DAFTAR PUSTAKA

Adinata, I. H., Aisyah, I. S., & Atmadja, T. F. A. G. (2024). Tingkat Stres dengan Status Gizi Remaja Kelas X SMK Kesehatan KH Moch Ilyas Ruhiyat. *Nutrition Scientific Journal*, *3*(1), 19–28.

Afiffah, N. P., & Wardani, I. Y. (2023). Hubungan Resiliensi Akademik dengan Stres, Kecemasan dan Depresi Remaja SMA di Masa Pandemi Covid-19. *JPPNI*, *8*(1), 41–50.

Amdadi, Z., Nurdin, N., Eviyanti, & Nurbaeti. (2021). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Risiko Perkawinan Dini dalam Kehamilan di SMAN 1 Gowa. *Inovasi Penelitian*, *2*(7), 2067–2074.

American Thoracic Society. (2020). Multiple Sleep Latency Test. *American Journal of Respiratory and Critical Care Medicine*, *201*(5), 9–10.

Anggraini, S. A., Indria, D. M., & Gilang, A. (2022). Analisis Hubungan Tingkat Stres dan Pola Tidur terhadap Status Gizi Usia 20-39 Tahun di Kota Malang. *Jurnal Bio Komplementer Medicine*, *9*(1), 1–6.

Annisa, F., & Setiarini, T. (2022). Dampak Gangguan Tidur terhadap Status Gizi pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*, *7*(2), 191–200.

Ardiatama, I. S., Widyana, R., & Budiyani, K. (2021). Intervensi Brief Behavioral Treatment of Insomnia Secara Daring Untuk Menurunkan Tingkat Gangguan Insomnia Klinis. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, *13*(2), 149–160.

Atziza, R. (2015). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stres dalam Pendidikan Kedokteran. *J Agromed Unila*, *2*(3), 317–320.

Auliah, A. N., Nur'aeni, A. L., Hidayati, E. N., & Yusup, I. R. (2020). Hubungan Pola Hidup dan Berat Badan Mahasiswa Pendidikan Biologi Semester 7A. *BIO EDUCATIO : (The Journal of Science and Biology Education)*, *5*(1), 24–29.

Baihaki, E. S. (2017). Gizi Buruk dalam Perspektif Islam: Respon Teologis Terhadap Persoalan Gizi Buruk. *SHAHIH: Journal of Islamicate Multidisciplinary*, *2*(2), 180–193.

Bambangsafira, D., & Nuraini, T. (2017). Kejadian Excessive Daytime Sleepiness (Eds) Dan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Kesehatan. *Jurnal Keperawatan*

Indonesia, *20*(2), 94–101.

Barseli, M., & Ifdil. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, *5*(3), 143–148.

Baso, M. C., Langi, F. L. F. ., & Sekeon, S. A. . (2018). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja di SMA Negeri 9 Manado. *Jurnal Kesmas*, *7*(5), 5–10.

Bitty, F., Asrifuddin, A., & Nelwan, J. E. (2018). Stres dengan Status Gizi Remaja di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Manado. *Jurnal KESMAS*, *7*(5), 1–6.

Budiman, L. A., Rosiyana, R., Sari, A. S., Safitri, S. J., Prasetyo, R. D., Rizqina, H. A., Neng I Kasim, I. S., & Indriany Korwa, V. M. (2021). Analisis Status Gizi Menggunakan Pengukuran Indeks Massa Tubuh dan Beban Kerja dengan Metode 10 Denyut pada Tenaga Kesehatan. *Nutrizione: Nutrition Research And Development Journal*, *1*(1), 6–15.

Campbell, R. L., & Germain, A. (2016). Nightmares and Posttraumatic Stress Disorder (PTSD). *Current Sleep Medicine Reports*, *2*(2), 74–80.

Deboer, T. (2018). Sleep Homeostasis and The Circadian Clock: Do The Circadian Pacemaker and The Sleep Homeostat Influence Each Other's Functioning? *Neurobiology of Sleep and Circadian Rhythms*, *5*(2018), 68–77.

Ekayanti, M. S., Bachtiar, M. F., Mawuntu, A. H. P., & Pertiwi, J. M. (2019). Irama Sirkadian Pada Stroke Akut. *Jurnal Sinaps*, *2*(1), 9–18.

Guillaumin, M. C. C., Mckillop, L. E., Cui, N., Fisher, S. P., Foster, R. G., Vos, M. De, Peirson, S. N., Achermann, P., & Vyazovskiy, V. V. (2018). Cortical Region – Specific Sleep Homeostasis in Mice : Effects of Time of Day and Waking Experience. *Sleep Research Society*, *41*(7), 1–16.

