

## DAFTAR PUSTAKA

- Adji, M., & Rahayu, L. M. (2019). Representasi Gaya Hidup Dan Tradisi Minum Kopi Dalam Karya Sastra. *Patanjala : Jurnal Penelitian Sejarah Dan Budaya*, 11(3), 381. <https://doi.org/10.30959/patanjala.v11i3.523>
- Ahluwalia, N., & Herrick, K. (2015). Caffeine Intake from Food and Beverage Sources and Trends among Children and Adolescents in the United States: Review of National Quantitative Studies from 1999 to 2011. *Advances in Nutrition*, 6(1), 102–111. <https://doi.org/10.3945/an.114.007401>
- Akiyama, Y., Miyake, E., Matsuzaki, R., Ogata, M., Tsuzuki, K., & Tanabe, S. (2021). Effect of thermal environment on sleep quality in actual bedroom in summer by sleep stages analysis. *JAPAN ARCHITECTURAL REVIEW*, 4(1), 211–221. <https://doi.org/10.1002/2475-8876.12187>
- Apriyanti, F. (2019). Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan Tahun 2019. *Jurnal Doppler Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai*, 3(2), 18–21.
- Ariana, N. L., Sudiwati, N. L. P. E., Panggayuh, A., & Khofifah, K. (2022). Pengaruh Kualitas Tidur Terhadap Kadar Hemoglobin Calon Pendorong Di Utd Pmi Kabupaten Sidoarjo. *Care: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 10(1), 139–147.
- Association, A. S. (2016). *What is Sleep and Why is It Important? American Sleep Association*. Sleepdoctor. <https://sleepdoctor.com/how-sleep-works/what-is-sleep/>
- BJ, K., & RA, R. (2014). *Gangguan Tidur Pada Lansia*. In: Boedhi DR, Martono HH (Buku ajar geriatric (5th ed), Ed.). Badan penerbit FKUI.
- BPS RI. (2020). *Potret Sensus Penduduk 2020 Menuju Satu Data Kependudukan Indonesia*. Badan Pusat Statistik RI.
- Briawan, D. (2014). *Anemia: Masalah Gizi pada Remaja Wanita* (R. Qurratur & T. E, Eds.). Penerbit EGC.
- Budiarti, A., Anik, S., Putu, N., Wirani, G., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Surabaya, H. T. (2020). Studi Fenomeologi Penyebab Anemia Pada Remaja Di Surabaya. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 6(2), 137–141.
- Budiyanti, E., & Wijaya, M. J. (2023). Hubungan Konsumsi Kafein Dengan Gangguan Tidur Pada Mahasiswa Preklinik. *Damianus Journal of Medicine*, 22(3), 225–231.

