

DAFTAR PUSTAKA

- Abel, Y., Nur, M. L., Toy, S. M., & Jutomo, L. 2019. Stres, Pola Konsumsi, dan Pola Istirahat Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Nusa Cendana. *Timorese Journal of Public Health*. 1(2) : 52-57
- Akcay, D., & Sivri, M. (2021). *The relationship between nutrition habits, sleep quality, and body mass index of university students*. *Journal of Nutrition and Health Sciences*, 8(3), 123-134.
- Ahmad, I. E., Rijal, S., & Haryati, H. (2020). Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo. *Jurnal Surya Medika*, 5(2), 42–53.
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran tingkat stres mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40-47.
- Amalia, F., & Setiawan, A. (2022). Keterlibatan Mahasiswa dalam Aktivitas Organisasi dan Dampaknya terhadap Stres Akademik di Universitas Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 10(3), 55-62.
- American College Health Association (ACHA). (2018). *American College Health Association's National College Health Assessment (NCHA) Spring 2018 reference group executive summary*. Hanover, Maryland, American College Health Association
- Angesti, I., & Manikam, N. (2020). Pengaruh stres terhadap status gizi mahasiswa. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 12(2), 45–52.
- Arinda, A., & Andreas, A. (2020). Pengaruh Stres terhadap Keseimbangan Fisiologi Tubuh pada Remaja: Tinjauan Literatur. *Jurnal Kesehatan Remaja*, 8(1), 32-40.
- Asih, G. Y., Widhiastuti, H., & Dewi, R. (2018). *Stres kerja*. Semarang University Press
- Aulia, Z. P. (2022). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2022. Skripsi. Program Studi Kesehatan Masyarakat. Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 11181010000085.
- Ayuningtyas, G., Hasanah, U., & Yuliawati, T. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Dengan Status Gizi Balita. *NURSING ANALYSIS: Journal of Nursing Research*, 1(1), 15-22.
- Azzahra, A. (2020). Pengaruh menulis ekspresif terhadap tingkat stres mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, Vol.1.No.1

- Bachtiar, V. A. (2022). Profil dan probabilitas kejadian gangguan durasi tidur-persepsi kualitas tidur mahasiswa kedokteran: studi formatif. *Jurnal Pranata Biomedika*, 1(1), 51-58.
- Banjarnahor, R. O. (2017). Hubungan Stres Dengan Kejadian Dismenorea Pada Mahasiswi Universitas Sumatera Utara Angkatan 2016. *Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara*, 1–61
- Barseli, M., Ahmad, R., & Ifdil, I. (2018). Hubungan stres akademik siswa dengan hasil belajar. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4(1), 40-47.
- Bayram, N., & Bilgel, N. (2008). The relationship between stress sources and coping strategies in university students. *Journal of Affective Disorders*, 137(1-3), 115-122.
- Berman, A., Snyder, S. J., & Frandsen, G. (2016). *Kozier & Erb's Fundamental of Nursing Concepts, Process, and Practice (Tenth Edit)*. New Jersey: Pearson.
- Buchan, Z., & Houghton, S. (2018). *The impact of academic stress on eating behaviors among university students*. *Journal of American College Health*, 66(8), 643-651.
- Buysse, D. J., Reynolds, C. F., Monk, T. H., Berman, S. R., & Kupfer, D. J. (1989). *The Pittsburgh Sleep Quality Index : A New Instrument Psychiatric Practice and Research*.
- Casogi, N. (2020). *Tingkat stres mahasiswa tingkat menengah di Universitas Lampung: Pengaruh mata kuliah kompleks terhadap stres akademik*. *Jurnal Psikologi Universitas Lampung*, 18(1), 45-52.
- Chen, X., Zhao, X., & Wang, J. (2018). *Sleep duration and its impact on overweight and obesity among adolescents in China*. *Sleep Medicine*, 46, 42-47. doi:10.1016/j.sleep.2018.01.003
- Cohen, S., & Williamson, G. (1988). *Perceived stress in a probability sample of the United States*. In *The Social Psychology of Health* .Vol. 13, pp. 31–67.
- Dahlan, M, S. (2014). *Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta: Epidemiologi Indonesian
- Dahlan, M. S. (2019). *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan: Deskriptif, Bivariat, dan Multivariat* (6th ed.). Jakarta: Epidemiologi Indonesia.
- Dhaifany. (2021). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Konsentrasi Belajar Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Medika Hutama : Vol 02 No 04*, Juli 2021

- Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi. (2020). *Statistik pendidikan tinggi Indonesia 2020*. Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi
- Djamalilleil, S. F., Rosmaini, R., & Dewi, N. P. (2021). Hubungan kualitas tidur terhadap konsentrasi belajar mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah Padang angkatan 2018. *Health and Medical Journal*, 3(1), 43–50.
- Dwimawati, E. (2020). Gambaran Status Gizi Berdasarkan Antropometri Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Ibn Khaldun Bogor. *PROMOTOR*, 3(1), 50-55.
- Fakhriya. (2022). Pengaruh Stres terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Terapan*, 10(1), 45-56
- Fauziyah, R. N. (2019). *Sampling dan Besar Sampel Bidang Kesehatan Masyarakat dan Klinis*. Bandung: Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung. ISBN: 978-623-91302-3-7.
- Fatima, Y., Doi, S. A. R., & Mamun, A. A. (2016). *Sleep Quality and Obesity in Young Subjects: A Meta-analysis*. *Obesity Reviews*, 17(11), 1154-1166. doi:10.1111/obr.12444.
- Febytia, N. D., & Dainy, N. C. (2022). Hubungan kualitas tidur, asupan zat gizi makro dan aktivitas fisik dengan status gizi mahasiswa gizi UMJ. *Jurnal Ilmu Gizi dan Dietetik*, 1(3), 204-209.
- Fitriyani, L. (2023). Hubungan Tingkat Stres dengan Status Gizi Mahasiswa Tingkat Akhir S1 Fakultas Ilmu Keperawatan UNISSULA. *Doctoral dissertation*. Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Gębska, M., Walecka-Kapica, E., Stelmach-Mardas, M., & Walkowiak, J. (2021). *The influence of nutritional status on sleep quality among young adults*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(2), 547. doi:10.3390/ijerph18020547
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS*. Semarang : Badan Penerbit Universitas Diponegoro
- Ghawa, E. Y. D., Lidia, K., & Buntoro, I. F. (2021). Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Selama Masa Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. *Cendana Medical Journal (CMJ)*, 9(2), 222–230. <https://doi.org/10.35508/cmj.v9i2.5974>
- Handayani, S. (2020). Pengukuran Tingkat Stres Dengan *Perceived Stress Scale–10*: Studi *Cross Sectional* Pada Remaja Putri Di Baturetno. *Jurnal Keperawatan GSH*, 9(1), 1-6.

- Haryati, R. (2020). Hubungan Antara Kualitas Tidur dengan Stres pada Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 9(1), 41-47.
- Hayes JF, Balantekin KN, Altman M, Wilfley DE, Taylor CB, Williams J.(2018). *Sleep Patterns and Quality Are Associated with Severity of Obesity and Weight-Related Behaviors in Adolescents with Overweight and Obesity. Childhood Obesity*. 14(1):11– 17. <https://doi.org/10.1089/chi.2017.0148>
- Hidayat, A. A. (2015). *Pengantar konsep dasar keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hidayati, L. N., & Harsono, M. (2021). Tinjauan literatur mengenai stres dalam organisasi. *Jurnal Ilmu Manajemen*, 18(1), 20-30.
- Hirshkowitz, M., Whiton, K., Albert, S. M., Alessi, C., Bruni, O., DonCarlos, L., & Hillard, P. J. A. (2015). *National Sleep Foundation's sleep time duration recommendations: methodology and results summary. Sleep health*, 1(1), 40-43.
- Journal CSS Publishing. (2021). *The impact of extracurricular activities on academic performance: A review of research. International Journal of Multidisciplinary Studies*, 23(2), 143-158.
- Kahn, M., et al. (2014). *The impact of stress on sleep quality in university students. Journal of American College Health*, 62(1), 36-42.
- Kanah, P. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Pola Konsumsi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Kesehatan. *Medical Technology and Public Health Journal*, 4(2), 203–211. <https://doi.org/10.33086/mtphj.v4i2.1199>
- Kadita, F., & Wijayanti, H. S. (2017). Hubungan konsumsi kopi dan screen-time Dengan lama tidur dan status gizi pada dewasa. *Journal of Nutrition College*, 6(4), 301-306.
- Kementrian Kesehatan. (2018). *Kebutuhan Tidur Sesuai Usia*. P2ptm Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Pedoman Gizi Seimbang dan Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementrian Kesehatan RI. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Peraturan Menteri Kesehatan, 1-96.
- Kementrian Kesehatan. (2023) *Survei Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kemenkes Ri. Diakses Pada Tanggal 18 Juni 2024. Dari <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/Hasil-Ski-2023>

