

DAFTAR PUSTAKA

- Abdelmoaty Goweda R, Hassan-Hussein A, Ali Alqahtani M, Janaini MM, Alzahrani AH, Sindy BM, Alharbi MM, Kalantan SA. Prevalence of sleep disorders among medical students of Umm Al-Qura University, Makkah, Kingdom of Saudi Arabia. *J Public Health Res.* 2021 Jan 25;9(Suppl 1):2020. doi: 10.4081/jphr.2020.1921. PMID: 33575230; PMCID: PMC7868773.
- Aini, N. (2019). HUBUNGAN SHIFT KERJA DENGAN KELELAHAN KERJA PADA PERAWAT DI INSTALASI RAWAT INAP DI RUMAH SAKIT HERNA MEDAN TAHUN 2018. *Journal JUMANTIK*, 4(1), 1–4. <https://doi.org/10.1007/s11273-020-09706-3>
- 3%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.jweia.2017.09.008%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.energy.2020.117919%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.coldregions.2020.103116%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.jweia.2010.12.004%0Ahttp://dx.doi.o
- American Psychiatric Association. (2020). *Psychiatry.org - What are Sleep Disorders?* <https://www.psychiatry.org/patients-families/sleep-disorders/what-are-sleep-disorders>
- Andiningsari, P. (2009). *HUBUNGAN FAKTOR INTERNAL DAN EKSTERNAL TERHADAP KELELAHAN (FATIGUE) PADA PENGEMUDI TRAVEL X TRANS JAKARTA TRAYEK JAKARTA-BANDUNG.*
- Aulia, R. (2023). *Menyegarkan Diri dengan Tidur yang Berkualitas.* https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2048/menyegarkan-diri-dengan-tidur-yang-berkualitas#:~:text=Seseorang yang kurang memiliki kualitas tidur yang baik,dan%3B...44.Memiliki gangguan tidur apnea
- Bagas Putra, H. P. (2023). Analisis Tingkat Kelelahan Serta Keluhan Anggota Tubuh Menggunakan Metode Sweedish Occupational Fatigue Inventory (SOFI) Dan Nordic Body Map (NBM) (Studi Kasus Pekerja Divisi Produksi PT XYZ). *Industrial Engineering Online Journal*, 12(4), 1–9. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/ieoj/article/view/40936>
- Bollu PC, Manjamalai S, Thakkar M, S. P. (2018). *Hypersomnia.* <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6139790/>
- Bramantyo, M. F., & Pramono, S. N. W. (2021). Analisis Faktor-Faktor Penyebab Kelelahan Kerja dengan Metode Subjective Self Rating Test (Studi Kasus: Pekerja Bagian Lantai Produksi PT. Marabunta Berkarya Ceperindo). *Seminar Nasional Teknik Industri Universitas Gadjah Mada, September*, 124–129.
- Brinkman, J. E., Reddy, V., & Sharma, S. (2023). Physiology of Sleep. *StatPearls.* <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK482512/>
- Christiana, M. (2022). Pengaruh Kualitas Tidur Perawat Shift Malam terhadap kinerja perawat dalam Asuhan Keperawatan. *Journal of Management Nursing*, 1(02), 46–51. <https://doi.org/10.53801/jmn.v1i02.19>
- Colten, H. R., Altevogt, B. M., & Research, I. of M. (US) C. on S. M. and. (2006). *Extent and Health Consequences of Chronic Sleep Loss and Sleep Disorders.* <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK19961/>
- Dewi, A. C. (2015). *Hubungan Antara Stres Kerja, Umur, Dan Masa Kerja Dengan*

- Perasaan Kelelahan Kerja Pada Perawat Rumah Sakit Jiwa Grhasia DIY* [Universitas Gadjah Mada].
<https://etd.repository.ugm.ac.id/penelitian/detail/91831>
- Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan. (n.d.-a). Retrieved November 24, 2023, from https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1335/pengaruh-kelelahan-saat-jam-kerja-terhadap-kualitas-kinerja
- Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan. (n.d.-b). Retrieved November 24, 2023, from https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2027/kelelahan-kerja-dan-cara-mengatasinya
- Direktorat Pembelajaran dan Kemahasiswaan. (2023). *Panduan Program Bantuan Pemerintah Penyelenggaraan Rekognisi Pembelajaran Lampau*. 28.