- Buysse, D. J., Reynolds, C. F., Monk, T. H., Berman, S. R., & Kupfer, D. J. (1989). The Pittsburgh sleep quality index: A new instrument for psychiatric practice and research. *Psychiatry Research*, 28(2), 193–213. [https://doi.org/10.1016/0165-1781\(89\)90047-4](https://doi.org/10.1016/0165-1781(89)90047-4)
- Carskadon, M. , & Dement, W. (2005). *Principles and practice of sleep medicine. 4th edn Philadelphia*. In: Elsevier.
- Cohrs, S., Rodenbeck, A., Riemann, D., Szagun, B., Jaehne, A., Brinkmeyer, J., Gründer, G., Wienker, T., Diaz-Lacava, A., Mobascher, A., Dahmen, N., Thuerauf, N., Kornhuber, J., Kiefer, F., Gallinat, J., Wagner, M., Kunz, D., Grittner, U., & Winterer, G. (2014). Impaired sleep quality and sleep duration in smokers results from the German Multicenter Study on Nicotine Dependence. *Addiction Biology*, 19(3), 486–496. <https://doi.org/10.1111/j.1369-1600.2012.00487.x>
- Dinkes DIY. (2023, July 31). *Anemia pada Remaja: Menjaga Kesehatan Generasi Muda*. Dinas Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta. <https://dinkes.jogjaprov.go.id/berita/detail/anemia-pada-remaja-menjaga-kesehatan-generasi-muda#:~:text=Kurang%20Energi%20dan%20Produktivitas%20%3A%20Kelalahan,hati%20dan%20gangguan%20kesejahteraan%20emosional>.
- Dugas, E., Sylvestre, M., O’Loughlin, E., Brunet, J., Kakinami, L., Constantin, E., & O’Loughlin, J. (2017). Nicotine dependence and sleep quality in young adults. *Addictive Behaviors*, 65, 154–160. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.10.020>
- Elisa, S., Oktafany, & Zakiah Oktarlina, R. (2023). Literature Review : Faktor Penyebab Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Dan Agromedicine*, 10(1), 145–148. <https://doi.org/10.36053/mesencephal>
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Gonzalez, A. M., Hoffman, J. R., Wells, A. J., Mangine, G. T., Townsend, J. R., Jajtner, A. R., Wang, R., Miramonti, A. A., Pruna, G. J., LaMonica, M. B., Bohner, J. D., Hoffman, M. W., Oliveira, L. P., Fukuda, D. H., Fragala, M. S., & Stout, J. R. (2014). Pharmacokinetics of caffeine administered in a time-release versus regular tablet form. *Journal of the International Society of Sports Nutrition*, 11(sup1). <https://doi.org/10.1186/1550-2783-11-S1-P23>
- Hardinsyah, Supariasa, I. D. N., & Pakar Gizi Indonesia. (2016). *Ilmu Gizi: Teorti & Aplikasi* (E. Rezkina & Monica Ester, Eds.). Penerbit Buku Kedokteran EGC.

- Hastono, S. P. (2007). *Modul Analisis Data*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Hidayat, G. F., & Widhiyastastusi, E. (2022). Hubungan Kebiasaan Minum Kopi Dengan Kadar hemoglobin Pada Pengunjung Kopi Kedai “Sederhana Kopi” Surakarta. *Journal of Indonesian Medical Laboratory and Science*, 3(2), 108–118.
- John, E. H., & Michael, E. H. (2020). *Guyton and Hall Text Book Of Medical Physiology 14nd edition*. Elsevier Saunders.
- Kalsum, U., Mayangsari, R., & Demmalewa, J. Q. (2023). Hubungan Asupan Fe dan Kualitas Tidur dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMAN 2 Wawotobi Kabupaten Konawe. *Jurnal Gizi Ilmiah*, 10(1), 17–21.
- Katagiri, R., Asakura, K., Kobayashi, S., Suga, H., & Sasaki, S. (2014). Low Intake of Vegetables, High Intake of Confectionary, and Unhealthy Eating Habits are Associated with Poor Sleep Quality among Middle-aged Female Japanese Workers. *Journal of Occupational Health*, 56(5), 359–368. <https://doi.org/10.1539/joh.14-0051-OA>
- Kemendes RI. (2015). *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja; Info Datin*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kemendes RI. (2018). *Revisi Buku Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Rematri dan WUS*.
- Kemendes RI. (2020). *Pedoman Penatalaksanaan Pemberian Tablet Tambah Darah*. [https://perpustakaan.rsmoewardi.com/index.php?p=show\\_detail&id=165](https://perpustakaan.rsmoewardi.com/index.php?p=show_detail&id=165)
- Kemendes RI. (2022, September 11). *7 Dampak Anemia pada Remaja*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://ayosehat.kemkes.go.id/7-dampak-anemia-pada-remaja>
- Kementerian Pertanian. (2018). *Outlook Komoditas Pertanian Subsektor Perkebunan Kopi*. Pusat Data dan Sistem Informasi Pertanian Sekretariat Jenderal Kementerian Pertanian.
- Khoswanto, C. (2023). Caffeine Intake Decreases Osteoclastogenesis in Alveolar Bone Post Extraction. *Journal of International Dental and Medical Research*, 16(2), 624–627.
- Kiswari, R. (2014). *Hematologi dan Transfusi* (S. Carolina & R. Astikawati, Eds.). Jakarta Erlangga.

