

## DAFTAR PUSTAKA

- Adeleya, N. (2014). Analisis Insomnia. *Universitas Indonesia*, 34–36.
- Ahmad, Z., Maifita, Y., & Ameliati, S. (2020). Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa: a Literature Review. *Jurnal Menara Medika*, 3(1), 74–86. <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menaramedika/index>
- Alfianika. (2018). *Buku Ajar Metode Penelitian Pengajaran Bahasa Indonesia* (ke 1). Grup Penerbit CV BUDI UTAMA. <https://books.google.co.id/books?id=oNOGDwAAQBAJ&pg=PA97&dq=pengertian+populasi+penelitian&hl=id&sa=X&ved=2ahUKEwi41p3HirzvAhVq8HMBHT3DDFUQuwUwBnoECAGQBw#v=onepage&q=pengertian+populasi+penelitian&f=false>
- Ambarwati, R. (2017). Tidur, Irama Sirkadian dan Metabolisme Tubuh. *Jurnal Keperawatan*, X(1), 42–46. <http://www.litbang.kemkes.go.id:8080/handle/123456789/33428>
- Andiarna, F., Widayanti, L. P., Hidayati, I., & Agustina, E. (2020). Analisis Penggunaan Media Sosial Terhadap Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa. *PROFESI (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 17(2), 37–42.
- Black. (2013). *keperawatan medikal bedah* (ke 3). elsevier.
- Cahyono, A. S. (2016). Pengaruh media sosial terhadap perubahan sosial masyarakat di Indonesia. *Jurnal Ilmu Sosial & Ilmu Politik Diterbitkan Oleh Fakultas Ilmu Sosial & Politik, Universitas Tulungagung*, 9(1), 140–157. <http://www.jurnal-unita.org/index.php/publiciana/article/download/79/73>
- Candra, G. A. D. P., & Candra, G. A. D. P. (2013). Diagnosis and Management Chronic Insomnia. *E-Jurnal Medika Udayana*, 2(3), 344–350.
- Chumayroh, Putri, A. R., & Arifin, I. (2019). Faktor Penyebab Insomnia Pada Mahasiswa Teknik Elektronika Pens 2019 Dan Solusinya Dengan Gaya Hidup Sehat Dan Manajemen Waktu Insomnia Causes Factors In Pens 2019 Electronic Techniques Students And Its Solutions With HealthY Chumayroh, Ambarwati Rizkia. *Kesmas Indonesia*, 12(2), 84–94.
- Fernando, R., Hidayat, R., Studi, P., Keperawatan, S., Pahlawan, U., & Tambusai, T. (2020). Hubungan Lama Penggunaan Media Sosial Dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Tahun 2020. *Jurnal Ners*, 4(2), 83–89. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/>
- Fitria & Sugeng. (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.

