

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Mukhyi, M. (2023) *Metodologi Penelitian: Panduan Praktis Penelitian yang Efektif*.
- Best, J.R. and Tomporowski, P.D. (2024) 'Effects of cognitively engaging physical activity interventions on executive function in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis', *Frontiers in Psychology*.
- China Internet Network Information Center (CNNIC) (2023) *Statistical Report on Internet Development in China*.
- Efendi, V.P. and Widodo, A. (2021) 'Literature review hubungan penggunaan gawai terhadap aktivitas fisik remaja', *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 9(4), pp. 17–26.
- Eryzal Novrialdy (2019) 'Kecanduan game online pada remaja: Dampak dan pencegahannya', *Jurnal Ilmiah*, 27(2), pp. 148–158.
- Firdaus and Marsudi (2021) 'Konseling remaja yang kecanduan gadget melalui terapi kognitif behavior', *Jurnal Hasil Penelitian Mahasiswa*, 6(1), pp. 21–22.
- Fristanti, Y.M. and Ruhana, A. (2021) 'Hubungan intensitas penggunaan smartphone terhadap aktivitas fisik dan tingkat konsumsi pangan pada mahasiswa gizi Unesa di era pandemi COVID-19', *Jurnal Gizi UNESA*, 1(2), pp. 89–94.
- García-Hermoso, A., Ramírez-Vélez, R., García-Alonso, Y. *et al.* (2020) 'Association of cardiorespiratory fitness levels during youth with health risk later in life: A systematic review and meta-analysis', *JAMA Pediatrics*, 174(10), pp. 952–960.
- Hanifah, L., Fathonah, S., Nanda, A.D. and Gunawan, A.F. (2023) 'Aktivitas fisik dan perilaku sedentari anak usia sekolah di Indonesia: Tinjauan sistematis', *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 12(1), pp. 12–18.
- Ilyas, M.Y. and Kristiyandaru, A. (2019) 'Hubungan pemakaian gawai dengan aktivitas olahraga (studi pada siswa SMA Negeri 1 Kota Mojokerto)', *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 7(3).
- Journal of Behavioral Addictions (2020) 'Peran penggunaan smartphone dan aksesibilitas dalam perkembangan penggunaan internet yang bermasalah pada remaja'.
- Kingsley, O. and Samira, H. (2024) *R Programming: Statistical Data Analysis in Research*. Singapura: Springer Nature Singapore Pte. Ltd.
- Kristina, S. and Kurniasanti, G. (2019) 'Internet addiction, a new addiction', *Medical Journal of Indonesia*, 28, p. 90.

