

DAFTAR PUSTAKA

- Aspuah, S. (2013). *Kumpulan Kuesioner Instrumen*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Atkins, S. (2014). *Langkah Pertama Melalui Insomnia*. Jakarta: Libri.
- Ayu Putri Ariani. (2014). *Aplikasi Metodologi Penelitian Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Candra, D. P. (2013). Diagnosis dan Penanganan Insomnia Kronik. *E-Journal Medika Udayana*, 2.
- Donsu, J. D. T. (2017). *Psikologi Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Gunanthi, N. M. W. M., & Diniari, N. K. S. (2016). prevalensi dan gambaran gangguan tidur berdasarkan karakteristik mahasiswa semester 1 program studi pendidikan dokter. *E-Journal Medika*, 5.
- Hapsari, A., & Kurniawan, A. (2019). *Efektivitas Cognitive Behavior Therapy (CBT) Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Penderita Gejala Insomnia Usia Dewasa Awal*. 12.
- Hidayat, A. A., & Uliyah, M. (2015). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hurlock, E. B. (2018). *Psikologi Perkembangan* (5th ed.). Jakarta: ERLANGGA.
- Kanisius. (2009). *bebas stres*. Yogyakarta: KANISIUS (Anggota IKAPI).
- Kaur, H., & Bhoday. (2017). Changing Adolescent Sleep Patterns: Factor Affecting them and the Related Problem. *Journal of The Association of Physicians of India*.
- Kozier. (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Martini, S. (2018). Pola tidur yang buruk meningkatkan risiko hipertensi. *MKMI*, 14.
- Muhith, A., & Siyoto, S. (2016). *Pendidikan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: ANDI.
- Mumpuni, Y., & Wulandari, A. (2010). *Cara Jitu Mengatasi Stres*. Yogyakarta: ANDI.
- Nasir, A., & Muhith, A. (2011). *dasar-dasar keperawatan jiwa: pengantar dan teori*. Jakarta: Salemba Medika.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Nurdin, M. A., Arsin, A. A., & Thaha, R. mochtar. (2018). *Kualitas Hidup Penderita*

- Insomnia Pada Mahasiswa. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 14.
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Potter, P., & Anne Griffin Perry. (2010). *Fundamental Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Prasadja, A. (2009). *Ayo Bangun*. Jakarta: Hikmah.
- Priyoto. (2014). *Konsep Manajemen Stress*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Purnomo, R. A. (2017). *Analisis Statistik Ekonomi dan Bisnis Dengan SPSS*. Ponorogo: CV. WADE GROUP.
- Ramadhani, A. H., & Hendrati, L. Y. (2019). Hubungan Jenis Kelamin Dengan Tingkat Stres Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*.
- Saam, Z., & Wahyuni, S. (2014). *Psikologi Keperawatan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Setiadi. (2013). *Konsep dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif*. Bandung: ALFA BETA.
- Sulistiyani, C. (2012). Beberapa Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1.
- Susilo, Y., & Wulandari, A. (2011). *Cara Jitu mengatasi Insomnia*. Yogyakarta: ANDI.
- Swarjana, I. K. (2016). *Statistik Kesehatan*. Yogyakarta: ANDI.
- Tarwoto, & Wartona. (2010). *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Tarwoto, & Wartona. (2015). *Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta: Salemba Medika.
- Wicaksono, D. W. (2012). Analisis Faktor Dominan Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga. *Nursing Journal*.
- Wijayaningsih, kartika sari. (2014). *Psikologi keperawatan*. Jakarta: Trans Info Media.
- Wulandari, Eka, F., Hadiati, T., & Widodo. (2017). Hubungan Antara Tingkat Stress Dengan Tingkat Insomnia. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 6.
- Yosep, I., & Sutini, T. (2016). *keperawatan jiwa*. Bandung: PT Refika Aditama.