Masda Journal* (Vol. 4, Issue 1). <http://openjournal.masda.ac.id/index.php/edumasda>

- Ratnasari, C. D. , & H. E. (2016). *Gambaran Kualitas Tidur Pada Komunitas Game Online Mahasiswa Teknik Elektro Universitas Diponegoro (Doctoral Dissertation, Diponegoro University)*.
- Ratnasari, C. D., & Hartati, E. (2016). *Gambaran Kualitas Tidur Pada Komunitas Game Online Mahasiswa Teknik Elektro Universitas Diponegoro (Doctoral Dissertation, Diponegoro University)*.
- Ridha, N. (2017). Proses Penelitian, Masalah, Variabel, dan Paradigma Penelitian. *Jurnal Hikmah, 14*.
- Rifai, C. F., Utami, D., & Farich, A. (2020). Kualitas Tidur dan Kestabilan Emosi dengan Hasil Prestasi Belajar pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran. *Juni, 9(1)*, 72–77. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.223>
- Rundo, J. V., & Downey, R. (2019). *Polysomnography* (pp. 381–392). <https://doi.org/10.1016/B978-0-444-64032-1.00025-4>
- Santoso, A. (2023). Rumus Slovin: Panacea Masalah Ukuran Sampel? *Jurnal Psikologi Universitas Sanata Dharma, 4*.
- Sarfriyanda, J., Karim, D., & Dewi, A. P. (2015). Hubungan Antara Kualitas Tidur Dan Kuantitas Tidur dengan Prestasi Belajar Mahasiswa. In *JOM* (Vol. 2, Issue 2).
- Seto, S. B., Wondo, M. T. S., & Mei, M. F. (2020). Hubungan Motivasi Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Dalam Menulis Tugas Akhir (Skripsi). *Jurnal Basicedu, 4(3)*, 733–739. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v4i3.431>
- Stich, F. M., Huwiler, S., D’hulst, G., & Lustenberger, C. (2022). The Potential Role of Sleep in Promoting a Healthy Body Composition: Underlying Mechanisms Determining Muscle, Fat, and Bone Mass and Their Association with Sleep. In *Neuroendocrinology* (Vol. 112, Issue 7, pp. 673–701). S. Karger AG. <https://doi.org/10.1159/000518691>
- Sugiarti, M., Prijatmoko, D., & Sulistiyani, S. (2024a). Pengaruh Asupan Vitamin terhadap Indeks Prestasi Semester (IPS) Mahasiswa Angkatan 2019 Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Jember. *STOMATOGNATIC - Jurnal Kedokteran Gigi, 21(1)*, 19. <https://doi.org/10.19184/stoma.v21i1.47329>
- Sugiarti, M., Prijatmoko, D., & Sulistiyani, S. (2024b). Pengaruh Asupan Vitamin terhadap Indeks Prestasi Semester (IPS) Mahasiswa Angkatan 2019 Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Jember. *STOMATOGNATIC - Jurnal Kedokteran Gigi, 21(1)*, 19. <https://doi.org/10.19184/stoma.v21i1.47329>

- Suhartaty, L. B., Dewi, N. T. N. A. A., Wibawa, A., & Winaya, N. M. I. (2021). *HUBUNGAN LAMA DURASI PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN KUALITAS TIDUR PADA USIA 19-22 TAHUN*. 9(1), 28–33.
- 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).
- Surbakti, Y. A. (2019). *Hubungan Antara Kualitas Tidur dengan Atensi pada Mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen*.
- Susilo, U., & Arifin, M. (2020). Analisis Hubungan Indeks Prestasi Semester Dan Indeks Prestasi Kumulatif Dengan Prestasi Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Kediri. *Jurnal Riset Bisnis Dan Ekonomi*, 1. <http://ojs.unik-kediri.ac.id/index.php/jimek>
- Thasya Nur Oktaviona, Herlina, & Sari, T. H. (2023). Faktor yang Memengaruhi Tingkat Stres pada Mahasiswa Akhir. *Jurnal Keperawatan Tropis Papua*, 6(1), 26–32. <https://doi.org/10.47539/jktp.v6i1.344>
- Titi, L., Fakultas, H., Kesehatan, I., & Muhammadiyah Jember, U. (2018a). *KAJIAN ETIK PENELITIAN DALAM BIDANG KESEHATAN DENGAN MELIBATKAN MANUSIA SEBAGAI SUBYEK*. 10(1), 2087–5053.
- Titi, L., Fakultas, H., Kesehatan, I., & Muhammadiyah Jember, U. (2018b). *Kajian Etik Penelitian Dalam Bidang Kesehatan Dengan Melibatkan Manusia Sebagai Subyek*. 10(1), 2087–5053.
- Ulfah. (2023). *Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir*.
- Valladares-Garrido, D., Quiroga-Castañeda, P. P., Berrios-Villegas, I., Zila-Velasque, J. P., Anchay-Zuloeta, C., Chumán-Sánchez, M., Vera-Ponce, V. J., Pereira-Victorio, C. J., Failoc-Rojas, V. E., Díaz-Vélez, C., & Valladares-Garrido, M. J. (2023). Depression, anxiety, and stress in medical students in Peru: a cross-sectional study. *Frontiers in Psychiatry*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1268872>
- Wahjono, S. I. (2022). *Stres dan Perubahan*.
- Wichniak, A., Wierzbicka, A., Wałęcka, M., & Jernajczyk, W. (2017). Effects of Antidepressants on Sleep. In *Current Psychiatry Reports* (Vol. 19, Issue 9). Current Medicine Group LLC 1. <https://doi.org/10.1007/s11920-017-0816-4>

- Widhiyanti, K. A. T., Ariawati, N. W., & Rusitayanti N.W. Ari. (n.d.). *Pemberian BACK MASSAGE Durasi 60 menit dan 30 menit Meningkatkan Kualitas Tidur pada Mahasiswa VI A Penjaskesrek FPOK IKIP PGRI Bali Semester Genap Tahun 2016/2017*.
- Yekti, R., & Rambe, R. (2021). *Hubungan Kualitas Tidur Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Angkatan 2017 Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia*.
- Yunita, R., Isnawati, I. A., & Addiarto, W. (2020). *Buku Ajar Psikoterapi Self Help Group Pada Keluarga Pasien Skizofrenia*. Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia.
- Yusuf, N. M., & Yusuf, J. M. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik. *Psyche 165 Journal*, 235–239.
<https://doi.org/10.35134/jpsy165.v13i2.84>
- Zuhara, I., Muflikhati, I., & Krisnatuti, D. (2017). Stressor, Social Support, Coping Strategy, Stress, and Life Satisfaction of Married Woman Student. In *Journal of Family Sciences E* (Vol. 02, Issue 1). www.iwpr.org