

DAFTAR PUSTAKA

- Alby, Anggito & Johan Setiawan. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Sukabumi: CV Jejak. 2018.
- Andriyani, Juli. “Strategi *Coping Stress* Dalam Mengatasi Problematika Psikologis”, *Jurnal At- Taujih*: Vol. 2 No. 2. Juli - Desember 2019.
- Ardani, Tristiardi A, Sholichatun, dan Yulia Rahayu. *Psikologi Klinis*, Graha Ilmu: Yogyakarta. 2007.
- Arthur, Guyton C, MD & Hall John E, Ph.D. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran edisi 9*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC, 1996.
- Association , American Psychiatric. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder Edition (DSM-V)*. Washington: American Psychiatric Publishing. 2013.
- Bachri, Bachtiar S. “Meyakinkan Validitas Data Melalui Triangulasi Pada Penelitian Kualitatif”. *Teknologi Pendidikan* 10, no. 1. 2010.
- Creswell, John W. *Penelitian Kualitatif Dan Desain Riset Memilih Di Antara Lima Pendekatan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2015.
- Damanik ED. “DASS42 Bahasa Indonesia Damanik”. 2011 <http://www2.psy.unsw.edu.au/dass/Indonesian/Damanik.html> (diakses pada 19 Februari 2023)
- DK, Fitri, Rihadini, Rakhmawatie MD. “Perbedaan Kejadian Stres Antara Remaja Putra dan Putri dengan Obesitas di SMA Negeri 1 Wonosari Klaten”. *Jurnal Kedokteran Muhammadiyah* 1(1). 2012.
- Ehrnstrom, Colleen dan Alisa L. Brosse. *End The Insomnia Struggle*. Canada: Raincoast Books. 2016.
- Fausiah, Fitri dan Julianti Widury. *Psikologi Abnormal Klinis Dewasa*. Jakarta: UI Press, 2005.
- Fernando, Renaldo dan Ridha Hidayat, “Hubungan Lama Penggunaan Media Sosial Dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Tahun 2020”. *Jurnal Ners* Volume 4 Nomor 2 Tahun 2020.
- Folkman S & Lazarus RS. “Coping as a mediator of Emotions”. *Jurnal Social Psychology*. 1988.
- Hanifah, Nezha et al. “Strategi coping stress saat kuliah daring pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2019 Universitas Andalas”. *Jurnal Psikologi Tabularasa*: 16(1). 2020.
- Hapsari, Artani dan Afif Kurniawan, “Efektivitas Cognitive Behavior Therapy (Cbt) Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Penderita Gejala Insomnia Usia Dewasa Awal”. *Jurnal. Ilm. kel. & kons.*, Vol.12 No. 3, September 2019.

- Karl, Doghramji M.D et al. Evaluation and Management of Insomnia in the Psychiatric Setting: *the Journal of Lifelong Learning in Psychiatry*. Vol. VII No.4. 2009.
- King, Laura A. *Psikologi Umum: Sebuah Pandangan Apresiatif*. Jakarta: Salemba Humanika. 2007.
- Kumalawati, Novin Dharma. “Coping Stress Pada Penderita Insomnia”. *Skripsi*. UIN Sunan Ampel Surabaya, 2019.
- Lazarus, R.S dan Folkman S. *Stress Appraisal and Coping*. New York: Springer Pub. 1984.
- Lubis, Rahmi, etc., “COPING STRESS PADA MAHASISWA YANG BEKERJA”. *Jurnal DIVERSITA* Volume 1, Nomor 2. Desember 2015.
- Maryam, Siti. “Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya”. (*Jurnal Konseling Andi Matappa*: Volume 1 Nomor 2), Agustus 2017.
- Mekarisce, Arnild Augina. “Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data Pada Penelitian Kualitatif Di Bidang Kesehatan Masyarakat.” *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat : Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat* 12. no. 3. 2020.
- Michael, Summers MD et al. *Recent Developments in the Classification, Evaluation, and Treatment of Insomnia: Contemporary Review in Sleep Medicine*. 2011.
- Moleong, Lexy J. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya. 2014
- Morris, G. Charles. *Psychology an Introduction*. USA: Prentice Hall. 1996.
- Muri, Fitriyana Septika. Self Healing Terhadap Mahasiswa Penderita Insomnia di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta, 2021.
- Nanang, Martono. *Penelitian Kuantitatif: Analisis Isi dan Analisis Data*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada. 2012.
- Nissa, Safira Khoiratun et al. “Strategi Coping Stress pada Dosen Perempuan yang Melaksanakan Work from Home (WFH) Selama Masa Pandemi COVID-19”. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*: 11 (4). 2022.
- Nugrahani, Farida. *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Penelitian Pendidikan Bahasa*. Solo: Cakra Books. 2014.
- Poerwandari, E.K. *Pendekatan Kualitatif Untuk Penelitian Perilaku Manusia*. Jakarta: LPSP3 Fakultas Psikologi UI. 2005.
- Potter P, Perry A. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses dan Praktik*. Edisi 4. Jakarta: EGC. 2005.
- Rahayu, Iin Tri dan Tristiardi Ardi Ardani. *Observasi dan Wawancara*. Malang: Banyumedia Publishing. 2005.