- Kristiyandaru, A. and Widiastuti, S. (2018) 'Hubungan penggunaan teknologi informasi dan keaktifan olahraga terhadap aktivitas fisik siswa kelas X SMA Negeri 12 Surabaya', *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 6(2), pp. 144–150.
- Kusuma Rini, M. and Huriah, T. (2020) 'Prevalensi dan dampak kecanduan gadget pada remaja: Literature review', *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(1), pp. 185–194.
- Lestari, N.A. and Marsha, P.D. (2022) 'Hubungan penggunaan smartphone dengan tingkat aktivitas fisik remaja di Desa Sumokali Sidoarjo', *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 13(2), pp. 98–104.
- Ministry of Gender Equality and Family (2020) *Survey on Internet Addiction*.
- Nugroho, H. and Juwita, S. (2019) 'Dampak penggunaan gadget terhadap hubungan sosial anak dan remaja', *Jurnal Komunikasi*, 22(1), pp. 75–82.
- Prasetyawan, D.E., Sumiatin, T., Su'udi, dan Yunariyah, B. (2024) 'Hubungan kecanduan game online dengan kualitas tidur pada remaja di Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Tuban', *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendekia*.
- Pratama, D. and Puspita Sari, Y. (2021) 'Karakteristik perkembangan remaja', *Jurnal Pendidikan Remaja*, 1(3).
- Purwanto, E. (2020) 'Pengaruh penggunaan gadget terhadap interaksi sosial anak di Kota Surabaya', *Jurnal Psikologi Indonesia*.
- Putri, J.N., Sumiatin, T., Su'udi dan Yunariyah, B. (2024) 'Penggunaan gadget dan perubahan perilaku remaja di Sekolah Menengah Atas Tuban', *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendekia*.
- Rodriguez-Ayllon, M., Estévez-López, F., Muñoz, N.E. *et al.* (2019) 'Physical activity and mental health in children and adolescents: An updated review of reviews and an analysis of causality', *Psychology of Sport and Exercise*, 42, pp. 146–155.
- Rini, M.K. and Huriah, T. (2020) 'Prevalensi dan dampak kecanduan gadget pada remaja: Literature review', *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(1), pp. 185–194.
- Sinaga, D. (2022) *Buku Ajar Metodologi Penelitian*. Jakarta: UKI Press.
- Siti Kamilatus S. and Ilham (2021) 'Pengaruh penggunaan smartphone terhadap aktivitas belajar siswa', *Jurnal Pendidikan dan Teknologi*, 5(1), pp. 35–42.
- Sugiarto (2021) *Dasar-Dasar Ilmu Keolahragaan*. Jakarta: PT Gramedia.
- We Are Social and Hootsuite (2023) *Digital 2023: Global Overview Report*. Datareportal.
- World Health Organization (2020) *Guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. Geneva: World Health Organization.

- Wulandari, M. and Dewi, R.K. (2020) 'Tingkat kecanduan smartphone pada remaja di SMK Negeri 1 Denpasar', *Bali Health Published Journal*, 1(2), pp. 85–91.
- Yulianti, A. and Andayani, A. (2019) 'Efektivitas konseling kognitif-perilaku dalam mengatasi kecanduan gadget pada mahasiswa di Yogyakarta', *Jurnal Konseling Indonesia*.
- Abdul Mukhyi, M. (2023) *Metodologi Penelitian: Panduan Praktis Penelitian yang Efektif*.
- Best, J.R. and Tomporowski, P.D. (2024) 'Effects of cognitively engaging physical activity interventions on executive function in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis', *Frontiers in Psychology*.
- China Internet Network Information Center (CNNIC) (2023) *Statistical Report on Internet Development in China*.
- Efendi, V.P. and Widodo, A. (2021) 'Literature review hubungan penggunaan gawai terhadap aktivitas fisik remaja', *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 9(4), pp. 17–26.
- Eryzal Novrialdy (2019) 'Kecanduan game online pada remaja: Dampak dan pencegahannya', *Jurnal Ilmiah*, 27(2), pp. 148–158.
- Firdaus and Marsudi (2021) 'Konseling remaja yang kecanduan gadget melalui terapi kognitif behavior', *Jurnal Hasil Penelitian Mahasiswa*, 6(1), pp. 21–22.
- Fristanti, Y.M. and Ruhana, A. (2021) 'Hubungan intensitas penggunaan smartphone terhadap aktivitas fisik dan tingkat konsumsi pangan pada mahasiswa gizi Unesa di era pandemi COVID-19', *Jurnal Gizi UNESA*, 1(2), pp. 89–94.
- García-Hermoso, A., Ramírez-Vélez, R., García-Alonso, Y. *et al.* (2020) 'Association of cardiorespiratory fitness levels during youth with health risk later in life: A systematic review and meta-analysis', *JAMA Pediatrics*, 174(10), pp. 952–960.
- Hanifah, L., Fathonah, S., Nanda, A.D. and Gunawan, A.F. (2023) 'Aktivitas fisik dan perilaku sedentari anak usia sekolah di Indonesia: Tinjauan sistematis', *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 12(1), pp. 12–18.
- Ilyas, M.Y. and Kristiyandaru, A. (2019) 'Hubungan pemakaian gawai dengan aktivitas olahraga (studi pada siswa SMA Negeri 1 Kota Mojokerto)', *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 7(3).
- Journal of Behavioral Addictions (2020) 'Peran penggunaan smartphone dan aksesibilitas dalam perkembangan penggunaan internet yang bermasalah pada remaja'.
- Kingsley, O. and Samira, H. (2024) *R Programming: Statistical Data Analysis in Research*. Singapura: Springer Nature Singapore Pte. Ltd.

