

DAFTAR PUSTAKA

- Angelica, H., & Tambunan, E. H. (2021). Stres Dan Koping Mahasiswa Keperawatan Selama Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 7(1), 28–34. <https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v7i1.508>
- APJII. (2019). Penetrasi & Perilaku Pengguna Internet Indonesia. *Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia*, 39. <https://apjii.or.id/survei2018s/download/TK5oJYBSyd8iqHA2eCh4FsGELm3ubj>
- Ariantini, fitria angun, & Hariyadi, S. (2018). Gangguan Insomnia Pada Mahasiswa Yang Menyusun Skripsi (Studi Kasus pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Universitas Negeri Semarang). *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah*, 4(3), 108–112.
- Asmadi. (2012). *Teknik Prosedural Keperawatan Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar*. Salemba Medika.
- Baso, M., Langi, F., & Sekeon, S. (2019). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Di Sma Negeri 9 Manado. *Kesmas*, 7(5), 5–10.
- Budyawati, N. P. L. W., Utami, D. K. I., & Widyadharma, I. P. E. (2019). Proposi dan Karakteristik Kualitas Tidur Buruk pada Guru-Guru Sekolah Menengah Atas Negeri di Denpasar. *E-Jurnal Medika*, 8(3), 1–7. <https://ocs.unud.ac.id/index.php/eum/article/view/49852>
- Bunga, D. N. F. H., Asyhari, T. T., & Indrawati, L. (2022). Hubungan Sleep Hygiene Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya 2021. *Jurnal Ayurveda Medistra*, 4(1), 34–37. <https://doi.org/10.51690/medistra-jurnal123.v4i1.56>
- Cahyono, H. (2019). peran mahasiswa di masyarakat. *ADLFI. Archéologie de La France - Informations*, 1(1), 32–43. <https://doi.org/10.4000/adlfi.2398>
- Cheng, S. H., Shih, C. C., Lee, I. H., Hou, Y. W., Chen, K. C., Chen, K. T., Yang, Y. K., & Yang, Y. C. (2012). A study on the sleep quality of incoming university students. *Psychiatry Research*, 197(3), 270–274. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2011.08.011>
- Damanik, R. N. (2019). Daya Tarik Pembelajaran Berbasis Blended Learning di Era Revolusi Industri 4.0. *Prosiding Seminar Nasional Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Medan*, 3, 803–809. <http://semnasfis.unimed.ac.id>
- Damayanti, A. F., & Samaria, D. (2021). Hubungan Stres Akademik Dan Kualitas Tidur Terhadap Sindrom Premenstruasi Selama Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi COVID-19. *Jkep*, 6(2), 184–209. <https://doi.org/10.32668/jkep.v6i2.627>
- Destari, M. R., Elmanora, & Hamiyati. (2022). Internet Parenting Sebagai Kontrol Dalam

- Penggunaan Internet Pada Remaja. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 9(01), 31–42. <https://doi.org/10.21009/jkkp.091.03>
- Handoko, & Waskito. (2018). *blended learning teori dan penerapannya* (cetakan pe). Lembaga Pengembangan Teknologi Informasi dan Komunikasi (LPTIK) Universitas Andalas.
- Hartaji, D. A. (2014). *Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa Yang Berkuliah Dengan*.
- Haryati, & Yunaningsi, siti patma. (2020). Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo. *Jurnal Surya Medika*, 5(2), 42–53. <https://doi.org/10.33084/jsm.v5i2.1290>
- Hutagalung, N. A., Marni, E., & Erianti, S. (2022). *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal) Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kualitas Tidur Pada Factor Affecting Sleep Quality In Nursing Students Level One Nursing Study Program Stikes Hang Tuah Pekanbaru*. 2, 77–89.
- 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>
- Kemendikbud Ristek. (2021). *Surat Edaran Penyelenggaraan Pembelajaran Tatap Muka Tahun Akademik 2021/2022*. 3–5. <https://dikti.kemdikbud.go.id/pengumuman/penyelenggaraan-pembelajaran-tatap-muka-tahun-akademik-2021-2022/>
- Kharisna, D., Deswinda, Guna, S. D., Febtrina, R., & Hafiza, N. (2021). Kualitas Tidur Siswa Selama Pembelajaran Daring di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Keprawatan BSI*, 9(2), 205–210. <http://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/index>
- Khasanah, K., & Hidayati, W. (2012). Kualitas Tidur Lansia Balai Rehabilitasi Sosial “MANDIRI ” Semarang. *Jurnal Nursing Studies*, 1(1), 189–196. <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jnursing>
- Kozier. (2010). *Buku Ajar Praktik Keperawatan Klinis* (Edisi 5). EGC.
- Nashori, F., & Wulandari, etik dwi. (2017). *psikologi tidur : dari kualitas tidur hingga insomnia* (cetakan 1). universitas Islam Indonesia.
- Nilifda, H., Nadjmir, N., & Hardisman, H. (2016). Hubungan Kualitas Tidur dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Angkatan 2010 FK Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(1), 243–249. <https://doi.org/10.25077/jka.v5i1.477>
- Novita, B., Rochmani, S., & Mulyani. (2019). Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Konsentrasi Belajar Siswa Mts Yabika Kabupaten Tangerang Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan*, 8(2), 33–41. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v8i2.138>

