

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Qur'an Terjemah dan Tafsir Per Kata, Mushaf Al-Muhyi*, Penerjemah: Departemen Agama RI. Jakarta: Nurul Hidayat.
- Abidin Z (2009). Ketika Stres Beraksi Islam Punya Solusi. *Jurnal Dakwah dan Komunikasi* 3:148-166.
- Abdulghani HM et al, (2011). Stress And Its Effects On Medical Students: A Cross-Sectional Study At A College Of Medicine In Saudi Arabia. *Journal of Health Population and Nutrition*. 5: 516-512
- Akbar C (2016). *Rahasia Tidur Miring ke Kanan Anjuran Nabi*. <https://www.hidayatullah.com/iptekes/rahasia-dibalik-sunnah/read/2016/08/21/99743/rahasia-tidur-miring-ke-kanan-anjuran-nabi.html>. (diakses: 1 Desember 2018)
- Al-Hajaj QMI (2014). *Pengaruh Dzikir Menjelang Tidur Terhadap Kualitas Tidur Lanjut Usia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 01 Jakarta Timur*. Skripsi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Syarif Hidayatullah
- Almojali, A.I., Almalki, S.A., Alothman, A.S., Masuadi, E.M., Alaqeel, M.K., 2017. The prevalence and association of stress with sleep quality among medical students. *Journal Epidemiology Global Health* 7, hlm: 169–174. <https://doi.org/10.1016/j.jegh.2017.04.005>
- Alsaggaf, M., Wali, S., Merdad, R., Merdad, L. (2016). Sleep quantity, quality, and insomnia symptoms of medical students during clinical years. Relationship with stress and academic performance. *Saudi Med. J.* 37, hlm: 173–182. <https://doi.org/10.15537/smj.2016.2.14288>
- An-Nawawi I (2018). *Riyadhush Shalihin Taman Surga Orang-Orang Shalih*. Diterjemahkan oleh: Mida Latifatul Muzammirah. Yogyakarta: Diva Press
- Anuradha R et al,. (2017). Stress and Stressors among Medical Undergraduate Students: A Cross-sectional Study in a Private Medical College in Tamil Nadu. *Indian Journal of Community Medicine* Vol 42 No 4 : 222-225
- Augesti G, Lisiswanti R, Saputra O, Nisa K. (2015). Perbedaan Tingkat Stres Antara Mahasiswa Tingkat Awal dan Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *J Majority* Vol.4 No. 4 hlm: 50-56
- BaHamman AS (2011). Sleep from An Islamic Perspective. *Annals of Thoracic Medicine*. 6(4) Hal 187-192

- Berman, A.J, Snyder, S, Kozier, B.J, Erb G. (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses & Praktik* Volume : 2, Edisi : 7, EGC : Jakarta
- Berman, A., Snyder, S., Frandsen, G. (2016). *Kozier & Erb's Fundamentals Of Nursing: Concepts, Process, And Practice*, Tenth edition. ed. Boston: Pearson.
- Bilaldi B (2016). *Hubungan Kualitas Tidur Dengan Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa Kedaokteran Universitas YARSI dan Tinjauannya Menurut Islam*. Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas YARSI
- Buckley, T.M., Schatzberg, A.F. (2005). On the interactions of the hypothalamic-pituitary-adrenal (HPA) axis and sleep: normal HPA axis activity and circadian rhythm, exemplary sleep disorders. *J. Clin. Endocrinol. Metab.* 90, hlm: 3106–3114. <https://doi.org/10.1210/jc.2004-1056>
- Bush B, Hudson T. (2010). The Role of Cortisol in Sleep. *Natural Medicine Journal* 2:6
- Buysee DJ et al., (1989). The Pittsburgh Sleep Quality Index: A New Instrument For Psychiatric Practice and Research. *Psychiatry Research* 2: 193-213
- Chodri AG (2018). *The Mirror Of Muhammed*. Yogyakarta: Laksana
- Daud, MRH. 2017. *Ikhlâs Dalam Perspektif Al-Qur'an*. Skripsi Fakultas Ushuluddin Dan Filsafat Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam
- DeLaune, S.C., Ladner, P.K. (2011). *Fundamentals Of Nursing: Standards & Practice, 4th Ed*. Clifton Park, NY : Delmar Cengage Learning, hlm: 1069-1080
- Ervina (2014). *Stres Pengaruhi Kualitas Tidur*. <https://www.dream.co.id/fresh/stress-mempengaruhi-kualitas-tidur-141028s.html> (diakses: 1 Desember 2018)
- Fridayana (2013). *Hubungan Antara Kualitas dan Kuantitas Tidur Dengan Nilai Modul Pada Mahasiswa Kedokteran Praktikum Universitas Tanjungpura*. Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura
- Gaol, N.T.L. (2016). Teori Stres: Stimulus, Respons, dan Transaksional. *Bul. Psikol.* 24:1, 1–11. <https://doi.org/10.22146/bps.11224>
- Gellman, M.D., Turner, J.R. (Eds.), 2013. *Encyclopedia of behavioral medicine, Springer reference*. New York : Springer

