

DAFTAR PUSTAKA

- Adheya, P., Denny, J., & Ika, F. (2019). Pengaruh Sikap Higiene Tidur terhadap Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Universitas Mulawarman. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, (Vol. 2, Issue 4).
- Adiputra, I. M. S., Trisnadewi, N. W., Oktaviani, N. P. W., & Munthe, S. A. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Al-Ghaib, M., & Fatihuddin, M. (2022). Penafsiran Ayat-Ayat Tidur Sebagai Kematian Kecil Dalam. *Jurnal Kajian Al-Quran Dan Tafsir*, (Vol. 3, Issue 1).
- Alim, I. Z., Elvira, S. D., & SWR, N. (2015). Uji Validitas Dan Reliabilitas Instrumen Pittsburgh Sleep Quality Index Versi Bahasa Indonesia = Test Validity And Reliability Of The Instrument Pittsburgh Sleep Quality Index Indonesia Language Version. *Program Pendidikan Dokter Spesialis Bidang Studi Ilmu Kedokteran Jiwa*.
- Almunawir, N. (2021). Larangan Begadang sebagai Pemeliharaan Imunitas Perspektif Islam. In *Jurnal Riset Agama* (Vol. 1, Issue 1). <https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/jra>
- Anshori, M., & Iswati, S. (2019). Metodologi Penelitian Kuantitatif. *Airlangga University Press*.
- Arif, M. (2022). *Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia*.
- Arzaq, M., Nizar, M., Hamidi, S., Mufti, L., Isnaeni, A., Studi, M. P., Keperawatan, S., Pahlawan, U., & Tambusai, T. (2022). *Hubungan Tingkat Stres Dan Pola Tidur Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe Ii Di Wilayah Kerja Uptd Blud Puskesmas Airtiris*. (Vol. 1, Issue 1).
- Budi, S., Lina, I., & Lisna, N. (2021). Deteksi Potensi Learning Loss Pada Siswa Berkebutuhan Khusus Selama Pembelajaran Daring Masa Pandemi Covid-19 Di Sekolah Inklusif. *Jurnal Basicedu*.
- Dresp-Langley, B., & Hutt, A. (2022). Digital Addiction and Sleep. In *International Journal of Environmental Research and Public Health* (Vol. 19, Issue 11). MDPI. <https://doi.org/10.3390/ijerph19116910>
- Elkarimah, M. F. (2016). *Kajian Al-Quran Dan Hadits Tentang Kesehatan Jasmani Dan Ruhani*. (Vol. 15, Issue 1).

- Fauzi, H. (2023). Studi Fenomenologi: Adiksi Internet pada Remaja Berdasarkan Interpretasi Kata Lahwun dalam Al-Qur'an. *Gunung Djati Conference Series*, (Vol. 20). <https://conferences.uinsgd.ac.id/>
- Hasman, A. (2008). *Rasulullah Saw Tidak Pernah Sakit Meneladani Pola Hidup Sehat Nabi Muhammad Saw*.
- Hayati, N. (2017). Makna Konotatif La'ib dan Lahwu dalam Konsep Al-Qur'an. *UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*, (Vol. 5, Issue 1).
- Indrawati, L., & Nuryanti, L. (2018). Hubungan Posisi Tidur Dengan Kualitas Tidur Pasien Congestive Heart Failure. In *Jurnal Kesehatan Budi Luhur Cimahi* (Vol. 11, Issue 2).
<http://open.stikesbudiluhurcimahi.ac.id/ojs/index.php/jkbl>
- Kemenag. (2020). *Al-Quran*. <https://kemenag.go.id/nasional/al-ashr-1-3-manusia-rugi-kecuali-yang-beriman-dan-beramal-saleh-fc6pro>
- Kemenkes. (2018). Kebutuhan Tidur Sesuai Usia. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Kemenkes. (2022). Kurang Tidur dapat Mempengaruhi Kesehatan Mental. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Kusumaningrum, D. (2021). Adiksi Game Online: Dampak dan Pencegahannya. *Jurnal Medika Utama*, (Vol. 2, Issue 4). <http://jurnalmedikahutama.com>
- Kusumawardani, D. (2021). Makna Wudhu dalam Kehidupan Menurut Al-Qur'an dan Hadis. *Jurnal Riset Agama*, (Vol. 1, Issue 1).
- Kusumo, P., & Jatmika, D. (2020). Adiksi Internet Dan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Pada Remaja. *Psibernetika*, (Vol. 13, Issue 1). <https://doi.org/10.30813/psibernetika.v13i1.2312>
- Lebni, J., Togholi, R., Abbas, J., NeJhaddadgar, N., Mansourian, M., Kianipour, N., Chaboksavar, F., & Ziapour, A. (2020). A study of internet addiction and its effects on mental health: A study based on Iranian University Students A study of internet addiction and its effects on mental health: A study based on Iranian University Students. *Journal of Education and Health Promotion*, (Vol. 9, Issue 1), 205. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_148_20

