

DAFTAR PUSTAKA

- Anissa, M. (n.d.). *Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah*.
<https://jurnal.umpar.ac.id/index.php/makes/article/view/1831>
- Ayu Fitriani, Sneden Suprianto Woza, R. (n.d.). *KECEMASAN DAN INSOMNIA PADAMAHASISWA PRODI KESEHATAN MASYARAKATUNIVERSITAS RESPATI YOGYAKARTA*. <https://jurnal.syntaxliterate.co.id/index.php/syntax-literate/article/view/5621/3032>
- Charles M. Morin, P. (2011). *Indeks Keparahannya Insomnia: Indikator Psikometri untuk Mendeteksi Kasus Insomnia dan Mengevaluasi Respons Pengobatan*.
<https://academic.oup.com/sleep/article-abstract/34/5/601/2281474?redirectedFrom=PDF#no-access-message>
- Chowdhury, A. I. (n.d.). *Prevalence of insomnia among university students in South Asian Region: a systematic review of studies*. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33628956/>
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (n.d.). *A global measure of perceived stress*.
<https://psycnet.apa.org/record/1984-24885-001>
- Dariah, E. D. (n.d.). *HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR LANSIA DI POSBINDU ANYELIR KECAMATAN CISARUA KABUPATEN BANDUNG BARAT*.
[https://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=533600&val=10495&title=HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR LANSIA DI POSBINDU ANYELIR KECAMATAN CISARUA KABUPATEN BANDUNG BARAT](https://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=533600&val=10495&title=HUBUNGAN%20KECEMASAN%20DENGAN%20KUALITAS%20TIDUR%20LANSIA%20DI%20POSBINDU%20ANYELIR%20KECAMATAN%20CISARUA%20KABUPATEN%20BANDUNG%20BARAT)
- DATON, P. A. (n.d.). *Hubungan antara Insomnia dengan Kualitas Hidup Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya Jakarta*.
https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/92677393/68-libre.pdf?1666152995=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DHubungan_antara_Insomnia_dengan_Kualitas.pdf&Expires=1757318794&Signature=cdDn3ftgncP1J9grKxS0pIiizt5DrhsBBM7VDfIDRJ-8SiwLWb43qIo28JOczCLaJdDE~Wxj~iIvW9aDBTLD-51aI28fqdXTEu~2uI5-wjQXG-bmVP7ZCIdfBpE3Nob41PVvaQg1qTofTUFAHzToNaS5Dx-Bo03DuHLB0R9YkwTqZG66MDR5sV4kcP4w6O53vW~xak6h7WLTIGsuRFSH8xAfRjrlOPc2ZZPm4UnJ7uCOK3RAGpM3IJXSQwuvJR-KfcZ0V7~x~MyZJXDWUr8KoQA6wscmOGpbHoPoW7SE5bHEOiQyyjjunB4AiRZF

- wzt31jtOVAYflmShwDgGzbKdFg__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA
- Fransiska, R. (2021). Hubungan Antara Internet Addiction Terhadap Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Jambi. In *Pharmacognosy Magazine* (Vol. 75, Issue 17, pp. 399–405).
<https://repository.unja.ac.id/26349/>
- Hidayat, A. A. (n.d.). *Buku Ajar Kebutuhan Dasar Manusia*.
<https://books.google.co.id/books?id=Hb8TEAAAQBAJ&printsec=copyright&hl=id#v=onepage&q&f=false>
- Khoirina, I., Saparwati, M., & Rosalina. (2015). Hubungan Antara Depresi Dengan Kejadian Insomnia Pada Lansia Di Desa Trembulrejo Kecamatan Ngawen Kabupaten Blora. *Jgk*, 7(14), 37–44.
- M.D., W. W. K. Z. (n.d.). *A Rating Instrument For Anxiety Disorders*.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0033318271714790?via%3Dihub>
- Marsellina Putri Cahya Ningtyas, Ayatun Fil Ilmi, J. R. (2022). *HUBUNGAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN KEJADIAN INSOMNIA PADA REMAJA DI SMAN 5 TANGERANG SELATAN*.
<https://openjournal.wdh.ac.id/index.php/fohj/article/view/412>
- MedlinePlus. (n.d.). *Anxiety*. <https://medlineplus.gov/anxiety.html>
- Min Kwon, Dai-Jin Kim, Hyun Cho, S. Y. (2013). *The Smartphone Addiction Scale: Development and Validation of a Short Version for Adolescents*.
<https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0083558>
- Organization, W. H. (n.d.). *Stress*. <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/stress>
- Parthasarathy, S. (n.d.). *Persistent insomnia is associated with mortality risk*.
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25447616/>
- Rauf, N. I. (2024). *Hubungan Intensitas Penggunaan Gadget Dengan Kejadian Insomnia*.
<https://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP/article/view/1351/784>
- Saputra, A. (2019). *SURVEI PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DI KALANGAN USES AND GRATIFICATIONS*. 9008(21). <https://doi.org/10.14203/j.baca.v40i2.476>
- SpKJ, dr. I. S. P. (n.d.). *Epidemiologi Gangguan Tidur*.
<https://www.alomedika.com/penyakit/psikiatri/gangguan-tidur/epidemiologi>
- Subagijo, A. (2020). *Diet dan Detoks Gadget*.
https://www.google.co.id/books/edition/Diet_dan_Detoks_Gadget/CijZDwAAQBAJ?hl=id&gbpv=0

Suni, E. (2025). *Insomnia: Symptoms, Causes, and Treatments*.

<https://www.sleepfoundation.org/insomnia>

Tanjung, P., Kta, P., & Tahun, S. (2018). *Vol. XII, No. 3 April 2018. XII(3)*, 72–79.

Tumanggor, S. D. (2023). Hubungan Antara Stres, Kecemasan Dan Smartphone Addiction Dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Jambi. *Nucl. Phys.*, 13(1), 104–116.

[https://repository.unja.ac.id/58565/6/FULL SKRIPSI.pdf](https://repository.unja.ac.id/58565/6/FULL%20SKRIPSI.pdf)

Wulandari, F. E. (n.d.). *HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN TINGKAT INSOMNIA MAHASISWA/I ANGKATAN 2012/2013 PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS DIPONEGORO*.

<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/medico/article/view/18572>