- Lain, B., & Zurimi, S. (2021). Identifikasi Kadar Hemoglobin pada Remaja Peminum Kopi. *Communication and Social Dynamics (CSD)*, 6(3), 110–113. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.33846/ghs6303>
- Landry, G. J., Best, J. R., & Liu-Ambrose, T. (2015). Measuring sleep quality in older adults: a comparison using subjective and objective methods. *Frontiers in Aging Neuroscience*, 7. <https://doi.org/10.3389/fnagi.2015.00166>
- Litbangkes, & Kemenkes RI. (2018). *Laporan Nasional Riskedas 2018*.
- Lodia Tuturop, K., Martina Pariaribo, K., Paskawati Adimuntja, N., & Akbar Nurdin, M. (2023). *Panrita Inovasi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri, Mahasiswa FKM Universitas Cendrawasih*. 2(1). <https://doi.org/10.56680/pijpm.v2i1.46797>
- Mahmudan, A. (2022, June 9). *Berapa Konsumsi Kopi Indonesia pada 2020/2021?* DataIndonesia.Id.
- Meiranny, A., & Chabibah, A. M. (2022). Pengaruh Konsumsi Minuman Berkafein Terhadap Pola dan Kualitas Tidur Mahasiswa : A Literatur Review The Effect of Caffeine Drink Consumption on Patterns and Sleeping Quality of College Students. *The Indonesian Journal of Health Promotion*, 5(2), 117–122. <https://doi.org/10.31934/mppki.v2i3>
- Moawad, H. (2023, March 17). *What Is the The Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)?* Verywellhealth. <https://www.verywellhealth.com/pittsburgh-sleep-quality-index-psqi-5080750>
- Nafi'awani, N. J., & Adyani, S. A. M. (2023). Hubungan Konsumsi Kafein dengan Kualitas Tidur pada Remaja di MAN 11 Jakarta. *Journal Nursing Care Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Gorontalo*, 9(2), 84. <https://doi.org/10.52365/jnc.v9i2.829>
- National Coffee Association USA. (2020). *Covid Caffeine : America's Beverage Overcomes Pandemic Disruption*.
- NINDS. (2023, July). *Brain Basics: Understanding Sleep*. National Institute of Neurological Disorders and Stroke. National Institute of Neurological Disorders and Stroke. <https://www.ninds.nih.gov/health-information/public-education/brain-basics/brain-basics-understanding-sleep>
- Nonthakaew A., Matan N.A., & Aewsiri T. (2015). Caffeine in Foods and Its Antimicrobial Activity. *International Food Research Journal*, 22(1), 9–14.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (Ketiga). PT. Rineka Cipta.