- Ginting HWB & Gayatri D (2013). *Kualitas Tidur Pada Mahasiswa*. Skripsi Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia
- Guyton A.C, dan Hall, J.E. 2014. Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. Edisi 12. Singapura: Elsevier
- Hatta A, dkk. (2015). *Teladan Muhammad SAW. Belajar Langsung dari Rasulullah SAW. Seakan Anda Melihatnya*. Jakarta: Maghfirah Pustaka
- Hawari, D. (2001). *Manajemen Stres, Cemas, dan Depresi*. Jakarta : Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia
- Hazrina S (2018). *Hubungan Pola Tidur Terhadap Hasil Ujian Akhir Blok Tropical Infectious Disease Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung*. Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Lampung
- Heinen, I., Bullinger, M., Kocalevent, R.-D. (2017). Perceived stress in first year medical students - associations with personal resources and emotional distress. *BMC Med. Educ.* 17:4 hlm: 1-14 DOI 10.1186/s12909-016-0841-8
- Hidayat AAA, dan Uliyah, M. (2015). *Keterampilan Dasar Praktik Klinik Untuk Kebidanan Edisi 3*. Jakarta : Salemba Medika
- Hirshkowitz, M., Whiton, K., Albert, S.M., Alessi, C., Bruni, O., DonCarlos, L., Hazen, N., Herman, J., Katz, E.S., Kheirandish-Gozal, L., Neubauer, D.N., O'Donnell, A.E., Ohayon, M., Peever, J., Rawding, R., Sachdeva, R.C., Setters, B., Vitiello, M.V., Ware, J.C., Adams Hillard, P.J. (2015). National Sleep Foundation's sleep time duration recommendations: methodology and results summary. *Sleep Health* 1, hlm: 40-43. <https://doi.org/10.1016/j.sleh.2014.12.010>
- Husnar AZ dkk (2017). Harapan, Tawakal, dan Stres Akademik. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi* Vol 2 1: 94-105
- Jayana TA (2017). *Musibah Atau Anugerah? Melihat Surga Di Saat Musibah*. Yogyakarta: Mueeza.
- Kurniawati NIE (2016). *Hubungan Penurunan Kualitas Tidur Pada Pasien Hemodialisis Ditinjau Dari Kedokteran dan Islam*. Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas YARSI
- Lashkaripour K, Bakhshani NM, Mafi S. (2012). Sleep Quality Assessment of Medicine Students and Physician (Medical) Assistants. *Institute of Interdisciplinary Business Research* 4:8 hlm: 443-450

