

DAFTAR PUSTAKA

- Alimoradi, Z., dkk. (2025). *Effects of sleep deprivation on the mental health of adolescents: A systematic review*. Sleep Science and Practice.
- Arafat, M., Denafianti, D., & Desreza, N. (2025). Hubungan Kecanduan *Smartphone* terhadap Kualitas Tidur pada Siswa SMA Negeri 5 Banda Aceh. *Future Academia: The Journal of Multidisciplinary Research on Scientific and Advanced*, 4(1).
- Athiutama, A., Febriani, I., Erman, I., & Trulianty, A. (2023). *Penggunaan Media Sosial Dan Kualitas Tidur Pada Remaja*. 5, 57–64. <https://doi.org/10.33088/jkr.v5i1.867>
- A. Terry, Attila Szabo, & Mark D. Griffiths. (2022). *The exercise addiction inventory: A new brief screening tool*. *Addiction Research & Theory*, 12(5), 489–499.
- Azmarina, T. S. N., & Effendi, L. (2026). *Determinan kualitas tidur remaja berdasarkan teori kognitif sosial: Studi literatur tahun 2021–2025*. *Vitamin: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum*, 4(1), 25–38.
- Badan Pusat Statistik. 2025. *Statistik Penduduk Remaja Indonesia 2025*. Jakarta: BPS.
- Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Barat. 2025. *Jumlah Penduduk Remaja Provinsi Sumatera Barat 2025*. Padang: BPS Sumatera Barat.
- Badan Pusat Statistik Kota Padang. 2025. *Jumlah Penduduk Remaja Kota Padang 2025*. Padang: BPS Kota Padang.
- Billieux, J., Maurage, P., Lopez-Fernandez, O., Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2017). Can disordered mobile phone use be considered a behavioral addiction? An update on current evidence and a comprehensive model for future research. *Current Addiction Reports*, 2(2), 156–162

- Buyse, 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*
- Erikson, E. H. (2017). *Childhood and Society*. New York: W. W. Norton & Company.
- Ervidianti, E., & Winarti, Y. (2021). *Literature Review: Hubungan Antara Kecanduan Smartphone dengan Kualitas Tidur pada Remaja*.
- Gainau, M. B. 2021. *Perkembangan Remaja Dan Problematikanya*. Yogyakarta : PT Kanisius
- Ginting, H., Utami, A., & Roslita, R. (2025). Gambaran Kecanduan *Smartphone* pada Remaja. *Al-Asalmiya Nursing: Jurnal Ilmu Keperawatan*
- Halimatunnisa', M., Bangkut, M., Makausi, E., & Tungka, K. (2025). *Hubungan Kualitas Tidur dengan Konsentrasi Belajar Siswa di SMA Kristen 1 Tomohon*. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, 13(1).
- Hamdanah, M. A., & Surawan, M. S. . (2022). *Remaja Dan Dinamika* (M. P. . Dr. Hj. Muslimah, S.Ag. (ed.)). K-Media.
- Harfiyanto. D. (2018). *Pola Interaksi Sosial Siswa Pengguna Gadget Di SMA Negeri 1 Semarang*. *Journal Of Educational Social Studies*, 2,1-5
- Hermansyah, Ahmad, A., & ib basri, A. (2025). *indeks Massa Tubuh, Aktivitas Fisik dan Harga Diri Sebagai Determinan Kualitas Tidur Remaja Asrina*. 16(13), 389–393.
- Hidayat. (2019). *Metode penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Ihda. (2024). *Hubungan kecanduan smartphone dengan kualitas tidur pada remaja*.

