

DAFTAR PUSTAKA

- Afilia, V. A., Elvandari, M., & Kurniasari, R. (2023). Tingkat Screen Time dan Asupan Zat Gizi dari Snacking dengan Status Gizi Remaja di SMK Negeri 3 Karawang. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(11), 2151–2158. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i11.3921>
- Ali, R., & Nuryani. (2018). Sosial Ekonomi, Konsumsi Fast Food dan Riwayat Obesitas Sebagai Faktor Risiko Obesitas Remaja. *Media Gizi Indonesia*, 13(2), 123–132. <https://doi.org/10.20473/mgi.v13i2.123>
- Allo et al. (2025). Pengaruh Gaya Hidup Digital terhadap Kesehatan Fisik Generasi Z di Kota Makassar. *JIMS: Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 2(2), 81–90. <https://jameb.stimlasharanjaya.ac.id/index.php/JIMS/article/view/258>
- American Academy of Pediatrics. (2016). Media Use in School-Aged Children and Adolescents. *Pediatrics*, 138(5), 1–6. <https://doi.org/https://doi.org/10.1542/peds.2016-2592>
- Amin, M. M., & Sulaiman, S. (2025). Tren Konsumsi Fast Food dan Dampaknya terhadap Obesitas di Kalangan Remaja Perkotaan. *SEHATRAKYAT (Jurnal Kesehatan Masyarakat)*, 4(1), 91–103. <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v4i1.4130>
- Andriani, finandita widia, & Indrawati, V. (2021). Gaya Hidup Sedentari, Screen Time, dan Pola Makan Terhadap Status Gizi Remaja SMAN 1 Bojonegoro. *Jurnal Gizi Universitas Negeri Surabaya*, 1(1), 14–22. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/GIZIUNESA/article/view/41269>
- Anggraeni, S. D., Harun, I., & Irawan, G. C. (2025). Kebiasaan Sarapan, Kualitas Tidur, dan Screen Time Terhadap Konsentrasi Belajar SMP Kartika X-1 Bandung. *Nutrition Scientific Journal*, 4(1), 43–52. <https://jurnal.unsil.ac.id/index.php/nsj/article/view/16644/4372>
- Aprirahanto, P. N., Nurbaiti, Hidayat, W., & Heru, N. (2022). Korelasi Gambaran USG Cholelithiasis dengan Indesk Masa Tubuh Wanita. *Metrik Serial Humaniora Dan Sains*, 3(1), 19–25. <https://publikasi.kocenin.com/index.php/huma>
- Asrianingsi, Yusran, S., & Nurfadilah, S. (2024). Hubungan Screen Time dan Kecanduan Game Terhadap Gangguan Kualitas Tidur Pada Siswa di Sekolah Dasar Negeri 2 Wakorumba Selatan Tahun 2024. *Preventif Journal*, 9(1), 34–39. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.37887/epj>
- Badriyah, L., & Pijaryani, I. (2022). Kebiasaan Makan (Eating Habits) dan Sedentary Lifestyle dengan Gizi Lebih pada Remaja pada Saat Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 21(1), 34–38. <https://doi.org/10.33221/jikes.v21i1.1521>
- Bansal, H., & Kranti, S. K. (2022). Gaming Disorder among College Students and Correlation of Gaming with Self-esteem, Perceived Stress, and Sleep Quality. *Annals of Indian Psychiatry*, 6(3), 244–248. https://doi.org/10.4103/aip.aip_155_21
- Çakir, A. D. C., Çakir, B., Bilaç, Ö., Yalin Sapmaz, Ş., & Kandemir, H. (2022). Clinical Practices and Experiences about Screen Time: From the Perspective of Child and Adolescent Psychiatrists in Turkey - An Online Survey. *Scandinavian Journal of Child and Adolescent Psychiatry and Psychology*, 11(1), 27–33. <https://doi.org/10.2478/sjcapp-2023-0003>
- Chaidirman, Diah, I., & Narmi. (2019). Fenomena Kecanduan Penggunaan Gawai (Gadget) pada Kalangan Remaja Suku Bajo. *Journal of Holistic Nursing and Health Science*, 2(2), 33–41. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/hnhs.2.2.2019.33-41>
- Dahriani, T. A., Murbawani, E. A., & Panunggal, B. (2016). Hubungan Lingkar leher

