

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, D., Maulina, M., & Kiftia, M. (2019). Faktor Gaya Hidup Yang Mempengaruhi Tidur Santriwati Dayah Modern Banda Aceh. *Idea Nursing Journal*, 10(3), 46-49.
- Agustin, Y. (2019). Uji validitas instrumen Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) dalam mengukur kualitas tidur mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Nusantara*, 6(1), 34-42.
- Alfarabi, M., Arodes, E. S., Siagian, F. E., Cing, J. M., Simatupang, A., Suryanegara, W. & Suryowati, T. (2023). *Buku Panduan Tutorial Blok 12 Metodologi Penelitian, Epidemiologi, dan Statistik Kesehatan*.
- Arifin, Z., & Wati, E. (2020). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Konsentrasi Belajar Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto. *Human Care Journal*, 5(3), 650.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Carskadon, M. A., & Dement, W. C. (2011). Normal human sleep: An overview. In M. H. Kryger, T. Roth, & W. C. Dement (Eds.), *Principles and practice of sleep medicine* (5th ed., pp. 16-26). Elsevier Saunders.
- Demirci. 2015. Hubungan Kualitas Tidur dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Kedokteran 2012.
- Dimiyati, M., & Mudjiono, M. (2006). Belajar dan pembelajaran. *Jakarta: Rineka Cipta*.
- Djamalilleil, S. F., Rosmaini, R., & Nadia, P. D. (2020). Hubungan Kualitas Tidur Terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah Padang Angkatan 2018. *Health and Medical Journal*, 3(1).
- Fadlilah, M., Aristoteles, A., & Pebyana, B. (2020). Hubungan kualitas tidur dengan kesiapan mengikuti proses belajar mahasiswa S1 Keperawatan

semester IV STIKes Muhammadiyah Palembang. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 11(1), 86. <https://doi.org/10.26751/jikk.v11i1.573>

Fatimah, S. (2021). “Peran Santri Perempuan dalam Masyarakat: Studi Kasus Pesantren Salafiyah”. *Jurnal Pendidikan Islam*. Genzel, L. Fonseca, A.G. Sleep and Academic Performance: considering amount, quality and timing; *Current Opinion in Behavioral Sciences*. 2020. 22- 65p

Guyton, A. C., & Hall, J. E. (2021). *Textbook of Medical Physiology* (14th ed.). Elsevier.

Hegard, N. (2019). Terjemahan dan adaptasi instrumen Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI).

Hidayati, P. K., & Siswanto, S. (2021). Hubungan Kecerdasan Spiritual Terhadap Self Regulated Learning Pada Santri Pondok Pesantren Putri Al-Fathimiyah Banjaranyar Paciran. *Conseils: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 1(1), 41-51.

Indrawati, R. (2012). Uji reliabilitas dan validitas PSQI versi Indonesia. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*, 10(2), 59-66

Ireyne, A., Nuraini, A., & Wijayanti, R. (2020). Kualitas tidur pada mahasiswa dan faktor yang memengaruhinya. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 23(3), 145–152.

Jasaputra, D. K., & Santosa, S. (2008). *Metodologi Penelitian Biomedis Edisi 2. Bandung: Danamartha Sejahtera Utama (DSU)*.

Jona, E. M. (2020). Hubungan Gangguan Pola Tidur dengan Konsentrasi Belajar Mahasiswa Ners Tingkat 3 Stikes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022.

Junaidi, W., Ayu, M., Bella, S., Shaqinah, S. A., Ulfarianti, U., & Amna, Z. (2024). Perbedaan Kualitas Tidur Mahasiswa Ditinjau Dari Jenis Kelamin. *Syiah Kuala Psychology Journal*, 2(2), 86-99.