- Irawan, (2019). Internet dan Fenomena Bangkitnya Peran Aktor non Negara. *Jurnal*
- Irfan, M. 2020. *Pengaruh Penggunaan Smartphone terhadap Perilaku Remaja*. Jurnal Ilmu Kesehatan, 8(2): 123–130
- Irola, D. (2024). *Aspek Perkembangan Kognitif Pada Masa Remaja*. 3(1).
- Jafri, Y., Iqbal, M., Joven, muhammad ikhlas, & Permata, P. (2025). *Edukasi Pengaruh Penggunaan Gadget Dengan Kualitas Tidur Remaja*. 3, 337–344.
- Juliana, M. S. (2014). *Hubungan Aktivitas Fisik dan Kualitas Tidur Remaja*. Skripsi, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia
- Jumilia. (2020). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Di Sma Pgri 2 Padang*. 2(3), 313–322.
- Maghfirah, K., Mutmainnah, M., & Meinarisa, M. (2025). Hubungan Kecanduan Penggunaan Gawai terhadap Kualitas Tidur dan Prestasi Akademik Siswa di SMA Negeri 8 Kota Jambi. *Jurnal Ners*, 9(4).
- Meng, S.-Q., Cheng, J.-L., Li, Y.-Y., Yang, X.-Q., Zheng, J.-W., Chang, X.-W., Shi, Y., Chen, Y., Lu, L., Sun, Y., Bao, Y.-P., & Shi, J. (2022). Global prevalence of digital addiction in general population: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 92, 102128. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2022.102128>
- Nasution, F. Z. (2018) ‘Gambaran Konflik Emosi Remaja Dengan Orang Tua Menggunakan Metode Sack ’ S Sentence Completion Test’, Kognisi Jurnal, 2(2), pp. 122–135.
- Natalia, L. E. (2024). *Dunia Remaja Permasalahn dan Solusinya* (Febriana (ed.)). CV. Ananta Vidya.

National Sleep Foundation. (2024). *Sleep in adolescents and teens*.
<https://www.sleepfoundation.org>

Nirhayah, dkk. 2021. *Hubungan Penggunaan Smartphone dengan Kualitas Tidur pada Remaja*

Notoatmodjo, S. (2022). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Nugraha, arya fajar, Aisyah, & Wowor, j. . tommy. (2023). *Analisis faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur pada remaja di smpn 254 jakarta*. 5(dass 42).

Nuramadan, D. K., Muttaqin, Z., Fatah, V. F., & Desmaniarti, Z. (2023). Ketergantungan Handphone pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Indonesia Florence Nightingale*, 3(1).

Nurannisa, S., Anam, A., & Nuriya, N. (2023). Intensitas Penggunaan Smartphone Berhubungan dengan Kualitas Tidur Remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 11(3).

Nurdiani, G. (2015). *Hubungan Antara Loneliness dengan Smartphone Addiction*. Skripsi. Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana, Jakarta.

Nur, H., Murtiningsih, D., & Ubaidah, A. (2025). *Penggunaan Smartphone yang Sehat pada Siswa di Sekolah Janji Baik*. 14(3), 4638–4646.

Nurmawati, N., Fil'ardi, B., Alsyaina, Y. R., Nuralifah, A., & Rahmah, D. A. (2025). Faktor Penyebab Insomnia di Kalangan Remaja. *Indonesian Research Journal on Education*, 5(1), 173–179.

Nursalam. (2020). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pendekatan praktis* (edisi terbaru). Jakarta: Salemba Medika

- Pender, N. J., Murdaugh, C. L., & Parsons, M. A. 2015. *Health Promotion in Nursing Practice* (Edisi ke-7). Boston: Pearson.
- Potter, P. A., Perry, A. G., Stockert, P. A., Hall, A., & Ostendorf, W. R. (2025). *Fundamentals of Nursing* (12th ed.). Elsevier.
- Qulub, A., Aslinar, & Elmiyati. (2025). Analisis Penggunaan *Smartphone* Terhadap Kualitas Tidur Remaja di SMAN 1 Banda Aceh. *Future Academia: The Journal of Multidisciplinary Research on Scientific and Advanced*, 3(4), 1802–1813.
- Rukminingsih, S. (2024). fenomena *smartphone* addiction di kalangan remaja. *Rukminingsih, Siti*, 1, 31–38.
- Sadock, B. J., Sadock, V. A., Ruiz, P., Pataki, C. S., & Sussman, N. (2018). Kaplan & Sadock's Synopsis of Psychiatry: Behavioral Sciences/Clinical Psychiatry (11th ed.). Philadelphia, PA: Lippincott Williams & Wilkins.
- Santrock, J. W. (2019). *Adolescence* (17th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Sarfika, R., Wijaya, A., Putri, Z. M., Moh, I. M., & Saifudin, Y. (2024). *Smartphone addiction and adolescent mental health : a cross- sectional study in West Sumatra province*. 13(2), 521–527. <https://doi.org/10.11591/ijphs.v13i2.23318>
- Saripudin, M., Hamdan, A. H., & Irawan, T. M. I. A. (2024). Prevalensi Kecanduan *Smartphone* Pada Pelajar: Survei Kecanduan *Smartphone* pada Siswa di Sekolah Menengah dan Mahasiswa di Perguruan Tinggi Indonesia. *Diversity Guidance and Counseling Journal*, 3(1).
- Sarwono. (2019). Psikologi remaja. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Septiani, C. E. (2025). *Hubungan Kualitas Tidur dengan Menstrual Cycle Regularity pada*