- Lemeshow, S., & Hosmer, D. W. (1997). *Applied Logistic Regression* (2nd ed.). New York: Wiley.
- Levine, M. P., & Piran, N. (2019). *Reflections on the Role of Prevention in the Link Between Sociocultural Factors and Eating Disorders*. *Eating Disorders*, 27(4), 375-379. doi:10.1080/10640266.2019.1632011.
- Livana, P. H., Mubin, M. F., & Basthomi, Y. (2020). " *Learning Task*" Attributable to Students' Stress During the Pandemic Covid-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2), 203-208.
- Lubis N.L (2019) *Depresi : Tinjauan Psikologis*. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup.;1–36.
- Malahayati, S. (2023). Pengaruh beban akademik terhadap kualitas tidur mahasiswa di Universitas Malahayati. *Jurnal Kesehatan Universitas Malahayati*, 5(2), 75-84.
- Mallampalli, M. P., & Carter, C. L. (2014). Insomnia and gender: A review of the literature. *Journal of Women's Health*, 23(7), 572-578.
- Marfuah, D., Hadi, H., & Huriyati, E. (2016). Durasi dan kualitas tidur hubungannya dengan obesitas pada anak sekolah dasar di Kota Yogyakarta dan Kabupaten Bantul. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*, 1(2), 93-101.
- Miller, M. A., & Cappuccio, F. P. (2017). A Systematic Review of Short Sleep and Obesity in Childhood: Implications for Public Health. *Sleep Medicine Reviews*, 36, 50-58. doi:10.1016/j.smr.2016.09.003.
- Miliandani, D., & Meilita, Z. (2021). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Status Gizi Mahasiswa Tingkat Akhir Di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Islam As-Syafi'iyah Jakarta Timur Tahun 2021. *Afiat*, 7(1), 31-43.
- Minges, K. A., & Redeker, N. S. (2016). Delays in sleep timing and poor sleep quality in college students. *Journal of Adolescent Health*, 58(5), 574-582.
- Nabawiyah H, Khusniyati ZA, Damayanti AY, Naufalina MR. 2021. Hubungan Pola Makan, Aktivitas Fisik, Kualitas Tidur dengan Status Gizi Santriwati Pondok Modern Darussalam Gontor Putri 1. *Darussalam Nutrition Journal*. 5(1):78–89.
- Nadaek T.A. (2013). Hubungan Stres Psikososial dengan Konsumsi Makan dan Status Gizi Siswa SMU Methodist-8 Medan. *Skripsi*. Departemen Gizi Kesehatan Masyarakat FKM USU, Medan.

- Nilifda, H., Nadjmir, N., & Hardisman, H. (2016). Hubungan kualitas tidur dengan prestasi akademik mahasiswa program studi pendidikan dokter angkatan 2010 FK Universitas Andalas. *Jurnal kesehatan andalas*, 5(1).
- Ningsih, H. E. W., Dwidiyanti, M., & Hartati, E. (2018). *Mindfulness Mobile Application* Menurunkan Tingkat Stres Mahasiswa : A Literature Review. *Holistic Nursing and Health Science*, 1(2), 116.
- Nugroho, A. (2022). "Dampak Ekonomi Terhadap Pilihan Makanan Mahasiswa". *Jurnal Ekonomi dan Gizi*.
- Nurkhopipah, A. (2017). Hubungan Kebiasaan Makan, Tingkat Stres, Pengetahuan Gizi Seimbang dan Aktivitas Fisik dengan Indeks Massa Tubuh Mahasiswa S-1 Universitas Sebelas Maret Surakarta. *Doctoral dissertation*.UNS (Sebelas Maret University).
- Nursalam. 2017. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* (4th ed.). Jakarta: Salemba Medika
- Prameswari, N. S., & Lestari, F. (2020). Hubungan kualitas tidur dengan status gizi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 12(2), 89-96.
- Palayukan SS. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perubahan kualitas tidur mahasiswa Universitas Megarezky Makassar. *Nursing Inside Community*. 2(2):59-63.
- Putri, A. Y. (2018). Hubungan antara kecanduan *smartphone* dengan kualitas tidur pada remaja. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.
- Putri, R. (2020). Hubungan Keterlibatan Mahasiswa dalam Organisasi Kemahasiswaan dengan Tingkat Stres di Universitas Negeri Jakarta. *Jurnal Psikologi*, 15(2), 120-130.
- Quick et al. (2015). *Relationship Of Eating Competence, Sleep Behaviors And Quality And Overweight Status Among College Student*. *Eating Behaviors Journal*. 19: 15-19
- Rachmayani SA, Kuswari M, dan Melani V. 2018. Hubungan Asupan Zat Gizi dan Status Gizi Remaja Putri di SMK Ciawi Bogor. *IJHN: Indonesian Journal of Human Nutrition*. 5(2): 125–130.
- Rahmawati. (2020). Pengaruh Stres terhadap Penurunan Nafsu Makan pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Remaja*, 8(2), 87-95.
- Rasmun. (2004). *Stress, koping dan adaptasi teori dan pohon masalah keperawatan*. Jakarta: CV Sagung Seto.