- Junco, R. (2012). The relationship between frequency of Facebook use, participation in Facebook activities, and student engagement. *Computers & Education*, 58(1), 162–171.
- Kemenkes (2022). Kurang Tidur dapat Mempengaruhi Kesehatan Mental.
- Krutson, K. L., Spiegel, K., Penev, P., & Van Cauter, E. (2017). The metabolic consequences of sleep deprivation. *Sleep Medicine Reviews*, 11(3), 163–178.
- Kurniaman, I., Ramadhan, I., & Nurwanti, E. (2018). Hubungan antara kualitas tidur dengan konsentrasi belajar mahasiswa tingkat empat Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung tahun 2017–2018. *J Majority*, 7(6), 123–129.
- Latifah, E. (2019). MAHASANTRI SEBAGAI PELAKU ENTERPREUNER DI ERA INDUSTRI 4.0.
- Lawijaya, E. C. *Hubungan antara Kualitas Tidur dan Konsentrasi Belajar Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran UIN Jakarta Tahun Ajaran 2022/2023* (Bachelor's thesis).
- Ludtaningma, A. S. (2019). Gambaran Kualitas Tidur Mahasiswa yang Tinggal di Pondok Pesantren Syafi'ur Rohman Jember.
- Luhulima, M., Yemina, L., Widiastuti, S. H., & Pangaribuan, S. M. (2024). Hubungan Kualitas Tidur dengan Konsentrasi Belajar pada Mahasiswa keperawatan Tingkat Akhir. *Jurnal Keperawatan Cikini*, 5(2), 143-150.
- Marantika, E. J. (2022). Hubungan Gangguan Pola Tidur dengan Konsentrasi Belajar Mahasiswa Nrs Tingkat 3 STIKES Santa Elisabeth Medan Tahun 2022.
- Marpaung, A. (2013). Pengaruh kualitas tidur terhadap konsentrasi belajar pada remaja. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 8(1), 25–31.

- Maulina, N., Lestari, P., & Wulandari, F. (2019). Pola tidur dan stres pada mahasiswa yang tinggal di pondok pesantren. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 7(2), 88–94.
- Murwani, A., & Umam, M. K. (2021). Hubungan intensitas penggunaan smartphone dengan kualitas tidur pada mahasiswa angkatan 2017 program studi ilmu keperawatan di Stikes Surya Global Yogyakarta. *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati*.
- Mustikawati, R., Cahyani, D., & Rohmah, L. (2016). Pola tidur santri dan dampaknya terhadap konsentrasi belajar. *Jurnal Psikologi Islam*, 3(2), 67–75.
- MUTTAQIN, I. S. (2018). *Hubungan manajemen waktu dengan regulasi diri dalam belajar santri berstatus mahasiswa di Pondok Pesantren Al-Barokah Yogyakarta* (Doctoral dissertation, UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA).
- Pangestika, D. A. (2019). *Hubungan Kualitas Tidur dan Asupan Gizi Siswa dengan Prestasi Belajar di SMAN 1 Waru Sidoarjo* (Doctoral dissertation, STIKes Hang Tuah Surabaya).
- Pilcher, J. J., & Walters, A. S. (1997). How sleep deprivation affects psychological variables related to college students' cognitive performance. *Journal of American College Health*, 46(3), 121–126.
- Pitaloka. (2016). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Dan Kemampuan Konsentrasi Belajar Mahasiswa Program Study Ilmu Keperawatan Universitas Riau. *JOM*. Vol. 2 No. 2, Oktober 2016.
- Potter P, Perry A. Buku ajar fundamental keperawatan konsep, proses, dan praktik. 4th ed. Jakarta: EGC; 2012.
- Potter & Perry. (2010). *Fundamental keperawatan (ed.7vol.2)*. Jakarta: Salemba Medika

- Pratiwi, D. N. (2019). Hubungan Gaya Belajar dan Konsentrasi Belajar dengan Hasil Belajar Matematika Peserta Didik Kelas V SD Negeri Gugus IV Gadingrejo Kabupaten Pringsewu Tahun Pelajaran 2018/2019.
- Purves, D., Augustine, G. J., Fitzpatrick, D., Hall, W. C., LaMantia, A.-S., & White, L. E. (2018). *Neuroscience* (6th ed.). Oxford University Press.
- Putra, I. W. P. K. (2023). Hubungan Kualitas Tidur dengan Konsentrasi Belajar di Masa Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Keperawatan Tahun 2022 Institut Teknologi dan Kesehatan Bali.
- Rahmania, S., Nurul, I., & Putri, F. (2020). Dinamika kehidupan mahasantri di pesantren mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Islam*, 6(1), 45–55.
- Rahmawati, N. (2022). Analisis Hubungan Lama Tinggal di Pesantren terhadap Konsentrasi Belajar Santri di Pesantren X. *Jurnal Pendidikan Islam*, 14(3), 205–214.
- Rohmah, W. K. (2020). Determinan kualitas tidur pada santri di pondok pesantren. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 4(Special 3), 649-659.
- Sadu, B., Imus, W., Prayogo, D., Wicaksono, U., & Ahok, M. (2022). Perbedaan Tingkat Konsentrasi Belajar Mahasiswa Terhadap Metode Pembelajaran Online dan Offline pada Mahasiswa Fisioterapi STIKES Suaka Insan Banjarmasin. *Sang Pencerah: Jurnal Ilmiah Universitas Muhammadiyah Buton*, 8(2), 385-394.
- Salikunna, N. A., Astiawan, W. D., 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.
- Sati, H., & Sunarti, E. (2021). Konsentrasi belajar dan faktor-faktor yang memengaruhinya pada mahasiswa. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 19(2), 75–82.

