

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, M., & Putri, R. S. (2023). Hubungan Kebiasaan Mengonsumsi Minuman Berkafein Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Di Rt02 Rw17 Kelurahan Bahagia Kabupaten Bekasi. *Afiat*, 9(2), 11–33. <https://doi.org/10.34005/afiat.v9i2.3460>
- Arum, M., & Chabibah, A. M. (2022). Pengaruh Konsumsi Minuman Berkafein Terhadap Pola dan Kualitas Tidur Mahasiswa : A Literatur Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(2), 117–122. <https://doi.org/10.56338/mppki.v5i2.1910>
- Asyafah, A. (2016). *Mendidik karakter dengan pengamalan dan pembiasaan*. 352–364.
- Aulia, U. H. J. (2024). *Statistik parametrik (teori dan aplikasi dengan spss)* (Issue November).
- Aura, S., Malika, T., Ansor, A. S., & Putra, F. A. (2024). Hubungan Antara Konsumsi Kafein Dengan Gangguan Pola Tidur Pada Hubungan Antara Konsumsi Kafein Dengan Gangguan Pola Tidur Pada Mahasiswa (Sebuah Studi Literatur). *December*.
- Br Ginting, S. S., Astiarani, Y., Santi, B. T., & Vetinly, V. (2022). Tingkat Pengetahuan Efek Konsumsi Kafein Dan Asupan Kafein Pada Mahasiswa. *Journal of Nutrition College*, 11(4), 264–271. <https://doi.org/10.14710/jnc.v11i4.32930>
- Clariska, W. (2019). Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi Pendahuluan Stres adalah keadaan yang diakibatkan oleh situasi sosial , lingkungan , dan tuntutan fisik yang tidak terkon. 1(November 2020), 94–102.
- Clariska, W., Yuliana, Y., & Kamariyah, K. (2020). Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 1(2), 94–102. <https://doi.org/10.22437/jini.v1i2.13516>
- Damanik. (2006). *Pengujian reliabilitas, validitas, analisis item dan pembuatan norma Depression Anxiety Stress Scale (DASS): Berdasarkan penelitian pada kelompok sampel Yogyakarta dan Bantul yang mengalami gempa bumi dan kelompok sampel Jakarta dan sekitarnya yang tidak*. <https://lontar.ui.ac.id/detail?id=94859>
- Ningsih, D. S. R. I. P. (2020). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Pada Remaja Di Smkn 7 Pekanbaru*. 2(2), 1–23.
- Djoar, R. K., & Anggarani, A. P. M. (2024). Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Stress Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jambura Health and Sport Journal*, 6(1), 52–59. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v6i1.24064>
- Fajar Arya Nugraha, Aisiyah, T. J. . W. (2023). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Di SMPN 254 Jakarta. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 7(2), 107–115.
- Fernandi, R. (2019). Efek Kafein terhadap Kesehatan Manusia. *Cermin Dunia Kedokteran*, 46(1), 64–69. <http://cdkjournal.com/index.php/CDK/article/view/545>

