

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Ma'ruf. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2015.
- American Psychiatric Association, *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5™* (5th ed.), (Arlington: American Psychiatric Publishing, 2013).
- Alya Maajid Ramadita, Intaglia Harsanti, dan Ati Harmoni. "Pengaruh Stres Akademik Terhadap Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Tingkat Akhir." *Arjwa: Jurnal Psikologi* 2.4 (2024).
- Arifah Nurul Basyiroh, dan Syifaul Lailiyah. "Studi Literatur (Sistematic Review): Hubungan Dukungan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Terhadap Proses Persalinan", *Journal of Community Mental Health and Public Policy* Vol. 5, No. 1 (2022).
- Azwar, Saifuddin. *Penyusunan skala psikologi*. Jakarta: Prenada Media, 2020.
- Badan Pusat Statistik, "*Kecamatan Gampengrejo dalam angka 2024*", (Kediri: BPS Kabupaten Kediri, 2024).
- Buyse, D J et al. "The Pittsburgh Sleep Quality Index: a new instrument for psychiatric practice and research." *Psychiatry research* vol. 28, No. 2 (1989).
- Cahyandari, Rinova. "Peran Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Dalam Penanganan Nosocomephobia". *Estorik: Jurnal Akhlak Dan Tasawuf* Vol. 5, No. 2, (2019).
- Elsera, C et al. "Kecemasan Berat Masa Kehamilan Severe Anxiety During Pregnancy." *Prosiding Seminar Nasional UNIMUS* Vol. 5, (2022).
- Ghufron, M. Nur dan Rini Risnawita S. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010.
- Gellman, Marc D. dan J. Rick Tunner. *Encyclopedia of behavioral medicine*. New York: Springer, 2013.
- Hidayati, Diana Safitri. "Latar Belakang Psikologis Kecemasan Ibu Hamil Usia 35 Tahun Ke Atas." *Jurnal ilmiah psikologi terapan* Vol. 2, No. 2, (2014).
- Imannura, Pramita Sandy Ulya, Uki Retno Budhiastuti, dan Eti Poncorini, "The Effectiveness of Hypnobirthing in Reducing Anxiety Level During Delivery." *Journal of Maternal and Child Health* Vol .1, No. 3, (2016).
- Jannah, Miftahul. "Gangguan Kecemasan (Anxiety) Dalam Al-Qur'an: Studi Tematik Tafsir Ayat-Ayat Kesempitan Jiwa". Skripsi Sarjana, Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah IAIN Curup, 2023.
- Larasati, Devi Irvina, "Hubungan Antara Fear Of Missing Out (Fomo) dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa UIN Suska Riau". Skripsi Sarjana, Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau, 2022.
- Lasiyono, Untung dan Edy Sulistiyawan. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Sumedang: Mega Press Nusantara, 2024.

- Mardlatillah Sandy Diana dan Nurjannah, "Konsep Tidur Dalam Perspektif Psikologi Dan Islam". *Happiness: Journal of Psychology and Islamic Science*, Vol. 7, No. 1, (2023).
- Mardliyana, Nova Elok dan Irma Maya Puspita, "Kelas Prenatal Yoga Sebagai Upaya Mengurangi Ketidaknyamanan pada Ibu Hamil". *Indonesia Berdaya* Vol. 4, No. 1 (2023).
- Meirianto, Monika, "Hubungan Kecanduan Smartphone Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja". Skripsi Sarjana, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, 2018.
- Nashori, Fuad. *Psikologi tidur: dari kualitas tidur hingga insomnia*, Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia, 2017.
- Ningrum, Nining Mustika. *Self Healing Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Kehamilan* Yogyakarta: Pustaka Panasea, 2023.
- Nevid, Jeffrey S., Spencer Rathus, dan Beverly Greene. *Psikologi Abnormal di Dunia Yang Terus Berubah*. Jakarta: Erlangga, 2014.
- Palifiana, Dheska Arthyka dan Sri Wulandari. "Analisis Faktor Dominan Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester Iii Di Klinik Pratama Asih Waluyo Jati." *Jurnal Kebidanan Indonesia*, (2018).
- Pilcher, J J et al. "Sleep quality versus sleep quantity: relationships between sleep and measures of health, well-being and sleepiness in college students." *Journal of psychosomatic research* Vol. 42, No. 6 (1997).
- Rahmasita et. al., "Pengaruh Tingkat Kecemasan Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester Tiga Di Puskesmas Tanjung Karang Mataram." *SSEJ*, Vol. 1, no. 3(2021).
- Ramar, Kannan et al. "Sleep is essential to health: an American Academy of Sleep Medicine position statement." *Journal of clinical sleep medicine* Vol. 17, No. 10, (2021).
- Rochmah, Febriani Nurul dan Nurmin. "Hubungan antara burnout dengan kualitas tidur pada dosen Universitas Negeri Padang." *Jurnal Riset Psikologi* Vol. 5, No. 3, (2022).
- Sany, Ulfi Putra. "Gangguan Kecemasan Dan Depresi Menurut Perspektif Al Qur'an". *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia* Vol. 7, Special Issue No. 1, (2022).
- Sufri dan Feri Tiona Pasaribu. *Pengolahan data statistik menggunakan SPSS*. Malang: Literasi Nusantara Abadi, 2023.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2008.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2018.
- Wahyuni, Dwi dan Deny Eka Widyastuti. "Hubungan Ketidaknyamanan Kehamilan Dengan Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Mojolaban Wilayah Kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo." Tesis

tidak diterbitkan, program studi kebidanan program sarjana, universitas kusuma husada, Surakarta, 2023.

Wahyuni, Sri. “Dukungan Suami, Kecemasan Dan Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III.” Disertasi Doktor, Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta, 2018.

Wibowo, Wasis Purwo dan Yudho Bawono, Kecemasan Ibu Hamil Dalam Menghadapi Persalinan Ditinjau Dari Tingkat Pendidikan, *Jurnal Kesehatan Tambusai* Vol. 5, No. 3, (2024).

Wiratna, S. *SPSS untuk Penelitian*. Yogyakarta: Penerbit Pustaka Baru Press, 2015.

Yanti, Eka Mustika dan Dwi Wirastri. *Kecemasan Ibu Hamil Trimester III*. Pekalongan: Penerbit NEM, 2022.

Yunanda, Fitra, Sarma Lumbanraja, dan Ivansari Marsaulina Panjaitan, “Perbedaan Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III Sebelum Dan Setelah Melakukan Senam Hamil Di Desa Karang Anyar Kecamatan Langsa Baro Kota Langsa”. *Miracle Journal* Vol. 2, No. 1 (2022).

Zaviera, Ferdinand. *Teori Kepribadian Sigmund Freud*. Yogyakarta: Prismsophie, 2007.

Cindy Mutia Annur, “Berapa Lama Durasi Tidur Orang Indonesia? Ini Hasil Surveinya.” dikutip dari <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/08/18/berapa-lama-durasi-tidur-orang-indonesia-ini-hasil-surveinya>, diakses pada 6 Mei 2024.

Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan. (2022). Kemkes.go.id. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1012/5-cara-meningkatkan-kualitas-tidurmu-agar-esok-pagi-lebih-bugar , diakses pada 6 Mei 2024.

Profil Kesehatan – Dinkes Kabupaten Kediri. (2023). Kediri.kab.go.id. dikutip dari <https://dinkes.kedirikab.go.id/profil-kesehatan/>