Handayani, S. (2020). Pengukuran Tingkat Stres dengan Perceived Stress Scale-10: Studi Cross Sectional Pada Remaja Putri di Baturetno. *Jurnal Keperawatan GSH*, *9*(1), 1–6.

Henny, S. M., & Yendi, F. M. (2021). Self-compassion of adolescent based of gender. *Journal of Health, Nursing and Society*, *1*(2), 38–43.

Hidayat, A. S., & Charissa, O. (2023). Pengaruh Status Gizi Terhadap Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Tarumanagara. *Tarumanagara*

Medical Journal, *5*(1), 1–6.

Hidayati, L. N., & Harsono, M. (2021). Tinjauan literatur Mengenai Stres dalam Organisasi. *Jurnal Ilmu Manajemen*, *18*(1), 20–30.

Hubaybah, Fitri, A., Putri, F. E., Wisudariani, E., & Ramadani, D. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik Dan Pola Tidur Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Usia 10-18 Tahun. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, *7*(1), 13–20.

Hutagalung, N., Marni, E., & Erianti, S. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Tingkat Satu Program Studi Keperawatan STIKES Hang Tuah Pekanbaru. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal)*, *2*(1), 77–89.

Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*.

Khasanah, S. M. R., & Mamnuah. (2021). Tingkat Stres Berhubungan dengan Pencapaian Tugas Perkembangan pada Remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, *4*(1), 107–116.

Kireinata, D. M., Purnama, N. L. A., & Silalahi, V. (2018). Gangguan Tidur dan Prestasi Belajar Remaja. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, *8*(2), 97–100.

Lampus, C., Manampiring, A., & Fatimawali. (2016). Profil Status Gizi Pada Remaja di Kabupaten Bolaang Mongondow Utara. *Jurnal E-Biomedik*, *4*(2), 2–5.

Lembong, E., Utama, G. L., & Ardiansah, I. (2018). Penilaian Status Gizi Balita Dan Ibu Hamil Rw 01 Desa Cileles Kecamatan Jatinangor Kabupaten Sumedang. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *2*(8), 84–93.

Lestari, W., Wildayani, D., & Ningsih, W. L. (2024). Hubungan Status Gizi dan Kualitas Tidur dengan Sikluas Menstruasi Pada Remaja Putri di Pesantren Perkampungan Minangkabau Yayasan Shine Al-Falah Padang. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, *15*(1), 50–56.

Liu, X., Zhao, Y., Li, J., Dai, J., Wang, X., & Wang, S. (2020). Factor Structure of the 10-Item Perceived Stress Scale and Measurement Invariance Across Genders Among Chinese Adolescents. *Frontiers in Psychology*, *11*(April), 1–10.

Manoppo, M. W., Pitoy, F. F., & Abigael, T. (2023). Kualitas Tidur pada Mahasiswa Profesi Ners Universitas Klabat. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, *3*(7), 2098–2107.

Mardlatillah, S. D., & Nurjannah. (2023). Konsep Tidur dalam Perspektif Psikologi dan Islam. *Happiness: Journal of Psychology and Islamic Science*, *7*(1), 65–71.

Marella, B., & Sameve, G. E. (2022). The Well-being of Indonesian University Students During The Pandemic: Smartphone Use and Sleep Quality. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*, *19*(2), 75–87.

Mariani, R. (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pola Tidur Pada Aanak yang Menjalani Hospitalisasi di Ruang Rawat Inap Anak RSD. Mayjend. HM. Ryucudu Kotabumi Tahun 2016. *Jurnal Keperawatan Abdurrab*, *2*(2), 42–49.

Mayataqillah, F., Nugraheni, F., & Zulkarnain, O. (2023). Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja SMA Negeri 1 Bintan Timur. *Jurnal Info Kesehatan2023*, *13*(1), 571–576.

Musabiq, S. A., & Karimah, I. (2018). Gambaran Stress dan Dampaknya Pada Mahasiswa. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, *20*(2), 75–83.

Muslimahayati, M., & Rahmy, H. A. (2021). Depresi dan Kecemasan Remaja Ditinjau dari Perspektif Kesehatan dan Islam. *DEMOS: Journal of Demography, Ethnography and Social Transformation*, *1*(1), 35–44.