- Gafur. (2015). *mahasiswa dan dinamika kampus* (ke 1). CV.Rasi Terbit.
- Ghodang. (2020). *Metodologi Penelitian Kuantitatif* (F. Ghodang (ed.); ke 1). PT. Penerbit Mitra Grup.  
[https://books.google.co.id/books?id=zD4CEAAAQBAJ&pg=PA16&dq=pengertian+variabel+bebas+independen&hl=id&sa=X&ved=2ahUKEwjvLXL6LvAhWNCn0KHS5AAOsQuwUwAHoECAYQBw#v=onepage&q=pengertian variabel bebas independen&f=false](https://books.google.co.id/books?id=zD4CEAAAQBAJ&pg=PA16&dq=pengertian+variabel+bebas+independen&hl=id&sa=X&ved=2ahUKEwjvLXL6LvAhWNCn0KHS5AAOsQuwUwAHoECAYQBw#v=onepage&q=pengertian%20variabel%20bebas%20independen&f=false)
- Hasnidar. (2020). *ilmu kesehatan masyarakat* (Alex rikki (ed.); ke 1). yayasan kita menulis.
- Hidayat, A. A. A. (2015). *Buku Ajar Kebutuhan Dasar Manusia* (H. B. Publishing (ed.); ke 1).  
[https://books.google.co.id/books?id=Hb8TEAAAQBAJ&pg=PA116&dq=tujuan+tidur&hl=id&sa=X&ved=2ahUKEwj-w93AgvDuAhWXyzgGHUR-C0cQ6AEwBXoECAYQAg#v=onepage&q=tujuan tidur&f=false](https://books.google.co.id/books?id=Hb8TEAAAQBAJ&pg=PA116&dq=tujuan+tidur&hl=id&sa=X&ved=2ahUKEwj-w93AgvDuAhWXyzgGHUR-C0cQ6AEwBXoECAYQAg#v=onepage&q=tujuan%20tidur&f=false)
- Imran. (2015). *Buku Modul Daftar Penyakit Kepaniteraan Klinik : SMF Neurologi* (Percetakan syiah kuala university press (ed.); ke 1).  
[https://books.google.co.id/books?id=-QrQDwAAQBAJ&pg=PA90&dq=insomnia+primer&hl=id&sa=X&ved=2ahUKEwjgs7e8-O\\_uAhUh7XMBHTcSATQQuwUwCHoECAkQCA#v=onepage&q=insomnia primer&f=false](https://books.google.co.id/books?id=-QrQDwAAQBAJ&pg=PA90&dq=insomnia+primer&hl=id&sa=X&ved=2ahUKEwjgs7e8-O_uAhUh7XMBHTcSATQQuwUwCHoECAkQCA#v=onepage&q=insomnia%20primer&f=false)
- Irmawaty, A. I. (2017). *Correlation Between Social Media Using Rate With Insomnia Incidence To Teenager Xi Grade on State*.
- Kartini. (2018). *Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Kejadian Insomnia Pada Remaja Di Smk Gunung Jati Tanjung Priok Jakarta Utara Tahun 2018*. 18(7), 1–12.
- KumparanTECH. (2020). *Riset penduduk indonesia yang memakai internet*. Kumparan.Com. <https://kumparan.com/kumparantech/riset-64-penduduk-indonesia-sudah-pakai-internet-1ssUCDbKILp/full>
- Maramis, F. R. R., Wowor, R., Kesehatan, F., Universitas, M., & Ratulangi, S. (2019). Hubungan Antara Penggunaan Media Sosial Dengan Kejadian Insomnia Pada Remaja Di Sma Advent Tanah Putih Media sosial merupakan sebuah istilah yang menggambarkan bermacam-macam teknologi yang digunakan untuk yang paling banyak diakses adalah Facebook dan T. *Jurnal KESMAS*, 8(3), 85–93.
- Martini, S., Roshifanni, S., & Marzela, F. (2018). Pola Tidur yang Buruk Meningkatkan Risiko Hipertensi. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 14(3), 297. <https://doi.org/10.30597/mkmi.v14i3.4181>

