DAFTAR PUSTAKA

Agatha AF, Linda O. (2023). Hubungan Sarapan Pagi dan Jenis Kelamin dengan Konsentrasi Belajar pada Siswa SMK Raflesia Depok Tahun 2023. *Jurnal Pendidikan Kesehatan* Volume 03, Nomor 02.

Al-Azizy, A. (2022). *Ragam Latihan Khusus Asah Ketajaman Otak Anak Plus Melejitkan Daya Ingatnya*. Banguntapan Yogjakarta: DIVA Press.

Ambarwati. (2022). *Konsep Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta : Salemba Medika

Aprilia, D., Suranata, K., & Dharsana, I. K. (2021). Penerapan Konseling Kognitif Dengan Teknik Pembuatan Kontrak (*Contingency Contracting*) Untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa Kelas X TKR1 SMK Negeri 3 Singaraja. *Jurnal Jurusan Bimbingan Konseling* Undiksha, 2(1).

Arifatuzzahroh. (2023). Hubungan Kualitas Tidur dengan Tingkat Konsentrasi Belajar pada Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 4 Tuban. *Skripsi*. Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Institut Ilmu Kesehatan Nahdlatul Ulama Tuban.

Arifin, Wati. (2020). Kesulitan belajar siswa dan penanganannya pada pembelajaran matematika SD/MI. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 1(5), 989-1000.

Ayukawati, H. P. (2020). Hubungan Antara Kualitas Tidur dengan Prestasi Belajar Siswi Kelas XI IPA SMA Negeri 2, *Kesehatan*, pp. 1–73.

Carley DW, Farabi SS. (2020). *Physiology of sleep*. American Diabetes Association. 29(1):5–9

Daniel J. Buysse. (2021). The Pittsburgh Sleep Quality Index: a new instrument for psychiatric practice and research, *Jurnal Psychiatry Research*, 28(2), hlm. 195-198.

Dewald, J. F., Meijer, A. M., Oort, F. J., Kerkhof, G. A., & Bögels, S. M. (2020). The influence of sleep quality, sleep duration and sleepiness on school performance in children and adolescents: A meta-analytic review. *Sleep Medicine Reviews, 14*(3), 179–189.

Gustiawati I, Murwani A. (2020). Hubungan Kualitas Tidur dengan Konsentrasi Belajar Siswa Kelas VII dan VIII. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Kemenkes RI Pangkalpinang*. Vol. 8, No.2, P-ISSN.2339-2150, E-ISSN 2620-6234

Hamiyah, N. Dan M. Jauhar. (2022). *Strategi Belajar-Mengajar di Kelas*. Jakarta: Prestasi Pustaka.

Handayani F. (2022). Hubungan Kualitas Tidur dengan Konsentrasi Belajar pada Siswa di SMPN 5 Koto Kabupaten Tanah Datar. *Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat.

Hidayat, A. (2022). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.

Hidayat, R., & Fernando, R. (2022). Hubungan Lama Penggunaan Media Sosial Dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai. *Jurnal Ners* 4(2) pp. 83-89.

Husnul, Qira'ah. (2021). Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Prestasi Belajar Pada Mahasiswa Keperawatan UIN Alaudin Makasar. *Skripsi*. Makasar: Universitas Islam Negeri Alaudin Makasar.

Istinah. (2021). *Melatih Komsentrasi anak (online)*. Tersedia http:/www.psikologizone.com/melatih_konsentrasi_anak diakses tanggal 20 Juni 2024.

Jannah M. (2020). *Psikologi Anak*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, h.5-6.

Khasanah, Khusnul. (2020). Kualitas tidur lansia balai Rehabilitas Sosial Mandiri Semarang. *Jurnal Nursing Studies*, Volume 1, Nomor 1, Halaman 189-196. http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jnursing.

Kozier, Erb, & Berman. (2020). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan (Konsep, Proses, & Praktik) Vol 2 (7th ed.)*. EGC.

Kurniawati DS, Rahmawati P. (2023). Analisis Tingkat Konsentrasi Belajar Matematika Siswa Kelas II SD Negeri Selomanik Ditinjau Dari Usia Awal Masuk Sekolah. *Jurnal Pendidikan Rokania*. Volume 8 Nomor 1.

Kyle, C. (2020). *Buku Ajar Keperawatan Pediatri. Diterjemahkan Oleh Devi Yulianti & Dwi Widiarti*. Jakarta: EGC.

Lanywati. (2022). *Insomnia : Gangguan Sulit Tidur*. Jakarta: EGC

Lestari D. (2025). Hubungan Kualitas Tidur dengan Konsentrasi Belajar pada Anak Usia 5-6 Tahun RA Pertiwi Koto Alam Kecamatan Pangkalan Koto Baru Kabupaten Lima Puluh Kota. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Pekanbaru.

Ma'arif, M. Z., Duwairoh, A. M., & Firdauz, A. S. (2021). Hubungan Antara Sarapan Pagi Dengan Tingkat Konsentrasi Belajar Siswa. *Jurnal Penelitian Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nahdlatul Ulama Tuban*, 3(1).