- Ratnaningtyas, T. O., & Fitriani, D. (2019). Hubungan stres dengan kualitas tidur pada mahasiswa tingkat akhir. *Edu Masda Journal*, 3(2), 181-191.
- Sarfriyanda, Jaka, Karim Dewi A. 2015. Hubungan antara Kualitas Tidur dan Kuantitas Tidur dengan Prestasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Online Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau*, vol. 2, no. 2, 1178-1185
- Sari, D. (2019). "Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Mahasiswa". *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Septikasari, M. (2018). *Status gizi anak dan faktor yang mempengaruhi*. Uny Press.
- Silvia E, Febriyani A, Nando R, Riza A. (2020). Hubungan antara kualitas tidur dengan *acne vulgaris* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Umum Universitas Malahayati angkatan 2019. *Jurnal Medika Malahayati*. 4(1):33-38.
- Sitoayu, L., Aminatyas, I., Angkasa, D., Gifari, N., & Wahyuni, Y. (2021). Hubungan konsumsi makanan cepat saji, tingkat stres dan kualitas tidur terhadap status gizi pada remaja putra SMA DKI Jakarta. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 8(1), 55-64.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung : Alfabeta
- Sugiyono (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabet.
- Sukmawati, N. M. H., & Putra, I. G. S. W. (2019). Reliabilitas Kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (Psqi) Versi Bahasa Indonesia Dalam 53 Mengukur Kualitas Tidur Lansia. Wicaksana: *Jurnal Lingkungan Dan Pembangunan*, 3(2), 30-38.
- Sulana, I. O., Sekeon, S. A., & Mantjoro, E. M. (2020). Hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur mahasiswa tingkat akhir fakultas kesehatan masyarakat universitas sam ratulangi. *Kesmas*, 9(7).
- Suryani, A. I., Muliawan, P., & Adiputra, N. (2020). Hubungan beban kerja dengan stres kerja pada karyawan garmen di kota Denpasar. *Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmiah Kesehatan Politeknik Medica Farma Husada Mataram*, 6, 143-8.
- Sutanto, A. V., & Fitriana, Y. (2017). *Kebutuhan Dasar Manusia*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Syarofi, Z. N. (2018). *Hubungan tingkat stress dan emotional eating dengan status gizi pada mahasiswa program studi S-1 Gizi Reguler Tahun Keempat*

Universitas Airlangga. *Doctoral dissertation*, Fakultas Kesehatan Masyarakat.

Tarwoto, & Wartonah. (2015). *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.

Utami, N. W. A. (2016). *Modul antropometri*. Diklat/Modul Antropometri, 6, 4-36.

Verger, P., Lançon, C., & Watterlot, P. (2009). *Factors contributing to stress in students: Hormonal influences and social pressures*. *Journal of Health Psychology*, 14(4), 393-402.

Widyastuti, T. (2018). "Diet dan Kesehatan Mahasiswa: Tinjauan Gizi". *Jurnal Gizi dan Pangan*.

Widhiastuti H (2020). *Manajemen Stres Menggunakan Hypnoterapi*. Universitas Semarang Press.

Wijayanti, A., Margawati, A., & Wijayanti, H. S. (2019). Hubungan Stres, Perilaku Makan, dan Asupan Zat Gizi dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Journal of Nutrition College*, 8 (1): 1

Yuliwianti, A. A., Kusmiyati, Y., & Wahyuni, H. P. (2017). Hubungan Status Gizi Dengan Kecerdasan Intelektual Pada Anak Sekolah dasar di SD Kanisius Pugeran Tahun 2016. *Doctoral dissertation*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Zaky, A., & Wati, A. R. (2020). Analisis faktor faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur mahasiswa STIKes Awal Bros Pekanbaru. *Journal of STIKes Awal Bros Pekanbaru*, 1(1), 31-37.

Zhang, C., Zhang, H., Zhao, M., Li, Z., Cook, C. E., Buysse, D. J., ... & Yao, Y. (2020). *Reliability, Validity, And Factor Structure Of Pittsburgh Sleep Quality Index In Community-Based Centenarians*. *Frontiers In Psychiatry*.

Zimberg, I. Z., Dâmaso, A., Del Re, M., Carneiro, A. M., de Sá Souza, H., de Lira, F. S., ... & de Mello, M. T. (2022). *Short sleep duration and obesity: mechanisms and future perspectives*. *Cell biochemistry and function*, 30(6), 524-529.