- Mulawarman, M., & Nurfitri, A. D. (2017). Perilaku Pengguna Media Sosial beserta Implikasinya Ditinjau dari Perspektif Psikologi Sosial Terapan. *Buletin Psikologi*, 25(1), 36–44. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.22759>
- N. Sayekti, L. H. (2015). Analisis Risiko Depresi, Tingkat Sleep Hygiene dan Penyakit Kronis dengan Kejadian Insomnia Pada Lansia. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 3(2), 181–193.
- Norfai. (2021). *Menulis karya ilmiah* (dhalia soetopo (ed.); ke 1). Lakeisha.
- Ovan. (2020). *CAMI: Aplikasi Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Berbasis Web* (ansari saleh ahmar (ed.); ke 1). yayasan ahmar cendekia indonesia. <https://books.google.co.id/books?id=mZgMEAAAQBAJ&pg=PA1&dq=instrumen+penelitian&hl=id&sa=X&ved=2ahUKEwiq6PK03MDvAhWL6XMBHYrtAo0QuwUwAXoECAyQCA#v=onepage&q=instrumen+penelitian&f=false>
- Pieter. (2011). *Pengantar Psikopatologi untuk Keperawatan* (ke 1). prenada media group. <https://books.google.co.id/books?id=5qRPDwAAQBAJ&pg=PA345&dq=pengertian+insomnia&hl=id&sa=X&ved=2ahUKEwjg37G8uu7uAhXNZSsKHAmHADgQuwUwBHoECAEQCQ#v=onepage&q=pengertian+insomnia&f=false>
- Purnawinadi, I. G., & Sali, S. (2020). Durasi Penggunaan Media Sosial Dan Insomnia Pada Remaja. *Klabat Journal of Nursing*, 2(1), 37. <https://doi.org/10.37771/kjn.v2i1.430>
- Purwanto, S. (2013). Mengatasi insomnia dengan terapi relaksasi. *Jurnal Kesehatan*, 1, 141–148.
- Reza, R. R., Berawi, K., Karima, N., & Budiarto, A. (2019). Fungsi Tidur dalam Manajemen Kesehatan. *Medical Journal Of Lampung University*, 8(2), 247–253. <https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/2479>
- Rianjani, E., Nugroho, H. A., & Astuti, R. (2016). Kejadian Insomnia Berdasarkan Karakteristik Dan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Panti Wredha Pucang Gading Semarang. *Jurnal Keperawatan*, 4(2), 194–209. <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=418665&val=434&title=>
- Rini. (2014). UPAYA MENGHASILKAN TENAGA PERAWAT BERKUALITAS Nursing Education : Effort to Produce Quality Nurses Personnel. *Pusat Pengkajian, Pengolahan Data Dan Informasi*, 1–10.
- Riyanto, S. (2020). *Metode Riset Penelitian Kuantitatif Penelitian Di Bidang Manajemen, Teknik, pendidikan dan eksperimen* (ali hasan zein (ed.)). Grup Penerbit Cv Budi Utama.

[https://books.google.co.id/books?id=W2vXDwAAQBAJ&pg=PA61&dq=pengertian+uji+validitas&hl=id&sa=X&ved=2ahUKEwjNq6ua5cDvAhUnxTgGHRInDfsQuwUwBnoECACQCA#v=onepage&q=pengertian\\_uji\\_validitas&f=false](https://books.google.co.id/books?id=W2vXDwAAQBAJ&pg=PA61&dq=pengertian+uji+validitas&hl=id&sa=X&ved=2ahUKEwjNq6ua5cDvAhUnxTgGHRInDfsQuwUwBnoECACQCA#v=onepage&q=pengertian_uji_validitas&f=false)

Rochanah. (2020). Peran Mahasiswa Pgmi Iain Kudus Sebagai Agent of Change Di Masa Pandemi Covid-19. *ELEMENTARY: Islamic Teacher Journal*, 8(2), 339. <https://doi.org/10.21043/elementary.v8i2.8094>

Setyosari, P. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan & Pengembangan* (rendy (ed.); ke 4). PRENADAMEDIA GROUP. [https://books.google.co.id/books?id=SnA-DwAAQBAJ&pg=PA145&dq=pengertian+hipotesis+penelitian&hl=id&sa=X&ved=2ahUKEwj7vaDL583vAhX0muYKHSxTA9oQuwUwA3oECAYQBw#v=onepage&q=pengertian\\_hipotesis\\_penelitian&f=false](https://books.google.co.id/books?id=SnA-DwAAQBAJ&pg=PA145&dq=pengertian+hipotesis+penelitian&hl=id&sa=X&ved=2ahUKEwj7vaDL583vAhX0muYKHSxTA9oQuwUwA3oECAYQBw#v=onepage&q=pengertian_hipotesis_penelitian&f=false)

Siti & Sylvana. (2020). Pendampingan Penggunaan Media Sosial Yang Cerdas Dan Bijak Berdasarkan Undang-Undang Informasi Dan Transaksi Elektronik. *Diseminasi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 34–46. <https://doi.org/10.33830/diseminasiabdimas.v2i1.754>

Supardi. (2016). Teori Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan*, 2012, 11–44.

Swarjana, K. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (M. Bendatu (ed.); ke 2). CV. ANDI OFFSET.

Syamsoedin, W., Bidjuni, H., & Wowiling, F. (2015). Hubungan Durasi Penggunaan Media Sosial Dengan Kejadian Insomnia Pada Remaja Di Sma Negeri 9 Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 3(1), 113617.