- Grevinsyah, G. (2023). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja. *Nucl. Phys.*, 13(1), 104–116.
- Hafizhuddin, M. I. (2019). Hubungan Antara Self Disclosure Melalui Status Wa Dan Kualitas Hidup Pada Mahasiswa Di Universitas Muhammadiyah Surabaya. *Skrip*, h. 2. http://repository.um-surabaya.ac.id/id/eprint/3715%0Ahttp://repository.um-surabaya.ac.id/3715/3/BAB_II.pdf
- Hulukati, W., & Djibrin, M. R. (2018). Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. *Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling Teori Dan Praktik)*, 2(1), 73. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v2n1.p73-80>
- Hutagalung, N. A., Marni, E., & Erianti, S. (2022). Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal) Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kualitas Tidur Pada Factors Affecting Sleep Quality In Nursing Students Level One Nursing Study Program Stikes Hang Tuah Pekanbaru. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah* (, 2(1), 77–89.
- Intan, M. D. (2021). Teori perkembangan dewasa (adult development theory). *Research Gate, December 2021*, 1–18.
- Japardi I. (2016). Gangguan Tidur. *Digit by USU Digit Libr.*, 1-11.
- Julika, S., & Setiyawati, D. (2019). Hubungan antara Kecerdasan Emosional, Stres Akademik, dan Kesejahteraan Subjektif pada Mahasiswa. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 5(1), 50. <https://doi.org/10.22146/gamajop.47966>
- Kartini. (2020). *Hubungan Antara Tingkat Stres Terhadap Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Angkatan 2016 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar*. 3(2), 91–102.
- Khasanah, N., Rokhmah, N. A., & Kurniasih, Y. (2024). *Hubungan konsumsi kopi dengan kualitas tidur pada remaja mahasiswa fakultas ilmu kesehatan Universitas ' Aisyiyah Yogyakarta The relationship between coffee consumption and sleep quality in adolescents of the faculty of health , ' Aisyiyah University Yogy*. 2(September), 2283–2288.
- Lioe, E. B. W., Engka, J. N. A., Marunduh, S. R., Studi, P., Dokter, P., Kedokteran, F., Sam, U., Fisiologi, B., Kedokteran, F., & Sam, U. (2025). *Hubungan Konsumsi Kafein dengan Pola Tidur Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter*. 13(3), 313–318.
- Lisa Fradisa, Def Primal, I. G. (2022). Hubungan Tingkat Stres Dengan Pola Tidur Mahasiswa Keperawatan Dalam Menyusun Skripsi Di Universitas Perintis Indonesia. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(20), 1349–1358.
- Matiti, M., Waningsih, N. A., & Paputungan, F. (2023). Perkembangan Intelegensi Dan Perkembangan Fisik Pada Remaja Intelligence Development And Physical Development In Adolescents. *Journal of Education and Culture (JEaC)*, 3(1), 2986–1012. <https://journals.ubmg.ac.id/index.php/JEaC/article/view/1265>
- Maulina, E. (2020). Pertumbuhan, Perubahan, Dan Pengembangan Mahasiswa. *Jurnal Mitra Manajemen*. <https://journal.universitassuryadarma.ac.id/index.php/jmm/article/viewFile/575/546>
- Mierza, V., Aenah, N., Nurlaela, Fransiska, A. N., Malik, L. H., & Wulanbirru, P. (2023).

- Literature Review: Analisis Kadar Kafein Menggunakan Metode Spektrofotometri Uv-Vis. *Jurnal Farmasetis*, 12(1), 21–26.
- Musabiq, S., & Karimah, I. (2018). Gambaran Stress dan Dampaknya Pada Mahasiswa. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 20(2), 74. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v20i2.240>
- Mutiara, A., Ashari, E., & Hariyani, I. P., (2022). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 5(3), 366–374. <https://doi.org/10.31850/makes.v5i3.1831>
- Nurfirdaus, N., & Risnawati. (2019). Studi tentang pembentukan kebiasaan dan perilaku sosial siswa (studi kasus di SDN 1 Windujanten). *Jurnal Lensa Pendas*, 4(1), 36–46. <http://jurnal.upmk.ac.id/index.php/lensapendas/article/download/486/339/>
- Olifia, S., Rajagukguk, S., & Ananda, A. (2022). Makna Kedai Kopi Sebagai Ruang Publik Di Kalangan Remaja. *Ikon --Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi*, 27(3), 251–266. <https://doi.org/10.37817/ikon.v27i3.2614>
- P. Agustine, R. putri Damayanti, N. A. (2021). Kata Kunci: Arabika, ekstrak kafein, kafein, kopi, Robusta 78. *Jurnal Arti*, 6, 78–89.
- Permata, Y. N., Sriwiyati, K., & Affanin, S. (2023). Hubungan kebiasaan minum kopi dan aktivitas fisik dengan kualitas tidur mahasiswa fakultas kedokteran. *Journal of Nursing Practice and Education*, 4(1), 206–211. <https://doi.org/10.34305/jnpe.v4i1.957>
- Permatasari, A. N. (2020). Hubungan Tingkat Stres Terhadap Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Tahun Pertama Dan Tahun Kedua Fakultas Kedokteran UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. In *Fakultas Kedokteran UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*.
- Prof. Dr. Soekidjo Notoatmodjo. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. In *Rineka Cipta* (pp. 1–242). buku notootmojo
- Putra, R. E. (2022). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi S1 Teknik Sipil Universitas Sultan Agung Semarang*. 9, 356–363.
- Rafknowledge. (2004). *15 INSOMNIA DAN GANGGUAN TIDUR KAINNYA.pdf* (p. 175).
- Rahman, S., Mohtar, M. S., & Basit, M. (2023). *Kesehatan Tingkat Akhir Di Universitas Sari Mulia*. 8(2), 184–189.
- Ranti, N. B. P., Boekoesoe, L., & Ahmad, Z. F. (2022). Kebiasaan Konsumsi Kopi, Penggunaan Gadget, Stress dan Hubungannya dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa. *Jambura Journal of Epidemiology*, 1(1), 20–28. <https://doi.org/10.37905/jje.v1i1.15027>
- Rizal, N. S., & Afriandi, D. (2022). Hubungan Konsumsi Kopi Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara. *Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan - Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*, 21(2), 233–239. <https://doi.org/10.30743/ibnusina.v21i2.311>
- Ruriyanty, R. N. R., . S. R., Mohtar, M. S., & . M. B. (2023). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Kesehatan Tingkat Akhir Di Universitas Sari