- dan Tebal Lemak Bawah Kulit (Skinfold) terhadap Profil Lipid pada Remaja. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 5(4), 1804–1814. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/medico/article/view/15967/15427>
- Damian, M., Oltean, A., & Damian, C. (2018). The Impact of sedentary behavior on health and the need for physical activity in children and adolescents. *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala*, 10(1), 71–83. <https://doi.org/10.18662/rrem/19>
- Daulay, N. S., & Akbar, S. (2021). Hubungan Durasi Tidur Dengan Imt (Indeks Massa Tubuh) Yang Dipengaruhi Oleh Jenis Kelamin Pada Mahasiswa Fk Uisu. *Jurnal Kedokteran STM (Sains Dan Teknologi Medik)*, 4(1), 10–16. <https://doi.org/https://doi.org/10.30743/stm.v4i1.64>
- Dewi, F. U., & Sugiyanto, S. (2020). Hubungan Asupan Zat Gizi, Aktifitas Fisik, Lingkar Perut dan Persen Lemak Tubuh dengan Kadar Kolesterol Total Penderita Dislipidemia Rawat Jalan di RSUD dr. Doris Sylvanus Palangka Raya. *Jurnal Forum Kesehatan : Media Publikasi Kesehatan Ilmiah*, 10(2), 1–15. <https://doi.org/10.52263/jfk.v10i2.204>
- Dianah, H. S., Sukaesih, N. S., & Sejati, A. P. (2024). Gambaran Dampak Waktu Layar Terhadap Tidur Pada Remaja: Tinjauan Pelingkupan. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 7(1), 180–190. <https://doi.org/10.52774/jkfn.v7i1.166>
- Dupertuis, Y. M., Jimaja, W., & Beardsley, C. (2025). *Bioelectrical Impedance Analysis Instruments : How do They Differ , What do We Need for Clinical Assessment ?* 28(5), 379–387. <https://doi.org/10.1097/MCO.0000000000001142>
- Endrawan, I. B., Martinus, Satriawan, R., & Amar, K. (2020). The relationship of running agility and speed with the ability to dribble the student participants in the extracurricular futsal activities. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 8(6), 68–72. <https://doi.org/10.13189/saj.2020.080712>
- Farohatus, S., Yuli Irnaini, A., & Cyntia Ratna Sari. (2021). Asupan Energi dan Zat Gizi Makro Terhadap Persen Lemak Tubuh. *Jurnal Ilmiah Gizi Dan Kesehatan (JIGK)*, 2(02), 15–22. <https://doi.org/https://doi.org/10.46772/jigk.v2i02.452>
- Fatimah, S. N., Akbar, L. B., Purba, A., Tarawan, V. M., Nugraha, G. I., Radhiyanti, P. T., & Nurhayati, T. (2017). Hubungan Pengukuran Lemak Subkutan Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Laki-Laki Usia Lanjut. *Penelitian Gizi Dan Makanan (The Journal of Nutrition and Food Research)*, 40(1), 29–34. <https://doi.org/10.22435/pgm.v40i1.6295.29-34>
- Feriyanti, A., Agustini, Rina, T., Permana, L., Rohmah, N., Nurrachmawati, A., Rahayu, Agustin, P., & Fikri, M. (2025). Hubungan Screen Time dengan Tekanan Psikologis pada Remaja Putri: Studi Cross Sectional. *Journal of Community Mental Health and Public Policy*, 7(2), 117–125. <https://doi.org/https://doi.org/10.51602/cmhp.v7i2.238>
- Frans, J. J., Polii, H., & Pangemanan, D. (2025). Hubungan Ketebalan Lemak Viseral dengan Kolesterol Total pada Usia Remaja. *Blantika: Multidisciplinary Journal*, 3(4), 635–646. <https://doi.org/https://doi.org/10.57096/blantika.v3i4.314>
- Gallagher, D. et al. (2000). Healthy Percentage Body Fat Ranges: an Approach for Developing Guidelines Based on Body Mass Index. *American Journal Clinical Nutrition*, 72, 694–701.
- Gunaidi, F. C., Destra, E., Santoso, A. H., & Frisca, F. (2022). Hubungan Indeks Massa Tubuh dan Lingkar Pinggang dengan Kejadian Hipertensi pada Orang Dewasa dengan Aktivitas Ringan Hingga Sedang. *Jurnal MMedika HutaMa*,

- 03(04), 2992–2996.
