

DAFTAR PUSTAKA

- Achroni, K., 2014, "Recharge Your Spirit," Trans Idea Publishing, Yogyakarta.
- Ali, M. & Asrori, M., 2015, *Psikologi Remaja : Perkembangan Peserta Didik*, PT Bumi Aksara, Jakarta.
- Barseli, M., Ifdil, & Nikmarijal. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5(3), 143-148.
- Baso, M dkk. (2018) Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Di Sma Negeri 9 Manado. *Jurnal Kesmas*: Vol 7, No 5, 2018.
- Beck SL dkk. (2014). Psychometric evaluation of the Pittsburgh sleep quality index in cancer patients.
- Billings, M. E., Hale, L., & Johnson, D. A. (2020). Physical and Social Environment Relationship With Sleep Health and Disorders. *Chest*, 157(5), 1304–1312. <https://doi.org/10.1016/j.chest.2019.12.002>
- Journal of Pain and Symptom Management, 27 (2), 140-148.
- Brinkman, J.E., Reddy, V. & Sharma, S., 2023, "Physiology of Sleep," *StatPearls Publishing*.
- Buysse Charles F Reynolds Ill, D.J., Monk, T.H., Berman, S.R. & Kupfer, D.J., no date, *The Pittsburgh Sleep Quality Index: A New Instrument for Psychiatric Practice and Research*, vol. 28.
- Desmita, D. (2009). Psikologi perkembangan peserta didik. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Dewi S.R (2014) Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Yogyakarta: Deepublish.
- Faridah, Umi dkk, (2021). Hubungan Kebiasaan Mengonsumsi Kopi Dengan Gejala Gangguan Tidur Pada Lansia Di Desa Tempuran Demak 2018. *University Research Colloquium*: 2021.
- Firstika dkk, (2020). Hubungan Stres Akademik Dengan Sistem Perkuliahan Jarak Jauh Berbasis Online Terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa Tahun Pertama. *JOM Fkp*: Vol 7, No, 2, Desember 2020.

- Fatima, Y., Doi, S. A. R., Najman, J. M., & Mamun, A. A. (2016). Exploring Gender Difference in Sleep Quality of Young Adults: Findings from a Large Population Study. *Clinical Medicine & Research*, 14(3-4), 138–144.
<https://doi.org/10.3121/cmr.2016.1338>
- Hall, E.J., 2011, *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*, 12th edn., Elsevier, Philadelphia.
- Halsen. (2019). Sleep Monitoring in Athletes: Motivation, Methods, Miscalculations, and Why it Matters.
Sports Medicine: 2019.
- Istiqomah. (2020). Peningkatan Trend Screentime selama Pandemi Covid 19 dan Efeknya pada Perilaku Anak. PROFESI (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian: Vol.18, No.20, 2020.
- Jepisa, Tomi. (2020). Karakteristik, Tingkat Depresi, dan Faktor Lingkungan Fisik Dengan Kualitas Tidur Lansia Yang Tinggal Di PSTW Prov Sumbar. *Jurnal Ilmu Kesehatan*: Vol.4, No.2, 2020.
- Kadita dan Wijayanti. 2017. Hubungan Konsumsi Kopi Dan *Screen-time* Dengan Lama Tidur Dan Status Gizi Pada Dewasa. *Journal of Nutrition College*: Vol,6, No.4, 2017.
- Kementerian Kesehatan. (2018). Aktivitas Fisik. P2PTM Kemenkes RI: 2018.
- Made, N., Sukmawati, H., Gede, I. & Putra, S.W., no date, “RELIABILITAS KUSIONER PITTSBURGH SLEEP QUALITY INDEX (PSQI) VERSI BAHASA INDONESIA DALAM MENGUKUR KUALITAS TIDUR LANSIA.”
- Maisa, E. (2021). Hubungan Stres Akademik dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir Program Alih Jenjang. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(1), Februari 2021.
- M.Moran, A. and Everhart, D.E. (2012) 'Adolescent Sleep: Review of Characteristics, Consequences, and Intervention', *Journal of Sleep Disorders: Treatment & Care*. doi: 10.4172/2325-9639.1000104.
- Mushtaq Mu, Gull S, Abdullah HM, Shahid U, Shad MA, Akram J. Prevalence and Socioeconomic correlates of overweight and obesity among Pakistani primary