- Mulia. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (Jksi)*, 8(2), 184–189. <https://doi.org/10.51143/jksi.v8i2.493>
- Rusmanto, U. (2020). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Dengan Pembelajaran Online. *Indonesia Accounting Journal*, 2(2), 66.
- Rusmianingsih, N., Rahmawati, E., & Wulan, N. (2024). Hubungan tingkat stres dan kualitas tidur dengan konflik pada mahasiswa profesi ners di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan. *Journal of Nursing Practice and Education*, 4(2), 297–306. <https://doi.org/10.34305/jnpe.v4i2.1080>
- Sahri, R. P., & Hasibuan, M. T. D. (2023). Hubungan Kualitas Tidur dengan Prestasi Belajar pada Mahasiswa. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(2), 473–480. <https://doi.org/10.37287/jppp.v5i2.1459>
- Sarwono, A. E., & Handayani, A. (2021). Metode Kuantitatif. In *Metode Kuantitatif* (Issue 1940310019).
- Sihombing, L. (2020). Pendidikan Dan Karakter Mahasiswa Di Perguruan Tinggi. *Jurnal Christian Humaniora*, 4(1), 104–112. <https://doi.org/10.46965/jch.v4i1.159>
- Sugiyono. (2023). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. *Metode Penelitian Kuantitatif*, 1–274. <http://belajarpsikologi.com/metode-penelitian-kualitatif/>
- Sulana, I., Sekeon, S., & Mantjoro, E. (2020). Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Samratulangi. *Jurnal KESMAS*, 9(7), 37–45. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/31609>
- Tudu, F. N. B., Tira, D. S., & Landi, S. (2023). Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Fkm. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 12–19. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v12i1.226>
- Ummah, M. S. (2020). Teori habits perspektif psikologi dan pendidikan islam. *Sustainability (Switzerland)*, 11(1), 1–14. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBERTUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI
- Utami, A. Z., & Ismail, K. (2023). Analisis Tingkat Stres dan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Universitas Sebelas Maret. *Edu Masda Journal*, 07(02), 100–111. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:264134129>
- Utari, gusti ayu made kartika asri. (2020). *hubungan konsumsi kopi dengan kualitas tidur pada remaja*. 2507(February), 1–9.
- Valencia, C. (2020). Hubungan Konsumsi Kafein dengan Kualitas Tidur Remaja. *Galang Tanjung*, 2504, 1–9.
- Wahyu Kijang Ramadhan, Santun Bhakti Rahimah, & Ellyi Marliyani. (2022). Pengaruh Konsumsi Kopi dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran Unisba. *Bandung Conference Series: Medical Science*, 2(2), 1176–1180. <https://doi.org/10.29313/bcsms.v2i2.3726>
- Widasari, N. (2021). *Hubungan mengonsumsi minuman berkafein dengan pola tidur pada remaja*.

- Yusri, A. Z. dan D. (2020). Teori, Metode dan Praktik Penelitian Kualitatif. In *Jurnal Ilmu Pendidikan* (Vol. 7, Issue 2).
- Zulva, I. (2023). *Hubungan Tingkat Stress Penyusunan Skripsi Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa/I Keperawatan Tingkat Akhir Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Keluarga*. 19(5), 1–23.