<https://jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/view/514/384>
- Gunawan, I. A. N., S., & Shalahuddin, I. (2022). Dampak Penggunaan Media Sosial Terhadap Gangguan Psikososial Pada Remaja: A Narrative Review. *Jurnal Kesehatan*, 15(1), 78–92. <https://doi.org/10.23917/jk.v15i1.17426>
- Hanifah, W., Wanda, O. S., & Nisa, H. (2021). Faktor Gaya Hidup dan Penyakit Jantung Koroner: Review Sistematis pada Orang Dewasa di Indonesia. *The Journal of Nutrition and Food Research*, 44(1), 45–58. <https://www.pgm.persagi.org/index.php/pgm/article/view/675>
- Hyangsewu, P., Islamy, M. R. F., Parhan, M., & Nugraha, R. H. (2021). Efek Penggunaan Gadget terhadap Social Behavior Mahasiswa dalam Dimensi Globalisasi. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, 14(2), 127–136. <https://doi.org/https://doi.org/10.21831/jpipip.v14i2.39156>
- Iqlima, A. Y., Karuniawaty, T. P., & Wiguna, P. A. (2024). Relationship Between Screen Time and Physical Activity Among Adolescents Across the COVID-19 Pandemic. *Jurnal Biologi Tropis*, 24(4), 228–238. <https://doi.org/10.29303/jbt.v24i4.7485>
- Islami, S. N., Yanti, R., & Hariati, N. W. (2023). Screen Time dan Aktivitas Fisik dengan Asupan Energi Pada Remaja Obesitas. *Jurnal Keperawatan Profesional (KEPO)*, 4(2), 88–95. <https://doi.org/10.36590/kepo.v4i2.685>
- Jadidah, I. T., Anisah, N., Zakiyah, A. N., Sari, E. K., Dewi, M., & Putri, S. P. (2023). Pengaruh Pola Konsumsi Masyarakat Urban Dan Dampaknya Terhadap Lingkungan. *SIGNIFICANT: Journal Of Research And Multidisciplinary*, 2(02), 189–201. <https://doi.org/10.62668/significant.v2i02.876>
- Jasmine, A., & Farah, F. (2023). Pengaruh durasi pemakaian gawai terhadap perkembangan sosial emosional pada siswa / siswi sma al-muslim tambun. *JKKT: Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran Tarumanegara*, 2(1), 31–38. <https://journal.untar.ac.id/index.php/JKKT/article/view/23954>
- Jayanti, R., Huldani, & Asnawati. (2019). Hubungan Persen Lemak Tubuh Dengan Kapasitas Oksigen Maksimal Pada Calon Jemaah Haji. *Homeostasis*, 2(1), 87–92. <https://ppjp.ulm.ac.id/journals/index.php/hms/article/view/432/423>
- Kaparang, D. R., Padaunan, E., & Kaparang, G. F. (2022). Indeks Massa Tubuh dan Lemak Viseral Mahasiswa. *Aksara: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal*, 8(3), 1579–1586. <https://doi.org/10.37905/aksara.8.3.1579-1586.2022>
- Karolina, R., Toruan, L., Christianto, E., & Masdar, H. (2020). Perbandingan Status Gizi Menurut Pengukuran Indeks Massa Tubuh dan Pengukuran Persentase Lemak Tubuh Menggunakan DXA Scan pada Dewasa di Rumah Sakit X Pekanbaru. *Indonesian Journal of Clinical Nutrition Physician*, 3(1), 80–88. <https://www.journal-ijcnp.com/index.php/IJCNP/article/view/37/42>
- Kharimah, A. S., Niarto, Z. R. A., Lesmana, D. A. P., Faris, A., & Herbawani, C. K. (2025). Analysis of Risk Factors that Influence the Incidence of Obesity in Adolescent: A. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale (JKFN)*, 8(1), 1–9. <https://doi.org/10.52774/jkfn.v8i1.207>
- Komariah, K., & Rahayu, S. (2020). Hubungan Usia, Jenis Kelamin Dan Indeks Massa Tubuh Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Klinik Pratama Rawat Jalan Proklamasi, Depok, Jawa Barat. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 11(1), 41–50. <https://doi.org/10.34035/jk.v11i1.412>
- Kristiana, T., Hermawan, D., Febriani, U., & Farich, A. (2020). Hubungan Antara Pola Tidur dan Kebiasaan Makan Junk Food dengan Kejadian Obesitas pada

- Mahasiswa Universitas Malahayati Tahun 2019. *Jurnal Human Care*, 5(3), 750–761. <https://www.academia.edu/download/74285119/pdf.pdf>