- Ernstmeyer, K., & Christman, E. (2021). *Nursing Fundamentals* (K. Ernstmeyer & E. Christman (Eds.)).
- Fabio, G., Antonella, M., Ippolito, N., Cristina, P., & Loreto, L. (2017). Can sleep quality and burnout affect the job performance of shift-work nurses? A hospital cross-sectional study. *OnlineLibrary.Wiley*, 74(3), 698–708. <https://doi.org/10.1111/jan.13484>
- Fatigue: MedlinePlus Medical Encyclopedia*. (n.d.). Retrieved November 24, 2023, from <https://medlineplus.gov/ency/article/003088.htm>
- Fatigue - MeSH - NCBI*. (n.d.). Retrieved November 28, 2023, from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/mesh/68005221>
- Fernando, R., & Hidayat, R. (2020). Hubungan lama penggunaan medsos dgn insomnia. *Jurnal Ners Universitas Pahlawan*, 4(2), 83–89.
- Foulkes, D., Cartwright, R. D., & Mograss, M. A. (2024). *Sleep / Definition, Patterns, Deprivation, & Theories*. <https://www.britannica.com/science/sleep>
- Gaol, M. J. L., Camelia, A., & Rahmiwati, A. (2018). ANALISIS FAKTOR RISIKO KELELAHAN KERJA PADA KARYAWAN BAGIAN PRODUKSI PT. ARWANA ANUGRAH KERAMIK, Tbk. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 53–63. <https://doi.org/10.26553/jikm.2018.9.1.53-63>
- Hami, F., Tasalim, R., & Putra, A. H. S. (2021). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Indeks Prestasi Mahasiswa Baru Di Universitas Sari Mulia. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 6(1), 1. <http://www.jurnal-ppni.org/ojs/index.php/jppni/article/view/247/113>
- Herwawan, J. H., Chairani, R., & Anwar, S. (2021). *PENERAPAN SLEEP HYGIENE DAN SLEEP DIARY TERHADAP Pendahuluan Tidur merupakan salah satu kebutuhan sedangkan Sleep Diary digunakan untuk merekam atau sebagai catatan tentang Metode Desain penelitian menggunakan metode uji Wilcoxon untuk mengetahui perbedaan*.
- Ho, J. C., Lee, M. B., Chen, R. Y., Chen, C. J., Chang, W. P., Yeh, C. Y., & Lyu, S. Y. (2013). Work-related fatigue among medical personnel in Taiwan. *Journal of the Formosan Medical Association*, 112(10), 608–615. <https://doi.org/10.1016/J.JFMA.2013.05.009>
- Hutabarat, Y. (2017). *DASAR-DASAR PENGETAHUAN ERGONOMI*. Media Nusa Creative.
- Ihsania, E. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja

- Subjektif Pada Kurir Pengantar Barang Di Wilayah Tangerang Selatan, Tahun 2020. In *Skripsi, Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah*. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/64526>
- International Labour Organization. (2023). *Recognition of prior learning*. International Labour Organization. https://www.ilo.org/skills/areas/work-based-learning/WCMS_672345/lang--en/index.htm#banner
- Izza, A. N., & Martiana, T. (2023). Hubungan Antara Kualitas Tidur dan Stres Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Petugas Pemadam Kebakaran. *Media Gizi Kesmas*, 12(1), 134–141. <https://doi.org/10.20473/mgk.v12i1.2023.134-141>
- Kaparang, G. F., & Rachel, J. (2022). Intensitas Penggunaan Smartphone Dan Kualitas Tidur Remaja. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 8(1), 59–66. <https://doi.org/10.35974/jsk.v8i1.2856>
- Kemenkes. (2021). *Lama Waktu Tidur yang Dibutuhkan oleh Tubuh*. <https://upk.kemkes.go.id/new/lama-waktu-tidur-yang-dibutuhkan-oleh-tubuh>
- Kemenkes. (2022). *Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan*. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1335/pengaruh-kelelahan-saat-jam-kerja-terhadap-kualitas-kinerja
- Kemenkes. (2023). *Kelelahan Kerja dan Cara Mengatasinya*. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2027/kelelahan-kerja-dan-cara-mengatasinya
- Kodrat, K. F. (2012). Pengaruh Shift Kerja Terhadap Kelelahan Pekerja Pabrik Kelapa Sawit di PT. X Labuhan Batu. *Jurnal Teknik Industri*, 12(2), 110–117. <https://doi.org/10.22219/jtiumm.vol12.no2.110-117>
- Made, N., Sukmawati, H., Gede, I., & Putra, 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.