- school children. *BMC Public Health*. 2011;11(October).
- Philbrook, L. E., & El-Sheikh, M. (2016). Associations between neighborhood context, physical activity, and sleep in adolescents. *Sleep Health*, 2(3), 205–210. <https://doi.org/10.1016/j.sleh.2016.05.008>
- Potter & Perry, 2005, *Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses, dan Praktik*, 4th edn., vol. 1, EGC, Jakarta.
- Potter & Perry. (2012). *Fundamental Keperawatan*. Salemba Medika: 2012.
- Pramuditha, Sofia Rahma, and Siti Rahayu Nadhiroh. 2017. "Gambaran Aktivitas Sedentari Dan Tingkat Kecukupan Gizi Pada Remaja Gizi Lebih dan Gizi Normal" *Media Gizi Indonesia* 12(1):1-6.
- Reza, R.R. & Budiarto, A., 2019, "Fungsi Tidur dalam Manajemen Kesehatan," *Medical Journal of Lampung University*, 8(2), 247–253.
- Rocio dkk. (2015). The Pittsburgh Sleep Quality Index: Validity and factor structure in young people. *Psychological Assesment*: Vol. 27, No.4, 2015.
- Rohmah, dkk. (2020). Determinan Kualitas Tidur Pada Santri di Pondok Pesantren. *HIGEA*: 4(3).
- Rusmiyati. (2015). Pengaruh Penggunaan Lampu Pada Saat Tidur Terhadap Kualitas Tidur Remaja Di Madrasah Aliyah Negeri 2 Pontianak. *Jurnal Proners*: Vol. 3, No.1, 2015.
- Safarzade, S. & Tohidinik, H., 2019, "The sleep quality and prevalence of sleep disorders in adolescents," *Journal of Research and Health*, 9(6), 471–479.
- Suharjana. (2013). *Kebugaran Jasmani*. Yogyakarta: Jogja Global Media.
- Sukmawati dkk. (2019). Reliabilitas Kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) Versi Bahasa Indonesia dalam Mengukur Kualitas Tidur Pada Lansia. *WICAKSANA*: Vol 3, No 2, 2019.
- Sulistiyani. (2012) Beberapa Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Pada Pelajar. *Jurnal Kesmas*: Vol. 5, No 1, April 2021.
- Synder dkk. (2018). A New Single-Item Sleep Quality Scale: Results of Psychometric Evaluation in Patients with Chronic Primary Insomnia and

- Depression. *Journal of Clinical Sleep Medicine*: Vol.14, No.11, 2018.
- Tarwoto, Wartonah & Lestari, P.P., 2006, *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan*, 3rd edn., Salemba Medika, Jakarta.
- Tasya, dkk. (2021). Perbandingan *Screen-time* Berdasarkan Kuantitas dan Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta pada Pandemi Corona Virus Disease-19. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*: Vol 21, No.2, 2021.
- Vandewater E, Shim M suk, Caplovitz A. Linking Obesity and Activity Level with Children's Television and Video Game Use. *J Adolesc.* 2004 Mar 1;27:71-85.
- Wattelez, Guillaume, Stephane Frayon, Corinne Caillaud, and Olivier Galy. 2021. "Physical Activity in Adolescent Living in Rural and Urban New Caledonia: The Role of Socioenvironmental Factors and the Association with Weight Status." *Frontiers in Public Health* 9 (August): 1-16.
- Windiani, I.G.A.T., Noviyani, N.M.R., Adnyana, I.G.A.N.S., Murti, N.L.S.P. & Soetjningsih, S., 2021, "Prevalence of sleep disorders in adolescents and its relation with screen time during the COVID-19 pandemic era," *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9(B), 297–300.
- Yolanda, dkk. (2019). Hubungan Aktivitas Fisik, *Screen Based Activity and Sleep Hygiene* Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Usia 15-18 Tahun (Studi Pada Siswa Di Sma Negeri 1 Ungaran). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*: Vol. 7, No.1, 2019)