- Kurniawan, L. B., Bahrin, U., Hatta, M., & Arif, M. (2018). Body mass, total body fat percentage, and visceral fat level predict insulin resistance better than waist circumference and body mass index in healthy young male adults in Indonesia. *Journal of Clinical Medicine*, 7(5), 1–6. <https://doi.org/10.3390/jcm7050096>
- Lestari, J. A., & Indrawati, V. (2023). Hubungan Durasi Penggunaan Gadget, Aktivitas Fisik, dan Pola Makan Dengan Status Gizi Remaja Usia 13-15 Tahun di Desa Sambeng, Kecamatan Kasiman, Kabupaten Bojonegoro. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 8(4), 251–258. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.37887/jimkesmas.v8i4>
- Lisnawati, N., Kusmiyati, F., Herwibawa, B., Kristanto, B. A., & Rizkika, A. (2023). Hubungan Indeks Massa Tubuh, Persen Lemak Tubuh, dan Aktivitas Fisik dengan Kadar Gula Darah Remaja. *Journal of Nutrition College*, 12(2), 168–178. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/jnc.v12i2.36662>
- Mainous, A. G., Yin, L., Wu, V., Sharma, P., Jenkins, B. M., Saguil, A. A., Nelson, D. S., & Orlando, F. A. (2025). Body Mass Index vs Body Fat Percentage as a Predictor of Mortality in Adults Aged 20-49 Years. *Annals of Family Medicine*, 23(4), 337–343. <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.1370/afm.240330>
- Mandriyarini et al. (2024). Sedentary Lifestyle Sebagai Faktor ResikoKejadian Obesitas Pada Remaja SMA Stunted Di Kota Semarang. *Journal Of Nutrition College*, 6(2), 149–155. <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jnc>
- Mappaware, N. A., Syahril, E., Latief, S., Irsandi, F., Mursyid, M., Utami, D. F., & Ananda, F. (2020). Ultrasonografi Obstetri Dalam Prespektif Medis, Kaidah Bioetika Dan Islam. *Wal'afiat Hospital Journal*, 1(1), 1–14. <https://doi.org/10.33096/whj.v1i1.2>
- Maulana, I. T., Sari, R. W., Partina, R. S., & Azizah, I. N. (2020). Telaah Kandungan Asam Lemak Esensial Dalam Empat Jenis Minyak Ikan Konsumsi Di Jawa Barat. *Jurnal Ilmiah Farmasi Farmasyifa*, 3(2), 92–101. <https://doi.org/10.29313/jiff.v3i2.5977>
- Maulida, P. D., Alwi, M. K., Patimah, S., Ikhtiar, M., & Yusriani. (2025). Pengaruh Konsumsi Makanan atau Minuman Ultra Processed Terhadap Kejadian Kegemukan pada Remaja Putri di SMK-SMAK Makassar. *Window of Public Health Journal*, 6(2), 274–282. <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph/article/view/woph6206%0APENGA RUH>
- Muliawan, E., Actress Hanna Nelly Kembuan, M., Joanne Tumboimbela Bagian, M., Neurologi Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi, K., Kandou Manado, R. R., & Joanne Tumboimbela, M. (2022). Hubungan Lemak Tubuh Dan Volume Hematoma Stroke Perdarahan Intracerebral. *Journal of The Indonesian Medical Association*, 72(5), 211–219. <https://doi.org/https://doi.org/10.47830/jinma-vol.72.5-2022-559>
- Munafiah, N., & Latif, M. A. (2022). Peran Orang tua pada Kegiatan Screen time Anak Usia Dini. *Proceedings of The 6th Annual Conference on Islamic Early Childhood Education*, 6, 23–28. <http://conference.uin-suka.ac.id/index.php/aciece>
- Musharyadi, F., & Febriyanti, F. (2024). Hubungan Intensitas Penggunaan Smartphone Dengan Kecenderungan Nomophobia Pada Remaja. *Jurnal Menara Medika*, 6(2), 186–195. <https://doi.org/10.31869/mm.v6i2.5189>
- Muttaqin, F. N., Noviani, L., & Sudarno, S. (2022). Pengaruh Media Sosial, Literasi

- Ekonomi, dan Kelompok Teman Sebaya Terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa Pendidikan Ekonomi. *Jurnal Pendidikan Ekonomi (JUPE)*, 10(3), 237–246. <https://doi.org/10.26740/jupe.v10n3.p237-246>
- Ningsih, I. Y., Rimayanti, U., Syuaib, M. M., Darmawansyah, & M, D. (2025). Hubungan Lama Screen Time Dan Jarak Pandang Penggunaan Gadget Dengan Kejadian Dry Eye Syndrome Pada Siswi Kelas 11 Sma Negeri 1 Gowa Dan Pesantren Sultan Hasanuddin. *Ibnu Sina : Kedokteran Dan Kesehatan-Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara, Jurna*, 24(2), 305–310.