- Ramadhan, Moch. Cahyo Putro dan Tamsil Muis, “Penerapan Strategi Pengelolaan Diri Untuk Mengurangi Insomnia Pada Siswa Kelas VIII A di SMP PGRI 7 Sedati Sidoarjo”. *Jurnal Mahasiswa Bimbingan Konseling*. Volume 01 Nomor 01. 2013.
- Rahmat, Pupu Saeful. Penelitian Kualitatif. *Equilibrium*. Vol. 5 No. 9. Juni 2009.
- Rahmasari, Diana. *SELF HEALING IS KNOWING YOUR OWN SELF*. Surabaya: UNESA UNIVERSITY PRESS. 2020
- Rasmun. *Stres, Koping dan Adaptasi*. Jakarta: CV. Sagung Seto. 2004.
- Rijali, Ahmad. “Analisis Data Kualitatif”. *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah* 17. no. 33. 2019.
- Riyanto, Slamet Hatmawan, dan Aglis Andhita. *Metode Riset Penelitian Kuantitatif: Penelitian di Bidang Manajemen, Teknik, Pendidikan, dan Eksperimen*. Jakarta: Deepublish. 2020.
- Safaria, T. dan Saputra, N. E. *Manajemen emosi: Sebuah panduan cerdas bagaimana mengelola emosi positif dalam hidup anda*. Jakarta: Bumi Aksara. 2009.
- Semium, Yustinus. *OFM: Kesehatan Mental 2*. Yogyakarta: Kanisius. 2006.
- Siyoto, Sandu dan Ali Sodik. *Dasar Metodologi Penelitian*. Karanganyar: Literasi Media Publishing. 2015.
- Slade, Andrews G. T. Interpreting Scores on the Kessler Psychological Distress Scale (K10). Australian and New Zealand. *Journal of Public Health*. 2001.
- Smeet, Bart. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Gramedia Widia Sarana Indonesia, 1994.
- Sugiyono. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung : Alfabeta. 2010.
- Sugiyono. *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung: CV Alvabeta Bandung. 2002
- Timotius, Kris H. *Otak dan Perilaku*. Yogyakarta: ANDI. 2018.
- Waliyanti, Ema dan Wisni Pratiwi. “Hubungan Derajat Insomnia dengan Konsentrasi Belajar Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan di Yogyakarta”. *Jurnal Nursing Practice UMY*, Vol. 1 No. 2. Juni 2017.
- Wulandini, Intan Febrina. “Pengaruh Media Ilustrasi Musik Terhadap Kemampuan Menulis Puisi Siswa kelas X (Eksperimen di SMA PGRI 22 Serpong)”. *Skripsi*. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah. 2011.
- Yaltes, Brialn T. *Alpplications in Self-management*. California:Wadsworth Pub Co. 1996.