- Nuryanti, S. (2020). *Gambaran Tingkat Stress Mahasiswa Keperawatan Dalam Penerapan E-Learning Di Universitas Bhakti Kencana*.
- Ohayon, M., Wickwire, E. M., Hirshkowitz, M., Albert, S. M., Avidan, A., Daly, F. J., Dauvilliers, Y., Ferri, R., Fung, C., Gozal, D., Hazen, N., Krystal, A., Lichstein, K., Mallampalli, M., Plazzi, G., Rawding, R., Scheer, F. A., Somers, V., & Vitiello, M. V. (2017). National Sleep Foundation's sleep quality recommendations: first report. *Sleep Health*, 3(1), 6–19. <https://doi.org/10.1016/j.sleh.2016.11.006>
- Peltzer, K., & Pengpid, S. (2016). Sleep duration and health correlates among university students in 26 countries. *Psychology, Health and Medicine*, 21(2), 208–220. <https://doi.org/10.1080/13548506.2014.998687>
- Pitaloka, R. D., Utami, G. T., Novayelinda, R., Studi, P., Keperawatan, I., & Riau, U. (2015). *Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan*. 2(2).
- Pujianto, A., & Rahmanti, A. (2022). KEBUTUHAN ISTIRAHAT TIDUR PASIEN KRITIS. In darmawan edi Winoto (Ed.), *CV. EUREKA MEDIA AKSARA* (Pertama, Vol. 7, Issue 2). CV. EUREKA MEDIA AKSARA.
- Purnamasari, E., Hermawan, A., & Nurani, I. A. (2021). Hubungan Penggunaan Smartphone Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Keperawatan Di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tangerang. *Universitas Muhammadiyah Tangerang*, 6(1), 52–61.
- Puspitarini, D. (2022). Blended Learning sebagai Model Pembelajaran Abad 21. *Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru*, 7(1), 1–6. <https://doi.org/10.51169/ideguru.v7i1.307>
- Robert, joseph boland, Verduin, marcia L., Ruiz, P., Shah, A., & Sadock, benjamin j. (2022). *Kaplan & Sadock's synopsis of psychiatry* (W. Kluwer (ed.); TWELFTH ED). philadelphia.
- Rosdahl, C. B., & Kowalski, M. T. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Dasar (Textbook of basic nursing)* (eka anisa Mardella & D. Yulianti (eds.); 10th ed.). Buku Kedokteran EGC.
- Sanningtyas. (2013). Studi Kualitas Tidur Pegawai Institut Pertanian Bogor. *Bogor : Fakultas Matematika Dan Ilmu Pengetahuan Alam IPB*.
- Sarfriyanda, J., Karim, D., & Dewi, ari pristiana. (2015). *hubungan antara kualitas tidur dengan prestasi belajar mahasiswa*. 2(2), 2015.
- Selirowangi, nisa ul barokati. (2013). Pengembangan Pembelajaran Berbasis Blended Learning pada Mata Kuliah Pemrograman Komputer (Studi Kasus: UNISDA Lamongan). *Sisfo*, 4(5), 352–359. <https://doi.org/10.24089/j.sisfo.2013.09.006>
- Simanoah, ketut herlin, Muniroh, L., & Rifqi, mahmud aditya. (2022). *Hubungan Antara Durasi Tidur , Tingkat Stres dan Asupan Energi Dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) Pada Mahasiswa Baru 2020 / 2021 FKM UNAIR The Relationship Between Sleep*

Duration , Stressed Level and Energy Intake With Body Mass Index (BMI) Among New St. 2–6.

- Sudaryono. (2021). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Mix Method* (CETAKAN KE). PT. RAJAGRAFINDO PERSADA.
- Syifa, M., & Amelasasih, P. (2022). Jurnal Pendidikan dan Konseling. *Pendidikan Dan Konseling*, 4(2), 79. <https://core.ac.uk/download/pdf/322599509.pdf>
- Vaughans, B. W. (2013). *Keperawatan Dasar* (D. Hardjono (ed.); 1st ed.). Rapha Publishing.
- Wang, F., & Bíró, É. (2021). Determinants of sleep quality in college students: A literature review. *Explore*, 17(2), 170–177. <https://doi.org/10.1016/j.explore.2020.11.003>
- Widodo, A., & Nursaptini, N. (2020). Problematika Pembelajaran Daring dalam Perspektif Mahasiswa. *ELSE (Elementary School Education Journal) : Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Sekolah Dasar*, 4(2), 100. <https://doi.org/10.30651/else.v4i2.5340>
- Widuri, H. (2010). *kebutuhan dasar manusia (aspek mobilitas dan istirahat tidur)* (S. Riyadi (ed.); pertama). gosyen publishing.
- Wijoyo, H., Junita, A., Sunarsi, D., Kristianti, L. S., Santamoko, R., Handoko, A. L., Yonata, H., Haudi, Widiyanti, Ariyanto, A., Musnaini, Prasada, D., & Suherman. (2020). *Blended Learning Suatu Panduan* (cetakan pe). INSAN CENDEKIA MANDIRI.
- Yunizha, V. (2021). *Memahami Konsep Blended Learning dan Manfaatnya*. Ruang Kerja. <https://www.ruangkerja.id/blog/memahami-konsep-blended-learning-dan-manfaatnya>