- Legiran et al, (2015). Faktor Risiko Stres dan Perbedaannya pada Mahasiswa Berbagai Angkatan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, Volume 2, No. 2 : 197-202
- Lohitashwa, R., Kadli, N., Kisan, R., A, S., Deshpande, D., 2015. Effect of stress on sleep quality in young adult medical students: a cross sectional study. *Int. J. Res. Med. Sci.* Hlm: 3519–3523. <https://doi.org/10.18203/2320-6012.ijrms20151391>
- Lumbantobing, S. M., (2004). *Gangguan Tidur*. Jakarta : Balai Penerbit Fakultas Kedokteran UI
- Lund, HG, Reider, BD, Whiting, AB, Prichard, JR, (2010). Sleep Patterns and Predictors of Disturbed Sleep in a Large Population of College Students. *J. Adolesc. Health* 46, hlm: 124–132. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2009.06.016>
- Mardini A (2017). *Buku Induk Doa Dzikir Amalan Para Nabi*. Diterjemahkan oleh: Achmad Dzulfikar, Muhammad Taufik. Depok: Keira Publishing
- Maulana ZF dkk (2014). *Perbedaan Tingkat Stres antara Mahasiswa Tahun Pertama dan Tahun Kedua di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung*. Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Lampung
- Melaku, L., Mossie, A., Negash, A. (2015). Stress among Medical Students and Its Association with Substance Use and Academic Performance. *J. Biomed. Educ.* , hlm: 1–9. DOI 10.1155/2015/149509
- Millah A dan Suardi NKB (2018). *Adab-Adab Islami: Membentuk Karakter Muslim Sejati*. Solo: Tinta Medina
- Nashori F & Diana RR (2005). Perbedaan Kualitas Tidur dan Kualitas Mimpi Antara Mahasiswa Laki-Laki dan Mahasiswa Perempuan. *Humanitas : Indonesian Psychological Journal* Vol. 2 No. 2 : 77 – 88
- Nilifda H, Nadjmir, Hardisman. (2016). Hubungan Kualitas Tidur dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Angkatan 2010 FK Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas* 5:1
- Potter, P.A, Perry, A.G. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses dan Praktik Edisi 4 Volume 2*. Jakarta: EGC
- Potter PA, Perry AG, Stockert P, Hall A. (2013). *Fundamentals of Nursing 8th Edition*. St. louis missouri : Elsevier.

- Preisegolsviciute et al., (2010). Association of Quality of Sleep With Lifestyle Factor and Profile of Studies among Lithuanian Students. *Medicina (Kaunas)*. 45 (7): 482-489
- Purwanto S (2016). Hubungan Antara Intensitas Menjalankan Dzikir Nafas Dengan Latensi Tidur. *Jurnal Indigenous* Vol. 1 No. 1 : 32-38
- Putri SD. (2016). *Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Semester VII di Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Tahun 2016*. Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara
- Rasmun. (2004). *Stress Koping dan Adaptasi*. Jakarta : CV.Sagung Seto
- Reefani NK (2014). *Pola Hidup dan Tidur Sehat Ala Rasulullah SAW*. Jakarta: PT Elek Media Komputindo
- Retno DN (2018). *Sabar, Kemudian Syukur, Lalu Ikhlas*. Yogyakarta: Mueeza
- Rusmiyati RS (2015). *Pengaruh Penggunaan Lampu Pada Saat Tidur Terhadap Kualitas Tidur Remaja Di Madrasah Aliyah Negeri 2 Pontianak*. Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura
- Sadock, Benjamin J. and Sadock V. A., (2010). *Kaplan & Sadock Buku Ajar. Psikiatri Klinis Edisi 2*. Jakarta : EGC.
- Saputro DA (2015). *Pengaruh Terapi Wudhu Sebelum Tidur Terhadap Tingkat Insomnia Pada Lanjat Usia Di Pstw Unit Budhi Luhur Yogyakarta*. Skripsi Program Studi Ilmu Keperawatan STIK Aisyiyah Yogyakarta
- Satheesh et al., (2015). A Study of Perceived Stress among Undergraduate Medical Students of a Private Medical College in Tamilnadu. *International Journal of Science and Research* Vol. 4 No. 1 : 994-997
- Sathivel & Setyawati (2017). Prevalensi Insomnia Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Intisari Sains Medis* Volume 8 No 2: 87-92
- Sherina MS, Rampal L, Kaneson N. (2004). Psychological Stress Among Undergraduate Medical Students. *Medical Journal of Malaysia* 59:2 hlm: 207-211
- Sherwood, L. (2014). *Fisiologi manusia : dari sel ke sistem Edisi 8*. Jakarta: EGC
- Soamole (2017). *Pengaruh Adab Tidur Menurut Sunah Rasul Terhadap Insomnia Pada Lansia Di Dukuh Ngebel, Bantul, Yogyakarta*. Skripsi Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