- Novita, Lenny. , & Aritonang, Barita. . (2017). Penetapan Kadar Kafein Pada Minuman Berenergi Sediaan Sachet Yang Beredar Di Sekitar Pasar Petisah Medan. *Jurnal Kimia Saintek Dan Pendidikan*, 1(1), 37–42.
- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* (Edisi 3). Salemba Medika.
- P2PTM Kemenkes RI. (2018, September 22). *Kebutuhan Tidur sesuai Usia*. P2PTM Kemenkes RI. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/kebutuhan-tidur-sesuai-usia>
- Patel, A. K. , Reddy, V. , & Araujo, J. F. (2021). *Physiology, sleep stages*. In *StatPearls* . StatPearls Publishing.
- Pibriyanti, K., Mardhatillah, M., Luthfiya, L., Damayanti, A. Y., Mufida, I., Handayani, C. K., & Fernandes, R. I. (2023). Hubungan Status gizi, Anemia, Faktor Stress dan Kualitas Tidur dengan Siklus Menstruasi Remaja di Pesantren. *Journal of Pharmaceutical and Health Research*, 4(1), 14–19. <https://doi.org/10.47065/jharma.v4i1.2918>
- Potter, P. (2015). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses dan Praktik*. (Edisi 7). EGC.
- Pratama, K. M. (2022). *Pengaruh Kuantitas dan Kualitas Tidur Terhadap Faktor Kelelahan dan Kewaspadaan pada Pekerja Lepas Pantai PT. X*. Universitas Indonesia.
- Putri, M. R., Sulistiani, R. P., Jauharany, F. F., & Isworo, J. T. (2023). Hubungan Asupan Zat Besi (Fe), Zink, Vitamin B12 dan Kafein dengan Kadar Hemoglobin Pada Siswi di SMA Negeri 2 Semarang . *Prosiding Seminar Nasional Unimus*, 6, 688–699.
- Putro, K. Z. (2017). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1).
- Rahayu, A. , Noor, M. S. , Yulidasari, F. , Rahman, F. , & Putri, A. O. (2017). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Remaja & Lansia*. Airlangga University Press.
- Riyanto, A. (2011). *Buku Ajar Metodologi Penelitian*. EGC.
- Rosyidah, R. A., Hartini, W. M., & Dewi, N. P. M. Y. (2022). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kadar Hemoglobin Pada Mahasiswa Prodi D3 TBD Semester VI Poltekkes Bhakti Setya Indonesia Yogyakarta YOGYAKARTA. *JULI*, 2(2), 42–51. <https://journal.amikveteran.ac.id/index.php/>
- Soós, R., Gyebrovski, Á., Tóth, Á., Jeges, S., & Wilhelm, M. (2021a). Effects of Caffeine and Caffeinated Beverages in Children, Adolescents and Young

- Adults: Short Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(23), 12389. <https://doi.org/10.3390/ijerph182312389>
- Soós, R., Gyebrovski, Á., Tóth, Á., Jeges, S., & Wilhelm, M. (2021b). Effects of Caffeine and Caffeinated Beverages in Children, Adolescents and Young Adults: Short Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(23), 12389. <https://doi.org/10.3390/ijerph182312389>
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif* (Setiyawami, Ed.). ALFABETA.
- Sukmawati, N. M. H., & Putra, I. G. S. W. (2019). Reliabilitas Kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) Versi Bahasa Indonesia Dalam Mengukur Kualitas Tidur Lansia. *WICAKSANA, Jurnal Lingkungan & Pembangunan*, 3(2), 30–38.
- Suryani, C. D., & Kristiyani, D. N. (2021). Studi Fenomenologi Pada Gaya Hidup Baru Anak Muda Sebagai Pengunjung Coffee Shop Di Kota Salatiga. *PRecious: Public Relations Journal*, 1(2), 178–201.
- Tahji, A. T. K., Firdausi I, & Koroy T. R. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Sekolah Menengah Kecamatan Panyipatan Kabupaten Tanah Laut. *Jurnal Wawasan Kesehatan*, 1(1), 58–71.
- Temple, J. L., Bernard, C., Lipshultz, S. E., Czachor, J. D., Westphal, J. A., & Mestre, M. A. (2017). The Safety of Ingested Caffeine: A Comprehensive Review. *Frontiers in Psychiatry*, 8. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2017.00080>
- Watson, E., Coates, A., Kohler, M., & Banks, S. (2016). Caffeine Consumption and Sleep Quality in Australian Adults. *Nutrients*, 8(8), 479. <https://doi.org/10.3390/nu8080479>
- Wolde WU-JU, T., & Wolde, T. (2014). Effects of caffeine on health and nutrition: A Review. *Food Science and Quality Management* , 30. [www.iiste.org](http://www.iiste.org)