

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah Nurul, N., Hardiansyah, A., & Darmuin. (2024). Asupan Lemak, Asupan Serat, Persepsi Body Image dan Statuz Gizi Siswa SMA Kesatrian 1 Semarang. *Nutrition Scientific Journal*, 3(1), 8–18.
- Airaodion, A. I., Ogbuagu, U., Ogbuagu, E. O., Oloruntoba, A. P., Agunbiade, A. P., Airaodion, E. O., Mokelu, I. P., & Chinonye Ekeh, S. (2019). Mechanisms for Controlling the Synthesis of Lipids-Review *. *International Journal of Research Available*, 06(2), 123–135.
- Alafif, N. (2020). Association Between Short Sleep Duration and Childhood Obesity in School-Going Children: A Mini Review. *Bioscience Biotechnology Research Communications*, 13(3), 1271–1277. <https://doi.org/10.21786/bbrc/13.3/44>
- Alristina, A., Ehasari, R., Laili, R., & Hayudanti, D. (2021). *Ilmu Gizi Dasar Buku Pembelajaran* (1st ed.). CV. Sarnu Untung.
- Arieska P, & Herdiani N. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Pola Konsumsi dengan Status Gizi pada Mahasiswa Kesehatan. *Medical Technology and Public Health Journal*, 4(2), 203–211.
- Arshad, D., Joyia, U. M., Fatima, S., Khalid, N., Rishi, A. I., Abdul Rahim, N. U., Bukhari, S. F., Shairwani, G. K., & Salmaan, A. (2021). The adverse impact of excessive smartphone screen-time on sleep quality among young adults: A prospective cohort. *Sleep Science*, 14(4), 337–341.
- Batubara, J. R. (2016). Adolescent Development (Perkembangan Remaja). *Sari Pediatri*, 12(1), 21–29.
- Buana, M. (2023). Hubungan Sisa Makanan dan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Remaja di Madrasah Aliyah Bali Bina Insani Tabanan. *Journal of Nutrition Science*, 12(1), 1–14.
- Chattu, V. K., Manzar, M. D., Kumary, S., Burman, D., Spence, D. W., & Pandi-Perumal, S. R. (2019). The global problem of insufficient sleep and its serious public health implications. In *Healthcare (Switzerland)* (Vol. 7, Issue 1). MDPI.
- Damayanti, A. Y., Santaliani, A. D., Fathimah, & Nabawiyah, H. (2020). Hubungan Asupan Makronutrien dan Uang Saku dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi Prima (Prime Nutrition Journal)*, 5(1), 57–64.
- Dungga, E. F., Ibrahim, S. A., & Suleman, I. (2022). Hubungan Pendidikan dan Pekerjaan Orang Tua dengan Status Gizi Anak. *Jamburan Journal of Healthy Sciences and Research*, 4(3). <http://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jjhsr>

