

## Daftar Pustaka

- Ahdalifa, P. (2022). Hubungan antara screen time, aktivitas fisik, dan perilaku makan terhadap status gizi mahasiswa tahun pertama di universitas Lampung. Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. <http://digilib.unila.ac.id/id/eprint/67792>
- American Heart Association. (2020). Cardiorespiratory Fitness in Youth: An Important Marker of Health: A Scientific Statement From the American Heart Association. In *Circulation* (Vol. 142, Issue 7, pp. E101–E118). Lippincott Williams and Wilkins. <https://doi.org/10.1161/CIR.0000000000000866>
- Angtoni, M., & Adjie, E. K. K. (2020). Hubungan Durasi Screen time dengan Gangguan tidur Anak usia 6- 12 Tahun di SDK Mater DEI selama pandemi COVID -19. *Jurnal* 4(June), 4439-446.
- Fadillah, A., Gatot Candra, P., & Buti Azfiani Azhali. (2020). Perubahan Lama Screen Time, Pola Tidur, dan Pola Makan pada Anak Sebelum dengan Setelah Kebijakan Belajar di Rumah.
- Farah Maulida, H. (2022). Peran Screen time dan Gadget Terhadap Kemampuan Berbahasa pada Anak Usia Dini *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana*, 394–401.
- Foulkes, L., McMillan, D., & Gregory, A. M. (2019). A bad night's sleep on campus: an interview study of first-year university students with poor sleep quality. *Sleep Health*, 5(3), 280–287. <https://doi.org/10.1016/j.sleh.2019.01.003>
- Guyton. (2016). *Guyton And Hall Textbook Of Medical Physiology, Thirteen Edition*. Elsevier.
- Hall, J. E., & Hall, M. E. (2021). *Guyton and Hall Textbook of Medical Physiology 14th edition*.
- Hambali, Y. I. (2021). Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Smartphone Dan Kualitas Tidur Dengan Kebugaran Jasmani Peserta Didik Kelas VIII Di SMP Negeri 2 Karangpucung Kabupaten Cilacap Pada Masa Pandemi Covid-19. *Universitas Negeri Yogyakarta*.
- Handoko, A. H., Aris Prasetyo<sup>1</sup>, Jauhar Firdaus<sup>1</sup>, Pipit Wulandari, Kristianningrum Dian Sofiana, & Karisma Adya Pertiwi. (2021). The Relationship Between Body Mass Index and Student Body Ability Index of Medical Faculty Jember University. *Journal of Agromedicine and Medical Sciences*, 147–150.
- Haryati, K., Patma Yunaningsi, S., Raf, J., Kedokteran Universitas Halu Oleo, F., Tenggara, S., Studi Pendidikan Dokter Konsentrasi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo, P., & Sakit Jiwa, R. (2020). Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo. In *JURNAL SURYA MEDIKA* (Vol. 5, Issue 2).
- Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI). (2020). Buku Prosiding Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) : *Integrated Approach to Improve Growth and Development in Children*.
- Kavi, P. C. (2023). *Conscious entry into sleep: Yoga Nidra and accessing subtler states of consciousness*. 43–60. <https://doi.org/10.1016/bs.pbr.2022.12.012> Kementerian Agama

- RI. (2000). *Al-Qur'an dan Terjemahnya*. CV Diponegoro.
- Kementerian Kesehatan. (2022). *Kematian terbesar Website Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat*.
- Kementerian Kesehatan. (2022). *Screen time pada anak perlukah?* [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/1520/screen-time-pada-anak perluka](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1520/screen-time-pada-anak-perlu)
- Kementerian Kesehatan. (2022, July 25). *Pola tidur dan kesehatan jantung*. Direktorat Jendral Pelayanan Kesehatan (25 juli 2022).
- Kholis, M. N. (2020). *Pengaruh Kualitas Tidur Terhadap Derajat Tekanan Darah Sistolik Pada Pasien Hipertensi Di Poli Penyakit Dalam RST TK. II Dr. Sopraoen Kota Malang. Universitas Islam Negeri Maula Malik Ibrahim*.
- Knebel, margareth thaisi garro, Gonçalves Galdino da Costa, B., Cristina dos Santos, P., & Samara Silva, K. (n.d.). *The Conception, Validation, and Reliability of the Questionnaire for Screen time of Adolescents (QueST)*. <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.1184>
- Pratiwi, H. (2020). *Screen time dalam Perilaku Pengasuhan Generasi Alpha pada Masa Tanggap Darurat Covid-19*. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 265. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.544>
- Rahma, hida nur. (2020). *Hubungan screen time dengan status gizi pada anak usia 6-18 tahun : a narative review*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Rashid, S. M. M., Mawah, J., Banik, E., Akter, Y., Deen, J. I., Jahan, A., Khan, N. M., Rahman, M. M., Lipi, N., Akter, F., Paul, A., & Mannan, A. (2021). Prevalence and impact of the use of electronic gadgets on the health of children in secondary schools in Bangladesh: A cross-sectional study. *Health Science Reports*, 4(4). <https://doi.org/10.1002/hsr2.388>
- Rini, M. K., & Huriah, T. H. (2020). Prevalensi dan Dampak Kecanduan Gadget Pada Remaja : Literatur Review. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5, 185–194. <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM>
- Rika Widianita, D. (2023). No Title. *AT-TAWASSUTH: Jurnal Ekonomi Islam*, VIII(I), 1–19.
- Rosyidah, S. (2022). *Hubungan Kualitas Tidur Dengan Excessive Daytime Sleepiness Pada Remaja Di Wilayah Jabodetabek*. In *Repository UIN Jakarta*. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/64439>
- Syilvani, S., Sukaesih, N. S., & Ningrum, D. (2024). Durasi *Screen time* dengan Gangguan Tidur Remaja. *Jurnal Keperawatan Profesional (KEPO)*, 5(1), 70–77. <https://doi.org/10.36590/kepo.v5i1.941>
- Tasya, D., Bustamam, D., & Lestari, W. (2021). Perbandingan screen-time berdasarkan kuantitas dan kualitas tidur mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta pada pandemi Corona Virus Disease-19.
- Utama Noeradiana, M. D. P., Masria, S., & Yulianto, F. A. (2024). *Hubungan Durasi Screen time Smartphone dengan Durasi Tidur pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung*. *Jurnal Integrasi Kesehatan & Sains*, 6(1), 8–11. <https://doi.org/10.29313/jiks.v6i1.11498>
- WHO. (2020). World Health Organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behaviour. In *British Journal of Sports Medicine* (Vol. 54, 77 Issue 24, pp. 1451–1462).

