

## DAFTAR PUSTAKA

- Admar, H., Elni, Y., & Rosmawati. (2018). The use of gadget and the users of personality at SMPN 3 pekan baru. *JOM FKIP*, 5(2), 1-12.
- Alfi, W. N., & Yuliwar, R. (2018). hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah pasien hipertensi. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 6(1), 19-26.
- Aprinta, G., & Dwi, E. (2017). Hubungan penggunaan media sosial dengan tingkat kepekaan sosial diusia remaja. *The Messengger*, 9(1).
- Bulletin APJII*. (2018). Diambil kembali dari Hasil Survei Penetrasi dan Perilaku Pengguna Internet Indonesia 2018: <https://apjii.or.id/survei>
- Buysse, D. J., Reynolds III, C. F., Monk, T. H., Berman, S. R., & Kupfer, D. J. (1989). The pittsburg sleep quality index : A new instrument for pschiatric practice and research. *Psychiatry Research*, 28, 193-213.
- Cahyaningsing, S. D. (2011). *Pertumbuhan perkembangan anak dan remaja*. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Candra, D. A. (2017). Kesepian dan intensitas penggunaan media sosial pada mahasiswa. *Skripsi*.
- Chusna, P. A. (2017). Pengaruh media gadget pada perkembangan karakter anak. *Dinamika penelitian : Media komunikasi sosial keagamaan*, 17(2), 315-330.
- Dahlan, M. S. (2016). *Statistik untuk kedokteran dan kesehatan deskriptif, bivariat, dan multivariat, dilengkapi dengan aplikasi menggunakan SPSS*. Jakarta: Epidemiologi Indonesia.
- Darmawan, D. (2019). *Metode penelitian kuantitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Databoks*. (2018, juli 23). Diambil kembali dari 4 Miliar Penduduk Bumi Telah Terkoneksi Internet:

<https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2018/07/23/4-miliar-penduduk-bumi-telah-terkoneksi-internet>

- Dewi, L. P., & Suesti. (2017). Hubungan Intensitas Penggunaan Situs Jejaring Sosial Dengan Insomnia Pada Remaja Di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta. *Naskah Publikasi*.
- Fenny, & Supriatmo. (2016). Hubungan kualitas dan kuantitas tidur dengan prestasi belajar pada mahasiswa fakultas kedokteran. *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indoneisa*, 5(3), 140-147.
- Haswita, & Reni, S. (2017). *Kebutuhan dasar manusia*. Jakarta : CV. Trans Info Media.
- Hepilita, Y., & Gantas, A. A. (2018). Hubungan durasi penggunaan media sosial dengan gangguan pola tidur pada anak usia 12 sampai 14 tahun di SMPN 1 Langke Rembong. *Jurnal wawasan kesehatan*, III(2), 78-87.
- Huda, N. (2016). *100 fakta tentang tidur yang perlu anda tahu*. Jakarta: PT Alex Media Komputindo.
- Jarmi, A., & Rahayuningsih, S. I. (2017). hubungan penggunaan gadget dengan kualitas tidur pada remaja. *Jurnal keperawatan*.
- Kaplan, A. M., & Haenlein, M. (2010). Users of the world, united ! The challenges and opportunities of social media. *Business Horizons*, 53(1), 59-68.
- Kaur, H., & Bhoday, H. S. (2017). Changing adolescent sleep patterns: Factors affecting them and the related problems. *Journal of The Association of Physicians of India*, 63, 73-77.
- Khasanah, K., & Hidayati. (2012). Kualitas tidur lansia balai rehabilitas sosial mandiri semarang. *Journal nursing studies*, 1(1), 189-198.
- Kozier, B., Erb, G., Berman, A., & Snyder, S. J. (2010). *Fundamental Keperawatan konsep, proses, praktik* (7 ed., Vol. 2). Jakarta: Buku Kedokteran EGC.