Musradinur. (2016). Stres dan Cara Mengatasinya Dalam Perspektif Psikologi. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, *2*(2), 183–200.

Mustikawati, A. K. (2018). Pengaruh Usia Kehamilan Terhadap Gangguan Tidur Pada Ibu Hamil di PBM Erna Peniwati Desa Balong Kecamatan Balong Ponorogo. *Jurnal Delima Harapan*, *5*(2), 8–16.

Nugraha, F. A., Aisyiah, A., & Wowor, T. J. F. (2023). Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Tidur pada Remaja di SMPN 254 Jakarta. *Malahayati Nursing Journal*, *5*(9), 3063–3076.

Nurmaliza, & Herlina, S. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Pendidikan Ibu Terhadap Status Gizi Balita. *Jurnal Kesmas Asclepius*, *1*(2), 106–115.

Pangestika, G., Lestari, D. R., & Setyowati, A. (2018). Stres dengan Kualitas Tidur pada Remaja. *Dunia Keperawatan*, *6*(2), 107–115.

Pinalosa, L., Dhawo, M. S., & Sapariah, A. (2018). Perbandingan Kualitas Tidur Siswa/Siswi Kelas XI SMA Negeri dengan Kualitas Tidur Siswa/Siswi Kelas XI SMA Swasta. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI)*, *3*(2), 1–17.

Pitoy, F. F., Tendean, A. F., & Rindengan, V. C. C. (2022). Kualitas Tidur Dan Indeks Masa Tubuh Pada Remaja. *Nutrix Journal*, *6*(2), 6–13.

Pradinda, A., Asustuti, D. W., & Puteri, H. S. (2024). Hubungan Aktivitas Fisik dan Durasi Tidur dengan Status Gizi pada Remaja di SMA Negeri 7 Bandar Lampung Tahun 2024. *Journal of Citizen Research and Development*, *1*(2), 733–742.

Purnama, N. L. A. (2019). Sleep Hygiene dengan Gangguan Tidur Remaja. *Jurnal Keperawatan*, *8*(1), 30–36.

Purwanto, S. (2016). Hubungan antara Intensitas Menjalankan Dzikir Nafas dengan Latensi Tidur. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, *1*(1), 32–38.

Putra, R. N. Y., Ermawati, & Amir, A. (2016). Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Usia Menarche pada Siswi SMP Negeri 1 Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, *5*(3), 551–557.

Putri, T. H., & Azalia, D. H. (2022). Faktor yang Memengaruhi Stres pada Remaja Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, *10*(2), 285–296.

Rachmanie, A. S. L., & Swasti, I. K. (2022). Peran Kualitas Persahabatan terhadap Tingkat Stres dengan Mediator Kesepian. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, *8*(1), 82–94.

Rahayu, M. (2019). Pola Makan Menurut Hadis Nabi Saw (Suatu Kajian Tahlili). *Jurnal Diskursus Islam*, *7*(2), 295–313.

Rahayu, T. B., & Fitriana. (2020). Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja Putri. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, *6*(1), 46–51.

Rahma, F. N., Putri, T. H., & Fahdi, F. K. (2023). Faktor Yang Memengaruhi Kualitas Tidur Pada Remaja Usia Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, *11*(4), 809–816.

Rahma, S. (2022). Aktivitas Fisik Berhubungan dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa. *Journal of Public Health Education*, *2*(1), 269–276.

Rahmah, A., Linda, O., & Hamal, D. K. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi pada Remaja di SMP Negeri 262 Jakarta Timur Tahun 2024. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, *3*(3), 549–563. https://doi.org/10.55123/sehatmas.v3i3.3974

Rahmawati, D., Fahrudin, A., & Abdillah, R. (2021). Hubungan Kontrol Diri dengan

Stres Akademik Akibat Pembelajaran Hybrid dalam Masa Pandemi COVID-19 di SMK X Kota Bekasi. *KHIDMAT SOSIAL: Journal of Social Work and Social Services*, *2*(2), 135–153.

Rahmawati, E., Firdaningrum, N. E., & Agoes, A. (2021). Hubungan antara Durasi Tidur dengan Asupan Makan, Aktivitas Fisik dan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. *Journal of Islamic Medicine*, *5*(1), 9–19.

Renyoet, B. S., Mangalik, G., & Kristiani, C. (2024). Hubungan Status Gizi dengan Stress Kecemasan dan Depresi Pada Remaja Sekolah Menengah Pertama di Kota Selatiga. *The Journal of Indonesian Community Nutritional*, *13*(2), 150–161.