- Faridi, A., Putri Noviyati, Hutomo, C., Rahmaniah, Rasmaniar, A., Nasution Erlina, Maghfiroh, K., & Rahmi, U. (2022). *Gizi dalam Daur Kehidupan* (M. Sirait, Ed.; 1st ed., Vol. 1). Yayasan Kita Menulis.
- Febriani, R. T., Soesetidjo, A., & Tiyas, F. W. (2019). Consumption of Fat, Protein, and Carbohydrate Among Adolescent with Overweight / Obesity. *Journal of Maternal and Child Health*, 4(2), 70–76. <https://doi.org/10.26911/thejmch.2019.04.02.02>
- Fitriani, R., Dewanti L, Kuswari M, Gifari N, & Wahyuni Y. (2020). Hubungan Antara Pengetahuan Gizi Seimbang, Citra Tubuh, Tingkat Kecukupan Energi dan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Pada Siswa. *GORONTALO JORUNAL Health and Science Community*, 4(1), 29–38.
- Fitriani, R., Dewanti, L., Kuswari, M., Gifari, N., & Wahyuni, Y. (2020). The Relationship Between Balanced Nutrition Knowledge, Body Images, Sufficiency Level Of Energy and Macro Nutrition With Nutritional Status. *GORONTALO JOURNAL Health and Science Community*, 4(1).
- Gantini, T., Hendrawan, & Barkah, M. R. (2024). Hubungan Pendapatan Keluarga dengan Status Gizi Balita di Desa Bojong Kecamatan Pameungpeuk Kabupaten Garut. *Jurnal Agribisnis Dan Teknologi Pangan*, 4(2), 99–107. <https://doi.org/10.32627>
- Gillespie, J. (2021). “You Are What You Eat”: The Role of Dietary Macronutrients and Micronutrients in MAFLD. *Clinical Liver Disease*, 18(2), 67–71. <https://doi.org/10.1002/cld.1083>
- Hafiza D. (2020). Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja SMP YLPI Pekanbaru. *Jurnal Medika Hutama*, 02(01), 332–342.
- Hapsari, A. (2019). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Modul Kesehatan Reproduksi Remaja*. Wineka Media.
- Hidayanty, H., Virani, D., Manti, S., Indriasari, R., & Arsyad, D. S. (2020). Inadequate nutrients intake and wasting status among adolescent students in Small Island of Indonesia. *Enfermeria Clinica*, 30(4), 210–213. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.10.070>
- Hirshkowitz, M., Whiton, K., Albert, S., Alessi, C., Bruni, O., DonCarlos, L., Hazen, N., Herman, J., Katz, E., Kheirandish-Goza, L., Neubauer, D., Donnell, A., Ohayon, M., Peever, J., Rawding, R., Sachdeva, R., Setters, B., Vitiello, M., Ware, C., & Hillard, P. (2015). National Sleep Foundation’s sleep time duration recommendations: Methodology and results summary. *Journal of the National Sleep Foundation*, 1, 40–43. <https://www.sleepfoundation.org/articles/how-blue-lightaffects-kids-sleep>

- Inka Sulistian, V., & Ahmad Rizal, dan. (2023). *Gambaran Pola Konsumsi Lemak Dan Status Gizi Remaja Putri Di SMA Negeri 10 Kota Bengkulu*. 2, 2023.
- Katmawanti S, Supriyadi, & Setyorini I. (2019). Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Siswi Kelas VII SMP Negeri (Full day School). *Preventia: The Indonesian Journal of Public Health*, 4(2).
- Kemenkes. (2018). *Kebutuhan Tidur Sesuai Usia*. <http://www.p2ptm.kemkes.go.id/infographicp2ptm/obesitas/page/18/kebutuhan-tidur-sesuai-usia>
- Kemenkes. (2019a). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 Tentang Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes. (2019b). *Tabel Batas Ambang Indeks Massa Tubuh (IMT)*. <http://www.p2ptm.kemkes.go.id/infographicp2ptm/obesitas/tabel-batas-ambang-indeks-massa-tubuh-imt>
- Kemenkes. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*.
- Khairani, M., afrinis, N., & Yusnira. (2021). Hubungan Asupan Energi dan Protein dengan Status Gizi Santri Madrasah Aliyah Darul Qur'an Tahun 2021. *Jurnal Ekonomi Dan Bisnis*, 5.
- Khoerunisa, D., & Istianah, I. (2021). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Pada Remaja. *Jurnal Pangan Kesehatan Dan Gizi*, 2(1), 51–61.
- Lailiyah, E., Munir, M., & Ristanti, I. (2024). Asupan Serat dan Durasi Tidur dengan Status Gizi Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Gizi*, 4(2), 72–78.
- Lailiyah, E., Munir Miftahul, & Ristanti, I. (2024). Asupan Serat dan Durasi Tidur dengan Status Gizi Pada Remaja Putri. *Svasta Harena: Jurnal Ilmiah Gizi*, 4(2), 72–78. <https://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/SHJIG/article/view/3464/1085>
- Lameshow, S., Klar, J., Lwangsa, S., Pramono, D., & Hosmer, D. (1997). *Besar sampel dalam penelitian kesehatan*. University Press.
- Lemaking Belawa, V., Manimalai, M., & Djogo, H. M. A. (2022). Hubungan Pekerjaan Ayah, Pendidikan Ibu, Pola Asuh, dan Jumlah Anggota Keluarga dengan Kejadian Stunting pada Balita di Kecamatan Kupang Tengah, Kabupaten Kupang. *Ilmu Gizi Indonesia*.
- Lestari, P. (2020). Hubungan Pengetahuan Gizi dan Asupan Makanan dengan Status Gizi Siswi MTS Darul Ulum. *Sport and Nutrition Journal*, 2, 73–80. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/spnj/>