- Nurhadi, F. I., Suherman, W. S., Prasetyo, Y., & Nasrulloh, A. (2022). Pengaruh latihan beban kombinasi dengan latihan aerobik terhadap berat badan dan persentase lemak tubuh pada remaja overweight. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 18(2), 8–17. <https://doi.org/10.21831/jorpres.v18i2.51646>
- Nusi, I., Kadir, S., & Aulia, U. (2025). Hubungan Durasi Penggunaan Alat Elektronik (Gadget), Aktivitas Fisik dan Pola Makan dengan Status Gizi Pada Remaja Di SMP Negeri 1 Kota Gorontalo. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 8(1), 377–389. <https://doi.org/10.56338/jks.v8i1.6686>
- Pandoh, E. M., Pagayang, Z., Kairupan, A., Legi, C., & Koresponden, E. (2025). Dampak Screen Time Terhadap Kesehatan Mata, Pola Tidur dan Konsentrasi Siswa. *Sevaka: Hasil Kegiatan Layanan Masyarakat*, 3(2), 128–135. <https://doi.org/https://doi.org/10.62027/sevaka.v3i2.448>
- Pitoy, F. F., Tendean, A. F., & Rindengan, V. C. C. (2022). Kualitas Tidur Dan Indeks Massa Tubuh Pada Remaja. *Nutrix Journal*, 6(2), 6–13. <https://doi.org/10.37771/nj.vol6.iss2.836>
- Puukko, K., Hietajärvi, L., Maksniemi, E., Alho, K., & Salmela-Aro, K. (2020). Social media use and depressive symptoms—a longitudinal study from early to late adolescence. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(16), 1–18. <https://doi.org/10.3390/ijerph17165921>
- Rahmandani, F., Tinus, A., & Ibrahim, M. M. (2018). Analisis Dampak Penggunaan Gadget (Smartphone) Terhadap Kepribadian Dan Karakter (Kekar) Peserta Didik Di Sma Negeri 9 Malang. *Jurnal Civic Hukum*, 3(1), 18. <https://doi.org/10.22219/jch.v3i1.7726>
- Raihanah, N., Arman, Alwi, K., Sumiaty, & Septiyanti. (2024). Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Kualitas Tidur dengan Konsentrasi Siswa di SMP Anak Indonesia Baznas Kota Makassar. *Window of Public Health Journal*, 5(5), 729–740. <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph/article/view/woph5515>
- Riehm, K. E., Holingue, C., Kalb, L. G., Bennett, D., Kapteyn, A., Jiang, Q., Veldhuis, C. B., Johnson, R. M., Fallin, M. D., Kreuter, F., Stuart, E. A., & Thrul, J. (2020). Associations Between Media Exposure and Mental Distress Among U.S. Adults at the Beginning of the COVID-19 Pandemic. *American Journal of Preventive Medicine*, 59(5), 630–638. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2020.06.008>
- Ronitawati, P., Gifari, N., Sitoayu, L., & Nurhasanah, P. (2022). Porsen lemak tubuh , aktivitas fisik , body image , asupan energi , asupan karbohidrat berkorelasi dengan keragaman makanan pada remaja di perkotaan Percent body fat , physical activity , body image , energy intake , carbohydrate intake correlate with die. *Aceh Nutrition Journal*, 7(2), 114–126. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30867/action.v7i2.489>
- Sagala, Z., Anggraeni, R., Handoyo, T. R., & Kalpika, J. (2025). Antara Lemak Baik dan Jahat: Menentukan Pilihan Cerdas untuk Tubuh Sehat. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 8(1–5). <https://journal.uta45jakarta.ac.id/index.php/berdikari/article/view/8444/3221>