- Legono, A. S. (2017). Hubungan penggunaan media sosial dengan insomnia pada mahasiswa Alma Ata. *skripsi*.
- Maentiningasih, D. (2008). Hubungan antara secure attachment dengan motivasi berprestasi pada remaja. *Jurnal Psikologi*.
- Marpuang, J. (2018). Pengaruh penggunaan gadget dalam kehidupan. *Jurnal Kopasta*, 5(2), 55-64.
- Nafiah, N., & Kustiningsih. (2018). Hubungan durasi penggunaan media sosial dengan kualitas tidur pada remaja kelas VII di SMP Muhammadiyah 1 Yogyakarta. *Naskah Publikasi*.
- Natoatmodjo, S. (2010). *Metodelogi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ningsih, D. S., & Permatasari, R. I. (2020, Januari 2). Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas tidur pada remaja di SMKN 7 Pekanbaru. *Ensiklopedia of Journal*, 2(2).
- Noormiyanto, F. (2018). Pengaruh intensitas anak mengakses gadget dan tingkat kontrol orang tua anak terhadap interaksi sosial anak SD kelas tiga di SD Pasuruhan Kidul Kudus Jawa Tengah. *Elementary School*, 5(1).
- Owens, J. (2014). Insufficient sleep in adolescents and young adults: An update on causes and consequences. *Pediatrics*, 134(3), 921-923.
- Pamungkas, R. (2017). Hubungan penggunaan media sosial dengan kualitas tidur, kestabilan emosi, dan kecemasan sosial pada remaja di SMAN 20 Surabaya. *Skripsi*.
- Permadi, A., & Khusnal, E. (2017). Hubungan perilaku penggunaan gadget dengan kualitas tidur pada anak usia remaja di SMA Negeri 1 Srandakan Bantul. *Naskah Publikasi*, 1-7.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2010). *Fundamentals of nursing fundamental keperawatan*. Jakarta: Selemba Medika.

- Punkasaningtiyas, R. (2017). Hubungan penggunaan media sosial dengan kualitas tidur, kestabilan emosi, dan kecemasan pada remaja di SMAN 20 Surabaya. *Skripsi*, 56-57.
- Putri, F. I. (2019, oktober 25). *Lebih dari 3 jam bermain ponsel bisa merusak kualitas tidur*. Diambil kembali dari detikhealth: [https://m.detik.com/health/berita-detikhealth/d-4760094/lebih-dari-3-jam-bermain-ponsel-bisa-merusak-kualitas-tidur?\\_ga=2.80607551.1456366723.1593196097-59802902.1593196097](https://m.detik.com/health/berita-detikhealth/d-4760094/lebih-dari-3-jam-bermain-ponsel-bisa-merusak-kualitas-tidur?_ga=2.80607551.1456366723.1593196097-59802902.1593196097)
- Putri, W. S., Nurwati, R. N., & Budiarti, M. S. (2015). Pengaruh media sosial terhadap perilaku remaja. 3(1), 47-51.
- Rahmadani, S. (2017). Hubungan antara secure attachment dan kemandirian dengan motivasi pada remaja. *Tesis*.
- Ranuh, G., & Soetjningsih. (2016). *Tumbuh kembang anak* (2 ed.). Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Santrock, J. W. (2011). *Masa perkembangan anak children*. Jakarta: Selemba Humanika.
- Sarwono, S. W. (2012). *Psikologis remaja (Edisi revisi)*. Jakarta: Rajaprafindo Prasada.
- Saryono. (2010). *Metode penelitian kesehatan penuntun praktis bagi pemula*. Jogjakarta: Mitra Cendekia.
- Setiawan, M. H. (2019). Hubungan intensitas bermain game online dengan kualitas tidur pada remaja di SMPN 2 Gamping Sleman. *Skripsi*.
- Shanaz, N. D. (2018). Pengaruh intensitas penggunaan media sosial dalam berinteraksi terhadap tingkat keeratan hubungan pertemanan. *skripsi*.
- Sudiyatmoko, R. (2015). *Panduan optimalisasi media sosial untuk kementerian perdagangan RI*. Jakarta: Pusat Hubungan Masyarakat.

- Supratman, P. L. (2018). Penggunaan media sosial oleh digital native. *Ilmu Komunikasi*, 15(1), 47-60.
- Syamsuedin, W. K., Bidjuni, H., & Wowiling, F. (2015). Hubungan durasi penggunaan media sosial dengan kejadian insomnia pada remaja di SMA Negeri 9 Manado. *ejournal Keperawatan (e-Kp)*, III(1), 1-10.
- Tarwoto, & Wartonah. (2011). *Kebutuhan dasar manusia dan proses keperawatan*. Jakarta: Selemba Medika.
- Triastuti, E., Adrianto, D., & Nurul, A. (2017). *Kajian dampak penggunaan media sosial bagi anak dan remaja*. Jakarta: Pusat Kajian Komunikasi, Departemen Ilmu Komunikasi, FISIP Universitas Indonesia.
- Udin, N. F. (2019). Hubungan durasi penggunaan media sosial dengan kejadian insomnia pada remaja di SMA Negeri 1 Sentolo Kulon Progo. *Skripsi*.
- Ulfiana, N. (2018). Hubungan penggunaan media sosial dengan kejadian insomnia pada mahasiswa jurusan keperawatan. *skripsi*.
- Witarsa, R., Hadi, R. S., Nurhananik, & Haerani, N. R. (2018). Pengaruh penggunaan gadget terhadap kemampuan interaksi sosial siswa sekolah dasar. *Pedagogik*, 6(1), 9-20.
- Woods, H. C., & Scott, H. (2016). #Sleepyteens : social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem. *Journal of Adolescence*, 41-49.