- Kristina, S. and Kurniasanti, G. (2019) 'Internet addiction, a new addiction', *Medical Journal of Indonesia*, 28, p. 90.
- Kristiyandaru, A. and Widiastuti, S. (2018) 'Hubungan penggunaan teknologi informasi dan keaktifan olahraga terhadap aktivitas fisik siswa kelas X SMA Negeri 12 Surabaya', *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 6(2), pp. 144–150.
- Kusuma Rini, M. and Huriah, T. (2020) 'Prevalensi dan dampak kecanduan gadget pada remaja: Literature review', *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(1), pp. 185–194.
- Lestari, N.A. and Marsha, P.D. (2022) 'Hubungan penggunaan smartphone dengan tingkat aktivitas fisik remaja di Desa Sumokali Sidoarjo', *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 13(2), pp. 98–104.
- Ministry of Gender Equality and Family (2020) *Survey on Internet Addiction*.
- Nugroho, H. and Juwita, S. (2019) 'Dampak penggunaan gadget terhadap hubungan sosial anak dan remaja', *Jurnal Komunikasi*, 22(1), pp. 75–82.
- Prasetyawan, D.E., Sumiatin, T., Su'udi, dan Yunariyah, B. (2024) 'Hubungan kecanduan game online dengan kualitas tidur pada remaja di Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Tuban', *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendekia*.
- Pratama, D. and Puspita Sari, Y. (2021) 'Karakteristik perkembangan remaja', *Jurnal Pendidikan Remaja*, 1(3).
- Purwanto, E. (2020) 'Pengaruh penggunaan gadget terhadap interaksi sosial anak di Kota Surabaya', *Jurnal Psikologi Indonesia*.
- Putri, J.N., Sumiatin, T., Su'udi dan Yunariyah, B. (2024) 'Penggunaan gadget dan perubahan perilaku remaja di Sekolah Menengah Atas Tuban', *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendekia*.
- Rodriguez-Ayllon, M., Estévez-López, F., Muñoz, N.E. *et al.* (2019) 'Physical activity and mental health in children and adolescents: An updated review of reviews and an analysis of causality', *Psychology of Sport and Exercise*, 42, pp. 146–155.
- Rini, M.K. and Huriah, T. (2020) 'Prevalensi dan dampak kecanduan gadget pada remaja: Literature review', *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(1), pp. 185–194.
- Sinaga, D. (2022) *Buku Ajar Metodologi Penelitian*. Jakarta: UKI Press.
- Siti Kamilatus S. and Ilham (2021) 'Pengaruh penggunaan smartphone terhadap aktivitas belajar siswa', *Jurnal Pendidikan dan Teknologi*, 5(1), pp. 35–42.
- Sugiarto (2021) *Dasar-Dasar Ilmu Keolahragaan*. Jakarta: PT Gramedia.
- We Are Social and Hootsuite (2023) *Digital 2023: Global Overview Report*. Datareportal.

- World Health Organization (2020) *Guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. Geneva: World Health Organization.
- Wulandari, M. and Dewi, R.K. (2020) 'Tingkat kecanduan smartphone pada remaja di SMK Negeri 1 Denpasar', *Bali Health Published Journal*, 1(2), pp. 85–91.
- Yulianti, A. and Andayani, A. (2019) 'Efektivitas konseling kognitif-perilaku dalam mengatasi kecanduan gadget pada mahasiswa di Yogyakarta', *Jurnal Konseling Indonesia*.