- Sagala, Z., Sutriningsih, Purwati, Andien, A., Aurora, M., Muliadi, R., Sakudu, S. G., Ashari, A. H., Jonathan, Fadhilah, F., Azzahr, A. A., Dwicahyani, G., Rafa, D. M., & Azahra, S. S. (2025). Lemak Bukan Musuh: Edukasi Gizi Anak Dan Remaja Tentang Lemak Sehat. *Pharmacy Action Journal*, 4(2), 32–44. <https://journal.uta45jakarta.ac.id/index.php/PAJ/article/view/8371/pdf>
- Sakinah, A. N., & Indahwati, N. (2025). Pengaruh Screen Time terhadap Kemampuan Motorik Siswa SMP. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 15(1), 12–16. <https://doi.org/10.37630/jpo.v15i1.2388>
- Salamah, R., Kartini, A., & Rahfiludin, M. Z. (2019). Hubungan Asupan Zat Gizi, Aktivitas Fisik, dan Persentase Lemak Tubuh dengan Kebugaran Jasmani. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 18(2), 14–18. <https://doi.org/10.14710/mkmi.18.2.14-18>
- Satriawan, R. (2019). The Effect of Physical Fitness on The Grade Point Average of Students of Physical Education at STKIP Taman Siswa Bima. *Malaysian Journal of Movement, Health & Exercise*, 8(2), 131–137. <https://doi.org/10.15282/mohe.v8i2.323>
- Setyarini, D. I., Rengganis, S. G., Ardhiani, I. T., & Mas'udah, E. K. (2023). Analisis Dampak Screen Time terhadap Potensi Tantrum dan Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 2496–2504. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i2.3376>
- Sri, M., & Afriani. (2017). Hubungan antara self-esteem dengan smartphone addiction pada remaja SMA di kota banda aceh (relationship between self-esteem and smartphone addiction in the high school adolescence in banda aceh). *Jurnal Psikogenesis*, 5(2), 102–114. <https://doi.org/https://doi.org/10.24854/jps.v5i2.499>
- Suaib, F., Lestari, R, S., & Maghfirah, R. (2023). Tingkat Konsumsi Fat Food dan Status Gizi Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 18(2), 213–218. <https://doi.org/https://doi.org/10.32382/medkes.v18i2>
- Suraya, Siagian, R., Lubis, A., Nababan, Z., & Vera, A. S. (2020). Pengaruh Konsumsi Makanan Jajanan, Aktivitas Fisik, Screen Time, Dan Durasi Tidur Terhadap Obesitas Pada Remaja. *Jurnal Dunia Gizi*, 3(2), 80–87. ranisuraya10@gmail.com.%0D
- Suryana, S., & Fitri, Y. (2017). Hubungan Aktivitas Fisik dengan IMT dan Komposisi Lemak Tubuh. *Action: Aceh Nutrition Journal*, 2(2), 114–119. <https://doi.org/10.30867/action.v2i2.64>
- Susantini, P. (2021a). Hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan Persen Lemak Tubuh, dan Lemak Viscelar di Kota Semarang. *Jurnal Gizi Unimus*, 10(1), 51–59. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jgizi/article/view/7440/5514>
- Susantini, P. (2021b). Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Persen Lemak Tubuh, dan Lemak Viscelar di Kota Semarang. *Jurnal Gizi Unimus*, 10(1), 51–59. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jgizi/article/view/7440>
- 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>
- Tandra, H. (2017). *Segala Sesuatu yang Harus Anda Ketahui Tentang Diabetes*. Pt Gramedia Pustaka Utama.