Masyeni, C. (2020). Hubungan Kualitas Tidur dengan Konsentrasi Belajar Siswa SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Abdurrab* (Vol. 1, Nomor 1).

Mufarika. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur pada Anak Usia Sekolah 6-12 th di Kelurahn Genuk Rw 05 Gowongan Kec. Ungaran Barat Kab. Semarang. *Skripsi*. STIKES Ngudi Waluyo Semarang.

Muhibbin S. (2022). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rajawali Pers

Mustika R. (2020). Gambaran Konsentrasi Belajar Anak Usia Sekolah. *Karya Tulis Ilmiah.* Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bakti Tunas Husada Tasikmalaya

Notoatmodjo, S. (2021) *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Nugroho. 2020. Penggunaan Pendekatan SAVI (Somatik Auditori Visual Intelektual) untuk Meningkatkan Keterampilan Proses Sains Siswa SDN Donoyudan. *Buletin KKNDIK*. Vol. 1, No. 1.

Nursalam. (2022). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika.

Oktaviani YR. (2020). Pengaruh Jenis Kelamin Siswa terhadap Hasil Belajar IPA. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 9(6), 942-948

Olivia, Femi. (2020). *Mendampingi Anak Belajar*. PT Elex Media Komputindo, Jakarta.

Potter & Perry. (2021). *Fundamental Of Nursing: Consep, Proses and Practice*. Edisi 7. Vol. 3. Jakarta : EGC.

Prasetyo H S. (2021). Hubungan Kualitas Tidur dengan Konsentrasi Belajar pada Siswa di Sekolah Dasar Negeri Pangkur I Kecamatan Pangkur Kabupaten Ngawi. *Skripsi.* Universitas Sahid Surakarta.

Reva Fauzio, (2023), Manfaat Tidur Siang Bagi Kesehatan Tubuh, *Jurnal Pandu Husada*, Vol. 4 no.3 hh. . https://jurnal.umsu.ac.id/index.php/JPH

Rinawati, R. (2021). Hubungan Konsentrasi Belajar Siswa terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik pada Masa Pandemi Covid-19 di Sekolah Dasar. Edukatif : *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(4), 2305–2312.

Robert SE. (2021). *Psikologi Pendidikan Teori dan Praktik*. Jakarta : PT.Indeks.

Santrock, JW. (2021). *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.

Saputro, Y. A., & Sugiarti, R. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Konsep Diri terhadap Penyesuaian Diri pada Siswa SMA Kelas X. *Philanthropy: Journal of Psychology*, 5(1), 59–72.

Sardiman. (2020). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rajagrafindo Persada.

Sari, N. (2021). Upaya Mengatasi Gangguan Konsentrasi Belajar Melalui Konseling Behavior Menggunakan Teknik Self Management Pada Siswa Kelas VII A SMP Negeri 23 Semarang. *Skripsi*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.

Sekartini, R dan Devita, E.H. (2020). Intervensi Sleep Hygiene pada Anak Usia Sekolah dengan Gangguan Tidur Sebuah Penelitian Awal. *Naskah Publikasi*. Departemen Ilmu Kesehatan Anak Falkultas Kedokteran Universitas Indonesia. Vol.18 No. 2.

Setyani, M.R., Ismah. (2020). Analisis Tingkat Konsentrasi Belajar Siswa Dalam Proses Pembelajaran Matematika Ditinjau Dari Hasil Belajar. *Jurnal Pendidikan Matematika*. Vol 01. Universitas Muhammadiyah Jakarta.

Smith, M, & Segal, R. (2020). *How much sleep do you need? Sleep cycles & stages, lack of sleep, and getting the hours you need*. Diakses pada tanggal 6 April 2025 dari http://www.helpguide.org/articles/sleep/how-much-sleep-do-you-need.html.

Sunbanu, V. M. S. M., Rante, S. D. T. R., & Damanik, E. M. B. (2021). Hubungan Kualitas Tidur Dan Konsentrasi Belajar Pada Mahasiswa Teknik Sipil Di Politeknik Negeri Kupang Selama Pandemi Covid-19. Cendana Medical Journal (CMJ), 9(2), 190–197.

Suparno. (2021). *Teori Perkembangan Kognitif Piaget*. Yogyakarta: Kanius.

Surya, H. (2020). *Menjadi Manusia Pembelajar*. Jakarta: Elex Media

Widhiyanti, K. A. T., N.W.Ariawati and Rusitayanti, N. W. A. (2020). Pemberian Back Massage Durasi 60 Menit dan 30 Menit Meningkatkan Kualitas Tidur pada Mahasiswa VI A Penjaskesrek FPOK IKIP PGRI Bali Semester Genap Tahun 2016/2017, *Occupational Medicine*, 53(4), p. 130.

Wulandari, S. S., &Anggraini, P. D. (2021). Analisis Penggunaan Model Pembelajaran Project Based Learning dalam Peningkatan Keaktifan Siswa. *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran* (JPAP), 9(2). https://journal.unesa.ac.id/index.php/jpap.