- Lestari, Y. M., Dewi, S. Y., & Chairani, A. (2020). Hubungan Alexithymia dengan Kecanduan Media Sosial pada Remaja di Jakarta Selatan. *Scripta Score Scientific Medical Journal*, (Vol. 1, Issue 2).
- Lombogia, B. J., Kairupan, B. H. R., & Dundu, A. E. (2018). Hubungan Kecanduan Internet Dengan Kualitas Tidur Pada Siswa Sma Kristen 1 Tomohon. *Jurnal Medik Dan Rehabilitasi (Jmr)*, (Vol. 1, Issue 2).
- Makky, M., Ahmad, N., & Suhartini, A. (2021). Pengimplementasian Anjuran Tidur Sesuai Sunnah Dan Pengaruhnya Terhadap Kesehatan. *Jurnal Revolusi Indonesia*, (Vol. 2, Issue 1).
- Mardlatillah, S. D., Islam, U., Sunan, N., & Yogyakarta, K. (2023). *Konsep Tidur dalam Perspektif Psikologi dan Islam*. (Vol. 7, Issue 1).
- Masum, H. (2019). Adab Bermedia Sosial Dalam Pandangan Islam Adab Social Media In Islamic Views. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, (Vol. 6, Issue 1).
- Maulida, R., & Sari, H. (2017). The Connection Of Internet Addiction And Sleep Pattern Of Students In Nursing Faculty. *Jurnal Medik Dan Rehabilitasi (JMR)*, (Vol. 1, Issue 2).
- Mawarpury, M., Maulina, S., Faradina, S., Studi Psikologi, P., & Kedokteran Unsyiah, F. (2020). Kecenderungan Adiksi Smartphone Ditinjau Dari Jenis Kelamin Dan Usia. *Jurnal Psikologi, Psikoislamedia*, (Vol. 5, Issue 1).
- Miftahul Jannah, S., Gatot Febrian, R., Desy Ariyani, C., Endah Hyoscyamina, D., Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro, J., Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro, J., Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro, J., Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro JlProfHSoedarto, D. S., Tembalang, K., Semarang, K., & Tengah, J. (2019). Pengaruh Tidur Pagi Setelah Subuh (Hailullah) Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Empati*, (Vol. 8, Issue 2), 58–63.
- Monica, S., Rayasari, F., & Badriah, S. (2021). Pengaruh Wudhu Sebelum Tidur Terhadap Kualitas Tidur Pasien Hipertensi di RSUD Dr. Chasbullah Abdulmadjid Kota Bekasi. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes -*, (Vol. 12, Issue 1).

- Montag, C., & Reuter, M. (2017). *Internet Addiction Neuroscientific Approaches and Therapeutical Implications Including Smartphone Addiction Second Edition*.
- Mualimin, J., & Fikriah, I. (2022). The Correlation Between Internet Addiction and Anxiety Level among Medical Students at Medicine Study Program of Medicine Faculty, Mulawarman University. *JKPBK*, (Vol. 5, Issue 1). <http://e-journals.unmul.ac.id/index.php/JKPBK>
- Prihatini, M., & Muhid, A. (2021). Literasi Digital terhadap Perilaku Penggunaan Internet Berkonten Islam di Kalangan Remaja Muslim Kota. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, (Vol. 6, Issue 1), 23–40. <https://doi.org/10.33367/psi.v6i1.1307>
- Rahmawati, T., & Indah Putri, S. (2023). Pengetahuan Pola Hidup Rasulullah SAW pada Generasi Millenial. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya*. <http://journal.stikeshangtuah-sby.ac.id/index.php/JIKSHT>
- Ratulangi, A. G., Kairupan, B. H. R., & Dundu, A. E. (2021). Adiksi Internet Sebagai Salah Satu Dampak Negatif Pembelajaran Jarak Jauh Selama Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Biomedik:JBM*, (Vol. 13, Issue 3), 251. <https://doi.org/10.35790/jbm.13.3.2021.31957>
- Rosyidah, U. (2022). Larangan Berlebih-Lebihan Dalam Al-Qur'an. *JADID: Journal of Quranic Studies and Islamic Communication*, (Vol. 2, Issue 1).
- Soetjipto, H. P. (n.d.). Pengujian Validitas Konstruk Kriteria Kecanduan Internet. *Jurnal Psikologi*, (Vol. 32, Issue 2), 74–91.
- Sulistiawati. (2023). Kajian Posisi Tidur Terhadap Kesehatan Tubuh Menurut Ajaran Nabi Muhammad SAW dan Ilmu Medis. *Journal of Islamic Interdisciplinary Studies*, (Vol. 2, Issue 3).
- Supraktinya, A. (2022). *Metodologi Penelitian Kuantitatif & Kualitatif Dalam Psikologi*.
- Tefa, G., & Mahendra, M. A. (2022). Studi Fenomenologi Perilaku Cyberloafing Pns Di Badan Kepegawaian Dan Pengembangan Sumber Daya Manusia Kabupaten Karangasem Provinsi Bali. *Jurnal MSDA (Manajemen Sumber*

- Daya Aparatur*), (Vol. 10, Issue 1), 1–15.
<https://doi.org/10.33701/jmsda.v10i1.2509>
- Utami, T. W., Nurhayati, F., Kemenkes Bandung, P., & Bogor, K. (2019). Kecanduan Internet Berhubungan Dengan Interaksi Sosial Remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, (Vol. 7, Issue 1), 33.
- Wardani, S. S., Citra, Y., & Studi Bimbingan dan Konseling STKIP Budidaya, P. (2020). Kecanduan Internet Terhadap Keterampilan Sosial Di Era Generasi Milenial. *Jurnal Serunai Bimbingan Dan Konseling*, (Vol. 9, Issue 1).
- Yang, S.-Y., Fu, S.-H., Chen, K.-L., Hsieh, P.-L., & Lin, P.-H. (2019). Relationships between depression, health-related behaviors, and internet addiction in female junior college students. *PLOS ONE*, (Vol. 14, Issue 8), e0220784. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0220784>
- Young, K. S., & de Abreu, C. N. (2010). *Internet Addiction*.