- Meisartika Refi, & Safrianto, Y. (2021). Karakteristik Gaya Kepemimpinan Terhadap Kinerja Kerja Pegawai Kantor Camat Meureubo Kabupaten Aceh Barat. *Jurnal Ilmiah Akuntansi Dan Keuangan*, 4(2), 507–518.
- Nabilah, D., Agatha, A., & Dalimunthe, N. K. (2024). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro, Kualitas Tidur, dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi pada Remaja di SMP Negeri 14 Bandar Lampung. In *JERUMI: Journal of Education Religion Humanities and Multidiciplinary E-ISSN* (Vol. 2, Issue 2).
- Nova, M., & Yanti, R. (2018). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi pada Siswa MTS.S AN-NUR Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 5(2), 169–175.
- Oakley, A. (2015). *Sex, Gender, and Society* (1st ed., Vol. 1). Gower Publishing Company Limited.
- Permatasari, T., Sandy, Y., Pratiwi C., Damanik, K. Y., Rukmana, E., & Silitonga, A. I. (2022). Kebiasaan Sarapan, Asupan Zat Gizi Makro, dan Status Gizi pada Remaja di Kota Medan. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(6), 8755–8763.
- PERSAGI, & AsDI. (2019). *Penuntun Diet dan Terapi Gizi* (Suharyati, B. Hartati, T. Kresnawan, Sunarti, F. Hudayani, & F. Darmarini, Eds.; 4th ed.). Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Pristiwanti, D., Badariah, B., Hidayat, S., & Dewi, R. (2022). Pengertian Pendidikan. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(6), 7911–7915.
- Putri, A. R. S. (2024). Hubungan Jenis Kelamin terhadap Status Gizi pada Siswa Sekolah Dasar Tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Ibu Dan Anak (KIA)*, 3, 1–47.
- Putri, D., Safitri, D. E., & Maulida, N. R. (2022). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro, Frekuensi Olahraga, Durasi Menonton Televisi, dan Durasi Tidur dengan Status Gizi Remaja. *Jurnal Pangan Kesehatan Dan Gizi*, 2(2). <http://journal.binawan.ac.id/JAKAGI>
- Putu, L., Dewi, S., & Suarmanayasa, I. N. (2022). Pengaruh Literasi Keuangan dan Pendapatan serta Kontrol Diri terhadap Pengelolaan Keuangan Pribadi Mahasiswa Program Studi Manajemen STIE Satya Dharma Singaraja. *Bisma: Jurnal Manajemen*, 623–631.
- Qamariyah, B., & Nindya, T. S. (2018). Hubungan Antara Asupan Energi, Zat Gizi Makro dan Total Energy Expenditure dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar. *Amerta Nutrition*, 2(1), 59–65.
- Rachmawati, E., Firdaningrum, N. E., & Agoes, A. (2021). Hubungan antara Durasi Tidur dengan Asupan Makan, Aktivitas Fisik dan Kejadian Obesitas

Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. *Journal of Islamic Medicine*, 5(1), 9–19.