- Soewondo S. (2012). *Stres, Manajemen Stres, & Relaksasi Progresif*. Depok: LPSP3
- Sundari, J. (2012). *Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Intensitas Olahraga Pada Mahasiswa Reguler 2008 Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Indonesia*. Skripsi Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia
- Sutjiato M dkk., (2015). Hubungan Faktor Internal dan Eksternal Dengan Tingkat Stress Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado. *JIKMU*, Vol, 5. No, 1.
- Sutrisno dkk (2017). *Perbandingan Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Padjadjaran yang Menggunakan dan tidak Menggunakan Cahaya Lampu Saat Tidur*. Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Padjadjaran
- Syamsinar. 2016. *Pola Tidur Dalam Al-Qur'ān*. Skripsi Fakultas Ushuluddin, Filsafat Dan Politik UIN Alauddin Makassar
- Syukur A (2017). *Dahsyatnya Sabar, Syukur, Ikhlas, dan Tawakkal*. Yogyakarta: Safirah.
- Tanjung AAR (2012). Musibah Dalam Perspektif Alquran : Studi Analisis Tafsir Tematik. *Analytica Islamica*, Vol. 1, No. 1 : 148-162
- Tumiran MA, Saat RM, Rahman NNA, Adli DSH. (2010). Sleep from neuroscience and Islamic perspectives: comprehension and practices of Muslims with science background in Malaysian education system. *Procedia Social and Behavioral Sciences* 9: 560–564.
- Ulfa K (2014). *Studi Tematik Hadis tentang Tata Cara tidur Nabi Muhammad SAW*. Skripsi Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo Semarang
- Uliyah & Hidayat (2015). *Keterampilan Dasar Praktik Klinik Untuk Kebidanan Edisi 3*. Jakarta: Salemba Medika
- Viona (2013). *Hubungan Antara Karakteristik Mahasiswa Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter*. Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura
- Wahyudi R dkk. (2015). Gambaran Tingkat Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Tahun Pertama. *JIK*, Jilid 9, Nomor 2 Hal: 107-113

- Wahyuni LT (2018). Hubungan Stres Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Profesi Keperawatan STIKes Ranah Minang Padang Tahun 2016. *Menara Ilmu* Vol. XII, No. 3 : 80-85
- Wibowo NI & Kuntarti (2014). Hubungan Antara Kebiasaan Tidur Menurut Ajaran Islam dan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Muslim. Skripsi Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia
- Yuwono S (2010). Mengelola Stres Dalam Perspektif Islam dan Psikologi. *Psycho Idea* 8:14-26.
- Zaharuddin (2014). Stres Menghadapi Musibah Perspektif Islam ditinjau dari Adversity Quotient di Panti Asuhan di Kecamatan Plaju Palembang. *Intizar* Vol. 20 No. 2. Hal: 285-301
- Zuhroni, Riani N, Nazaruddin N (2003). *Islam Untuk Disiplin Ilmu Kesehatan dan Kedokteran 2 Fiqh Kontemporer*. Jakarta: Departemen Agama Islam.