Remaja Putri di SMA Negeri Klakah. National Multidisciplinary Sciences Proceedings

Solehah, E. P., Ristinawati, R., & ... (2025). Hubungan *Smartphone* Addiction Dengan Kualitas Tidur Pada Anak Remaja Kelas 11 Tkj Di Smk Harapan Bangsa Depok Tahun 2024. *Jurnal Intelek Insan ...*, April, 6755–6768. <https://jicnusanantara.com/index.php/jiic/article/view/3069%0Ahttps://jicnusanantara.com/index.php/jiic/article/download/3069/3209>

Sukmawati. 2020. *Pengaruh Penggunaan Smartphone terhadap Kualitas Tidur Remaja*.

Sulhan, N. A. A. (2024). Periodisasi perkembangan anak pada masa remaja: Tinjauan psikologi. *Behavior*, 1(1), 9–36.

Sumuli, D., Ibrahim, S. A., & Mohamad, R. W. (2025). Hubungan Intensitas Penggunaan *Smartphone* Dengan Kualitas Tidur Pada Siswa SMP Negeri 1 Gorontalo. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 8(6), 3281–3293.

Sugiyono. (2022). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2023). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta

Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta

Sutisna, M., Abduh, M., & Nuraini, A. (2025). Strategi Penggunaan Gadget Terhadap Kualitas Tidur dan Kesehatan Remaja di SMK Ibnu Sina Bogor. *Jurnal PAKAR"* ..., 1(2), 104–111. <https://pakar.stkip-arahmaniyah.com/index.php/jurnal/article/view/37>

Sutisna, M. I., & Tohri, T. (2024). Hubungan Penggunaan *Smartphone* dengan Kualitas Tidur pada Remaja di Smk Kesehatan Rajawali Tahun 2023. *Jurnal Online*

Keperawatan Rajawali, 2(1), 21–30.

Terry, A., Szabo, A., & Griffiths, M. D. (2004). *The Exercise Addiction Inventory: A New Brief Screening Tool*. *Addiction Research and Theory*, 12(5), 489–499

Tondong, hendriyeta imelda, Nurhayati, & Husniati, N. (2024). *buku ajar metodologi penelitian bidang kesehatan* (putu intan Daryaswanti (Ed.)).

Tukiman, S., Anggriani, R., Amin, L., & Astuti, A. D. (2025). *Edukasi Dampak Ketergantungan Smartphone Terhadap Kesehatan Reproduksi Remaja di SMA Negeri 6 Maluku Tengah*. 3, 869–874.

World Health Organization. (2014). *Health for the world's adolescents: A second chance in the second decade*. WHO Press.
<https://www.who.int/publications/i/item/9789241565133>

World Health Organization. 2025. *Adolescent Population Estimates and Global Trends*. Geneva: WHO.

World Health Organization. 2023. *Sleep Health and Global Prevalence of Sleep Disturbances*. Geneva: WHO

Widiono, E., Syah, A. Y., Purwaningsih, I., Astuti, Y., Dayaningsih, D., Anggarawati, T., Martini, D. E., Tinungki, Y. L., Sari, N. W., Martyastuti, N. E., & others. (2023). *Konsep Keperawatan Dasar*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.

Widyastuti. (2019). *Menyikapi Perubahan Perilaku Remaja*. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia-JPGI*, 2(2)

Winarti, Y., Muhammadiyah, U., & Timur, K. (2021). *Literature Review : Hubungan Antara Kecanduan Smartphone dengan Kuliatas Tidur Pada Remaja*. 3(1).