- Rachmayani, S. A., Kuswari, M., & Melani, V. (2018). Hubungan Asupan Zat Gizi dan Status Gizi Remaja Putri di SMK Ciawi Bogor. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 5(2), 125–130.
- Rahmi, N., Husna, A., & Kulla, P. (2023). Studi Crossectional Status Gizi Remaja Putri di SMAN 1 Baitussalam Kabupaten Aceh Besar. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 9(1), 770–779.
- Ramar, K., Malhotra, R. K., Carden, K. A., Martin, J. L., Abbasi-Feinberg, F., Aurora, R. N., Kapur, V. K., Olson, E. J., Rosen, C. L., Rowley, J. A., Shelgikar, A. V., & Trotti, L. M. (2021). Sleep is essential to health: An American Academy of Sleep Medicine position statement. *Journal of Clinical Sleep Medicine*, 17(10), 2115–2119.
- Ristanti, I., Nafies, D., Prasiwi, N., & Lailiyah, E. (2024). Hubungan Asupan Protein dengan Status Gizi Pada Remaja Putri di Pondok Pesantren, Kabupaten Tuban. *Jurnal Mitra Kesehatan*, 6(2), 139–148. <https://doi.org/10.47522/jmk.v6>
- Rorimpandei, C. C., Kapantow, N. H., & Malonda, N. S. H. (2020). Hubungan Antara Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Pada Remaja Putri di Desa Kayuuwi dan Kayuuwi Satu Kecamatan Kawangkoan Barat. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(4), 125–130.
- Senggo, P. S. (2020). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perubahan Kualitas Tidur Mahasiswa Universitas Megarezky Makassar. *Nursing Inside Community*, 2(2), 59–63.
- Sievenpiper, J. L. (2021). Low-carbohydrate diets and cardiometabolic health: The importance of carbohydrate quality over quantity. *Nutrition Reviews*, 78(1), 69–77.
- Simanoah, K. H., Muniroh, L., & Rifqi, M. A. (2022). Hubungan Antara Durasi Tidur, Tingkat Stres dan Asupan Energi Dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) Pada Mahasiswa Baru 2020/2021 FKM UNAIR. *Media Gizi Kesmas*.
- Sudhakararao, G., Priyadarsini, K. A., Kiran, G., Karunakar, P., & Chegu, K. (2019). Physiological Role of Proteins and their Functions in Human Body. *International Journal of Pharma Research and Health Sciences*, 7(1), 2874–2878.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (2nd ed.). Alfabeta.

- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Sutopo, Ed.; 1st ed.). Alfabeta.
- Sulfiyani, Ruwiah, & Fithria. (2023). Hubungan Pola Makan, Pendapatan Keluarga, Jumlah Anggota Keluarga dengan Status Gizi Anak Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Parigi Kabupaten Muna Tahun 2021. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan Indonesia*. <https://doi.org/10.37887/jgki.v2i4>
- Supariasa, I., Bakri, B., & Fajar, I. (2016a). *Penilaian Status Gizi* (E. Rezkina & C. A. Agustin, Eds.; 2nd ed.). Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Supariasa, I., Bakri, B., & Fajar, I. (2016b). *Penilaian Status Gizi*. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Supriadi, G. (2021). *Statistik Penelitian Pendidikan* (1st ed., Vol. 10). UNY Press.
- Suryana, E., Hadiskurniati, A. I., Harmayanti, A., & Harto, K. (2022). Perkembangan Remaja Awal, Menengah dan Implikasinya Terhadap Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3), 1917–1928.
- Syach, S. N., & Lestari, H. E. (2023). Masalah gizi kekurangan energi protein dan status gizi pada remaja vegetarian. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 28293835.
- Toby Y, Anggraeni L, & Rasmada S. (2021). Analisis Asupan Zat Gizi Terhadap Status Gizi Balita. *Faletehan Health Journal*, 8(2), 92–101.
- Yanti, R., Nova, M., & Rahmi, A. (2021). Asupan Energi, Asupan Lemak, Aktivitas Fisik dan Pengetahuan, Berhubungan dengan Gizi Lebih pada Remaja SMA. *Jurnal Kesehatan Perintis*.
- Yuliana, I., Safriantini, D., & Lestari, M. (2022). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Remaja Putri Di SMKN 05 Kota Palembang. *Arsip Gizi Dan Pangan*, 7(2), 126–132. <https://journal.uhamka.ac.id/index.php/argipa>
- Zuhriyah, A., & Indrawati, V. (2021). Konsumsi Energi, Protein, Aktivitas Fisik, Pengetahuan Gizi Dengan Status Gizi Siswa SDN Dukuh Sari Kabupaten Sidoarjo. *Jurnal Gizi Universitas Negeri Surabaya*.