

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, I. M. (2016). *berapa jam begadang yang diperbolehkan*. Klikdokter.com.
<https://www.klikdokter.com/info-sehat/read/2697764/berapa-jam-begadang-yang-diperbolehkan>
- Azizah, S. H. (2026). Pola tidur mahasiswa di tengah kegiatan kuliah: kajian literatur. *Pandalungan: Jurnal Penelitian Pendidikan, Bimbingan, Konseling Dan Multikultural*, 4(1), 11–19.
- Buyse, D. J. (1989). The Pittsburgh Sleep Quality Index: a new instrument for psychiatric practice and research. *Psychiatry Research*, 28(2), 193–213.
- Carpenito, L. J. (2021). *Buku Saku Diagnosis Keperawatan*.
- Danti, T. N. (2021). Mengenal Dampak Yang Timbul Dari Kebiasaan begadang. *Universitas Airlangga*, 1–9. [https://ners.unair.ac.id/site/index.php/news-fkp-unair/30-lihat/1083-mengenal-dampak-yang-timbul-dari-kebiasaan-begadang#:~:text=Pengertian begadang menurut KBBI adalah,padahal dua hal ini berbeda](https://ners.unair.ac.id/site/index.php/news-fkp-unair/30-lihat/1083-mengenal-dampak-yang-timbul-dari-kebiasaan-begadang#:~:text=Pengertian%20begadang%20menurut%20KBBI%20adalah,padahal%20dua%20hal%20ini%20berbeda.).
- Guyton, A. C. & Hall, J. E. (2021). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*.
- Hutagalung, N., Marni, E., & Erianti, S. (2021). Factors Affecting Sleep Quality in First Year Students of Stikes Hang Tuah Nursing Study Program Pekanbaru. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal)*, 2(1), 77–89.

Kementerian Kesehatan RI. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. *Kemenkes*, 235.

Krupp, L. B., LaRocca, N. G., Muir-Nash, J., & Steinberg, A. D. (1989). The fatigue severity scale: Application to patients with multiple sclerosis and systemic lupus erythematosus. *Archives of Neurology*.

Lisnawati, I., Ningrum, D., & Nurhidayah, I. (2025). Hubungan Kualitas Tidur dan Aktivitas Fisik dengan Konsentrasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesia Health Scientific Journal, 10(2), 1–13.*

Liu, S., Xi, H. T., Zhu, Q. Q., Ji, M., Zhang, H., Yang, B. X., Bai, W., Cai, H., Zhao, Y. J., Chen, L., Ge, Z. M., Wang, Z., Han, L., Chen, P., Liu, S., Cheung, T., Hall, B. J., An, F. R., & Xiang, Y. T. (2021). The prevalence of fatigue among Chinese nursing students in post-COVID-19 era. *PeerJ*, 9, 1–14. <https://doi.org/10.7717/peerj.11154>

Madelu, R., Adam, M. W., Pakaya, A., Lapasatu, M., & Arsyandi, N. (2025). Dampak Kurang Tidur akibat Begadang terhadap Fungsi Kognitif dan Konsentrasi pada Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Dan Sastra Inggris*, 5(2), 93–101. <https://doi.org/10.55606/jupensi.v5i2.5160>

Oliveira, A. da S., Porto, L. A. M., Ibiapina, M. S., Tavares, K. I. S., da Rocha, L. S., Albuquerque, E. V. de A., Medeiros, L. de S., & Ximenes-Da-Silva, A. (2025). Poor sleep quality and daytime sleepiness in medical students: role of late bedtimes. *Revista Da Associacao Medica Brasileira*, 71(11), 1–6.

<https://doi.org/10.1590/1806-9282.20250630>

Potter, P. A., & Perry, A. G. (2017). *Potter and Perry's Fundamentals of Nursing: Second South Asia Edition - E-Book*. Elsevier India.

<https://books.google.co.id/books?id=X9HQDwAAQBAJ>

Rifa'i, A., Satiti, I., Sagala, I., & Setiabudhi, V. (2024). Validity and Reliability of the Fatigue Severity Scale in Patients with Chronic Kidney Disease on Dialysis in Indonesia. *Clinical and Research Journal in Internal Medicine*, 5(2), 140–143. <https://doi.org/10.21776/ub.crjim.2024.005.02.07>

Salikunna, N. A., Handayani, F., & Ramadhan, M. Z. (2022). HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN TINGKAT KONSENTRASI PADA MAHASISWA. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 8(3), 157–163.

Schmickler, J. M., Blaschke, S., Robbins, R., & Mess, F. (2023). Determinants of Sleep Quality: A Cross-Sectional Study in University Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3). <https://doi.org/10.3390/ijerph20032019>

Shorayasari, S., Maharaja, A. C., Situngkir, D., & Handayani, P. (2025). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Masyarakat Sehat Indonesia (J. Masy. Sehat Indonesia)*, 4(2), 93–102.

sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

- Sukmawati, N. M. H., & Putra, I. G. S. W. (2019). Reliabilitas Kusioner Pittsburgh Sleep Quality Index (Psqi) Versi Bahasa Indonesia Dalam Mengukur. *Jurnal Lngkungan Dan Pembangunan*, 3(2), 30–38.
- Triningtyas, D. A., Christiana, R., & Saputra, B. N. A. (2021). *Dinamika Kelelahan Emosional pada Mahasiswa dalam Mengerjakan Skripsi*. Seminar Nasional Virtual Konseling Kearifan Nusantara (KKN) 2.
- Zurrahmi, Z. ., Hardianti, S., & Syahasti, fitria meiriza. (2021). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Akhir S1 Kesehatan Masyarakat*. 5.