- Maharja, R. (2015). ANALISIS TINGKAT KELELAHAN KERJA BERDASARKAN BEBAN KERJA FISIK PERAWAT DI INSTALASI RAWAT INAP RSU HAJI SURABAYA. *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*, 4(1), 93. <https://doi.org/10.20473/ijosh.v4i1.2015.93-102>
- Margareta, L. (2014). Hipersomnia. *Hipersomnia*. Purnomo H, Islamiyah WI (Eds). In *Panduan Tatalaksana Gangguan Tidur*, Edisi 1. Surabaya : Kelompok Studi Gangguan Tidur PERDOSSI, 5–20. https://mahasiswa.yai.ac.id/v5/data_mhs/tugas/1924090018/11Hipersomnia.pdf
- Meta Agustina. (2022). Kualitas Tidur Perawat dapat di Pengaruhi oleh Tingkat Stress Kerja Perawat. *Journal of Management Nursing*, 1(02), 52–59. <https://doi.org/10.53801/jmn.v1i02.20>
- Nathania, A., Krisna Dinata, I. M., & Adiartha Griadhi, I. P. (2019). Hubungan stres terhadap kelelahan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Intisari Sains Medis*, 10(1), 134–138. <https://doi.org/10.15562/ism.v10i1.400>
- Novian, A. (2014). FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEPATUHAN DIIT PASIEN HIPERTENSI (Studi Pada Pasien Rawat Jalan di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang Tahun 2013). *Unnes Journal of*

- Public Health*, 3(3), 1–9.
- Nursing FKMK UGM. (2023). *Program Rekognisi Pembelajaran Lampau (RPL)* – *nursing.fkkmk.ugm.ac.id*. <https://nursing.fkkmk.ugm.ac.id/program-rekognisi-pembelajaran-lampau-rpl/>
- Olivia. (2022). *Pengukuran Beban Mental dan Tingkat Kelelahan Peserta Kuliah Daring dengan DRAWS dan SOFI*. 1–8.
- Patel, A. K., Reddy, V., Shumway, K. R., & Araujo, J. F. (2023). Physiology, Sleep Stages. *StatPearls*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK526132/>
- Prayitno, A. (2002). Gangguan pola tidur dan penatalaksanaannya. *Kedokteran Trisakti*, 21(1), 23–30. <http://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents>
- Putri, D. P. (2017). Hubungan Faktor Internal dan Eksternal Pekerja terhadap Kelelahan pada Operator Alat Besar PT. Indonesia Power Unit Bisnis Pembangkitan Suralaya tahun 2017. *Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia*, 1979, 9–61. [https://lib.ui.ac.id/file?file=digital/123510-S-5255-Hubungan](https://lib.ui.ac.id/file?file=digital/123510-S-5255-Hubungan%20Faktor%20Internal%20dan%20Eksternal%20Pekerja%20terhadap%20Kelelahan%20pada%20Operator%20Alat%20Besar%20PT.%20Indonesia%20Power%20Unit%20Bisnis%20Pembangkitan%20Suralaya%20tahun%202017.pdf) Literatur.pdf
- Rpl, L., Jenderal, D., Tinggi, P., & Pendidikan, T. K. (2022). *PEMBELAJARAN*.
- Rusdi, R., & Warsito, E. B. (2013). Shift kerja dan beban kerja berpengaruh terhadap terjadinya kelelahan kerja perawat di ruang rawat di Rumah Sakit Pemerintah. *Jurnal Manajemen Keperawatan*, 2(1), 12.