- Teresa, S. (2017). Hubungan Body Mass Index dan Persentase Lemak Tubuh dengan Volume Oksigen Maksimal pada Dewasa Muda [Thesis, Universitas Diponegoro Semarang]. *Doctoral Dissertation, Faculty of Medicine Universitas*

- Diponegoro Semarang*. <https://eprints.undip.ac.id/62416/>
- Tintori, A., Ciancimino, G., & Cerbara, L. (2024). How Screen Time and Social Media Hyperconnection Have Harmed Adolescents' Relational and Psychological Well-Being since the COVID-19 Pandemic. *Social Sciences*, 13(9), 1–13. <https://doi.org/10.3390/socsci13090470>
- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2018). Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: Evidence from a population-based study. *Preventive Medicine Reports*, 12, 271–283. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2018.10.003>
- Utami, N. P., Purba, M. B., & Huriyati, E. (2018). Paparan Screen Time Hubungannya dengan Obesitas pada Remaja SMP di Kota Yogyakarta. *Jurnal Dunia Gizi*, 1(2), 71–78. <https://www.academia.edu/download/113291814/73.pdf>
- Walukow, R. A. S., Rumampuk, J., & Lintong, F. (2021). Pengaruh Latihan Sit-up Terhadap Persentase Lemak Tubuh. *Biomedical Journal (Jbm)*, 13(3), 298–302. <https://doi.org/https://doi.org/10.35790/jbm.13.3.2021.31727>
- Wati, W. (2021). Hubungan Penggunaan Media Elektronik dengan Keluhan di Mata Remaja dengan Pembelajaran Online Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(1), 108–114. <https://jurnal.poltekkespalembang.ac.id/index.php/jkm/article/view/1026/514>
- Weimann, E., Silva, M. B. B., Murata, G. M., Bortolon, J. R., Dermargos, A., Curi, R., & Hatanaka, E. (2018). Topical anti-inflammatory activity of palmitoleic acid improves wound healing. *Plos One*, 13(10), 1–10. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0205338>
- Wijayanti, D. N., Sukmaningtyas, H., & Fitranti, D. Y. (2018). Kesesuaian Metode Pengukuran Persentase Lemak Impedance Analysis. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 7(2), 1504–1510. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/medico/article/view/21468/19948>
- Wiley, T. M. P., Poirier, C. P., Burke, V. C. L. E., Despres, J. P., Larsen, P. G., Lavie, C. J., Lear, S. A., Ndumele, C. E., Neeland, I. J., Sanders, P., & Onge, M. P. . S. (2021). Obesity and Cardiovascular Disease. In *Vnitri Lekarstvi* (Vol. 143, Issue 21). <https://doi.org/10.1161/01.atv.0000216787.85457.f3>
- Wiranata, Y., & Inayah, I. (2020). Perbandingan Penghitungan Massa Tubuh Dengan Menggunakan Metode Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Bioelectrical Impedance Analysis (BIA). *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS.Dr. Soetomo*, 6(1), 43–52. <https://doi.org/10.29241/jmk.v6i1.280>
- World Health Organization. (2025a). *Mental health of adolescents*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- World Health Organization. (2025b). *Obesity and Overweight*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Wulansari, A., & Kasyani, K. (2021). Keragaman Status Gizi dan Persentase Lemak Tubuh Mahasiswa Baru STIKes Baiturrahim. *Jurnal Akademi Baiturrahim Jambi*, 10(2), 319–323. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i2.339>
- Yunita, F., Santoso, A. H., Destra, E., Fajarivaldi, K. B., & Pratama, M. K. D. (2025). Pemeriksaan Lemak Subkutan Dengan Skinfold Caliper Empat Titik Sebagai Edukasi Pencegahan Risiko Hipertrigliseridemia Pada Dewasa Muda. *Jurnal Pengabdian Kolaborasi Dan Inovasi IPTEKS*, 3(3), 733–739. <https://doi.org/10.59407/jpki2.v3i3.2605>
- Yunita, F., Santoso, A. H., Gunaidi, F. C., Soebrata, L., & Hartono, E. (2025). Pengukuran Lemak Subkutan Sebagai Alat Evaluasi Obesitas pada Populasi

- Dewasa Produktif. *Jurnal Pengabdian Sosial*, 2(9), 4174–4179. <https://doi.org/10.59837/88zqeg50>
- Zahra, N. A., Andriyani, & Lusida, N. (2025). Tinjauan Literatur Tentang Pengaruh Konsumsi Makanan Cepat Saji Terhadap Risiko Obesitas Pada Remaja. *Barongko Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(3), 574–588. <https://doi.org/https://doi.org/10.59585/bajik.v3i3.654>
- Zamora, A. A., Regencia, Z. J. G., Crisostomo, M. E., Van Hal, G., & Baja, E. S. (2021). Effect of daily social media exposure on anxiety and depression disorders among cargo seafarers: A cross-sectional study. *International Maritime Health*, 72(1), 55–63. <https://doi.org/10.5603/IMH.2021.0008>
- Zubir, Z., & Yuhafliza. (2019). Pengaruh Media Sosial Terhadap Anak Dan Remaja. *Jurnal Pendidikan Almuslim*, 7(1), 10–15. <https://www.neliti.com/publications/477183/pengaruh-media-sosial-terhadap-anak-dan-remaja#cite>