Rochmah, A., & Nadhiroh, S. R. (2024). Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Remaja di SMP Negeri 25 Surabaya. *Media Gizi Kesmas*, *13*(1), 234–240.

Rohmah, W. K., & Santik, Y. D. P. (2020). Determinan Kualitas Tidur Pada Santri di Pondok Pasantren. *Higeia Journal Of Public Health Research and Development*, *4*(3), 649–659.

Sembiring, K., Ramayani, O. R., Lubis, M., Siregar, R., & Siregar, B. (2017). Hubungan Disomnia dan Tekanan Darah pada Remaja. *Cermin Dunia Kedokteran*, *44*(12), 867–869.

Setyowati, A., & Chung, M.-H. (2020). Validity and Reliability of the Indonesian Version of The Pittsburgh Sleep Quality Index in Adolescents. *Internastional Journal of Nursing Practice*, *27*(5), e12856.

Shabira, A. Z., Fitri, D. A., & Alamanda, L. S. (2024). Hubungan Stres dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Gizi Angkatan 2023 Universitas Sultan Ageng Tirtayasa. *Antigen: Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Ilmu Gizi*, *2*(2), 86–91.

Suhartati, B. L., Dewi, A. A. N. T. N., Wibawa, A., & Winaya, I. M. N. (2021). Hubungan Hubungan Lama Durasi Penggunaan Media Sosial Dengan Kualitas Tidur Pada Usia 19-22 Tahun. *Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia*, *9*(1), 28–33.

Sukma, H. S., Patimah, S., Subandi, S., & Makbulloh, D. (2023). Strategi Manajemen Stres Dalam Perspektif Islam. *PROFETIK: Jurnal Mahasiswa Pendidikan Agama Islam*, *4*(1), 33–42.

Sukmawati, N. M. H., & Putra, I. G. S. W. (2019). Reabilitas Kuesioner Pittsburgh

Sleep Quality Index (PSQI) Versi Bahasa Indonesia dalam Mengukur Kualitas Tidur Lansia. *Jurnal Lingkungan & Pembangunan*, *3*(2), 30–38.

Sunarti, S., & Helena. (2018). Gangguan Tidur Pada Lanjut Usia. *Journal of Islamic Medicine*, *2*(1), 1–15.

Sunaryanti, B., Siswanto, Rahmawati, & Nur, A. (2023). *Dasar Ilmu Gizi* (Issue December).

Suryana, E., Hasdikurniati, A. I., Harmayanti, A. A., & Harto, K. (2022). Perkembangan Remaja Awal, Menengah dan Implikasinya Terhadap Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, *8*(3), 1917–1928.

Susanto, H. (2018). Durasi Lama Tidur pada Remaja di Dua Negara Asean. *Buku Proceeding Unissula Nursing Conference*, *1*(1), 11–16.

Suwarna, A. H., & Widiyanto. (2016). Perbedaan Pola Tidur Antara Kelompok Terlatih dan Tidak Terlatih. *Medikora*, *15*(1), 85–96.

Utami, A. N. (2020). Klasifikasi Gangguan Tidur REM Behaviour Disorder Berdasarkan Sinyal EEG Menggunakan Machine Learning. *Jurnal Sistem Cerdas*, *3*(2), 216–230.

Wahyuningrum, E. (2021). Review: Gangguan Tidur Anak Usia Sekolah. *Jurnal Keperawatan*, *13*(3), 699–708.

Widnatusifah, E., Battung, S. M., Bahar, B., Jafar, N., & Amalia, M. (2020). Gambaran Asupan Zat Gizi dan Status Gizi Remaja Pengungsian Petobo Kota Palu. *Jurnal Gizi Masyarakat Indonesia: The Journal of Indonesian Community Nutrition*, *9*(1), 17–29.

Wijayanti, A., Margawati, A., & Wijayanti, H. S. (2019). Hubungan Stres, Perilaku Makan, dan Asupan Zat Gizi dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Journal Of Nutrition College*, *8*(1), 1–8.

Yunitasari, A. R., Sinaga, T., & Nurdiani, R. (2019). Asupan Gizi, Aktivitas Fisik, Pengetahuan Gizi, Status Gizi dan Kebugaran Jasmani Guru Olahraga Sekolah Dasar. *Media Gizi Indonesia*, *14*(2), 197–206.

Zaini, M. (2019). Hubungan Stress Psikososial dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Kesehatan di Kabupaten Jember. *Jurnal Kesehatan*, *8*(1), 9–13.