- Saftarina, F., Mayasari, D., & Vilia, A. (2018). Analysis of Factors Correlated to Work Fatigue of Hospital Nurses in Bandar Lampung. *KnE Life Sciences*, 4(4), 375. <https://doi.org/10.18502/cls.v4i4.2297>
- Sulistiyan, C. (2012). Beberapa Faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro. *Jkm*, 1(2), 280–292. <http://ejournals1.undip.ac.id/index.php/jkm>
- Suni, E. (2023). *100+ Sleep Statistics - Facts and Data About Sleep 2023 | Sleep Foundation*. <https://www.sleepfoundation.org/how-sleep-works/sleep-facts-statistics>
- Suni, E. (2024). *Mastering Sleep Hygiene: Your Path to Quality Sleep*. <https://www.sleepfoundation.org/sleep-hygiene>
- Suparman, A., Wibowo, S., Kekalih, A., Ilyas, M., & Agustina, A. (2022). Indonesian Version of Swedish Occupational Fatigue Inventory (SOFI): Validity and Reliability Test of Worker's Fatigue Assessment Instrument. *The Indonesian Journal of Community and Occupational Medicine*, 2(2), 89–95. <https://doi.org/10.53773/ijcom.v2i2.36.89-95>
- Suparyanto dan Rosad. (2020). Modul Metodologi Penelitian Kuantitatif (KSM361). *Suparyanto Dan Rosad*, 5(3), 248–253.
- Suwarna, A. H. (2013). Perbedaan pola tidur antara kelompok terlatih dan tidak terlatih. *Medikora*, VX(1), 85–96.
- Thompson, K., Glenn, L. L., & Verstein, D. (2011). Comparison of masculine and feminine traits in a national sample of male and female nursing students. *American Journal of Men's Health*, 5(6), 477–487. https://doi.org/10.1177/1557988311404925/ASSET/IMAGES/LARGE/10.1177_1557988311404925-FIG1.JPEG
- UGM, L. P. (2021). *Tingkat Academic Burnout Mahasiswa Klaster Sosio-*

- Humaniora UGM: Meningkatkan Kesadaran akan Urgensi Fenomena Academic Burnout.* LM Psikologi UGM.
<https://lm.psikologi.ugm.ac.id/2021/12/laporan-hasil-riset-mandiri-tingkat-academic-burnout-mahasiswa-klaster-sosio-humaniora-ugm-meningkatkan-kesadaran-akan-urgensi-fenomena-academic-burnout/>
- Unair. (2020). *Gangguan Pola Tidur pada Pasien Penyakit Ginjal Kronis.*
<https://unair.ac.id/gangguan-pola-tidur-pada-pasien-penyakit-ginjal-kronis/>
- Wicaksono, D. W. (2019). Analisis Faktor Dominan Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga. *Fundamental and Management Nursing Journal*, 1(1), 46.
<https://doi.org/10.20473/fmnj.v1i1.12131>
- Wijanarti, H. L., & Anisyah, T. D. A. (2022). *View of Hubungan Antara Kualitas Tidur, Beban Kerja Fisik Terhadap Perasaan Kelelahan Kerja Pada Perawat Rawat Inap Kelas 3 Di RS PKU Muhammadiyah Gamping* | *Jurnal Lentera Kesehatan Masyarakat.* Jurnalkesmas.
<https://www.jurnalkesmas.co.id/index.php/jlkm/article/view/3/4>
- Work and Fatigue* | NIOSH | CDC. (n.d.). Retrieved November 24, 2023, from
<https://www.cdc.gov/niosh/topics/fatigue/default.html>
- Wulandari, S. K., Swarjana, I. K., & Indrayanthi, P. A. M. (2023). Hubungan Kecemasan Dan Beban Kerja Dengan Kualitas Tidur Perawat Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Daerah Mangusada Badung. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 7(1), 1–6. <https://doi.org/10.37294/jrkn.v7i1.421>
- yang Berhubungan dengan Tingkat Kelelahan Kerja pada Pengemudi Ojek Online di Wilayah Jakarta Timur Tahun, F.-F., & Rukayah, S. (2020). The Correlation Factors of Fatigue Level on Online Ojek Drivers in East Jakarta. *Jurnal Persada Husada Indonesia*, 7(25), 31–37.
<http://jurnal.stikesphi.ac.id/index.php/kesehatan>
- Zuraida, R. (2015). Tingkat Kelelahan Pengemudi Bus Rapid Transport (BRT) Jakarta Berdasarkan Swedish Occupational Fatigue Index (SOFI). *ComTech: Computer, Mathematics and Engineering Applications*, 6(2), 229.
<https://doi.org/10.21512/comtech.v6i2.2267>