- 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), 2019.
- Siti Fatimah, 2020, Strategi Guru Dalam Menumbuhkan Motivasi Belajar Siswa Mata Pelajaran IPS di SMP Negeri 1 Omben Sampang, Skripsi, Fakultas Tarbiyah Program Studi Tadris Ilmu Pengetahuan Sosial Institut Agama Islam Negeri Madura, Pembimbing: Hasan Basri, M.Pd.
- Smith, M. & Segal. (2013). How Much Sleep Do You Need? Sleep Cycle & Stages, Lack of Sleep, and Getting The Hours You Need.
- Sucipto, A. A. (2021). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Konsentrasi Belajar Santri Putra Madrasah Aliyah Di Pondok Pesantren Alfiqoriyah Kabupaten Bogor.
- Sulistiyani, C. (2012). Beberapa Faktor Yang Berhubungan dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Sulthani, M. G., & Sudinadji, M. B. (2023). Hubungan Antara Konsentrasi Belajar Dan Kualitas Tidur Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Surya, B. R., Asih, N. S. W., Kep, M., Yeni, N., Suryaningsih, S. K., & Kep, M. (2020). Hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur pada mahasantri di pondok pesantren Syafi'Ur Rohman Wilayah Summersari Jember. Universitas Muhammadiyah Jember. Skripsi.
- Susanti, N. (2018). Pentingnya tidur dalam mendukung kesehatan mental dan kognitif. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 6(1), 33–39.
- Syamsu, Y. (2012). Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja. Remaja Rosdakarya.
- Szalma, J. L., & Hancock, P. A. (2011). Noise effects on human performance: a meta-analytic synthesis. *Psychological bulletin*, 137(4), 682.

- Tristianingsih, J., & Handayani, S. (2021). Determinan Kualitas Tidur Mahasiswa Kampus A di Universitas Muhammadiyah Prof DR Hamka. Perilaku dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior, 3(2), 6.
- Waliyanti, E., & Pratiwi, W. (2017). Hubungan Derajat Insomnia Dengan Konsentrasi Belajar Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Di Yogyakarta (Correlation Between Insomnia with Learning Concentration Among Nursing Students in YOGYAKARTA). *IJNP (Indonesian Journal of Nursing Practices)*, 1(2), 9-15.
- Walker, M. (2017). *Why We Sleep: Unlocking the Power of Sleep and Dreams*. Scribner.
- Wang, Y., & Biro, F. M. (2021). Factors associated with poor sleep in college students: A review. *Journal of Adolescent Health*, 68(3), 273–280.
- Wicaksono DW, Yusuf A, Widyawati IY. Analisis Faktor Dominan Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga. 2012.
- Widiastuti, I. F., Rahayu, D. A., & Lestari, D. (2021). Pengaruh Jenis Kelamin terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Psikologi*, 10(2), 115–123.
- Wijaya, R. P., & Lestari, S. M. (2020). Hubungan Usia dan Pola Tidur dengan Konsentrasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Terapan*, 8(1), 45–52.
- Yulistiani, D., Fajrani, S., Nugrahanti, R., & Fathan, M. J. A. Hubungan Kualitas Tidur terhadap Konsentrasi Belajar pada Mahasiswa Klaster Kesehatan Universitas Gadjah Mada.
- Zulfa, N. A., & Mujazi, M. (2021). Hubungan Pola Tidur Terhadap Konsentrasi Belajar Peserta Didik Di SDN Kembangan Utara 06 Pagi. In *Seminar Nasional Ilmu Pendidikan dan Multi Disiplin (Vol. 4)*.