

DAFTAR PUSTAKA

- Afrilia, L., Fitri, A., Sitanggang, H. D., Perdana, S. M., & Wisudariani, E. (2024). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kenaikan Berat Badan Pada Pengguna Kontrasepsi Suntik Di Wilayah Kerja Puskesmas IV Sipin Kota Jambi Tahun 2022. *Jurnal Kesmas Jambi*.
- Amin, N. (2023). Status gizi dan tinggi badan berhubungan dengan lemparan ke dalam (throw-in) atlet sepak bola. *Sports Collaboration Journal (SCJ)*, 1(2), 44–48.
- Arisman, MB. (2014). Buku Ajar Ilmu Gizi: Obesitas, Diabetes Melitus, & Dislipidemia: Konsep, teori dan penanganan aplikatif. Jakarta: EGC.
- Arundhana, A. I., Utami, A., & Muadz, H. (2015). Genetik, obesitas, dan teori relativitas berat badan. *Media Gizi Masyarakat Indonesia*.
- Auliah, N. N., Nur'aeni, A. L., Hidayati, E. N., & Yusup, I. R. (2020). Hubungan Pola Hidup Dan Berat Badan Mahasiswa Pendidikan Biologi Semester 7A. *Jurnal Bio Educatio*, 5(1), 24–29.
- Bennett, W., & Gurin, J. (1982). *The Hungry Self: Bulimia And Resistance To Weight Loss*.
- Badan Gizi Nasional. (2025). *Pedoman Program Makan Bergizi Gratis (MBG)*. Jakarta: BGN.
- Damanik, A. N. (2025, September 18). Mewujudkan Indonesia Sehat: Implementasi Program Makanan Bergizi Gratis Di Tebing Tinggi Sebagai Langkah Strategis Asta Cita. *Pemerintah Kota Tebing Tinggi*.
- De Onis, M., Onyango, A. W., Borghi, E., Siyam, A., Nishida, C., & Siekmann, J. (2007). Development of a WHO growth reference for school-aged children and adolescents. *Bulletin of the World Health Organization*, 85(9), 660–667.
- Firmansyah, M. F., & Kaharina, A. (2025). Hubungan aktivitas fisik dengan status gizi pada siswa kelas IX SMP Negeri 41 Surabaya. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 6(3).
- Fredy Eko Setiawan, Fania Putri Luhurningtyas Dan Arikatus Sofia (2022). Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI). Korelasi Status Gizi Dan Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Mahasiswa
- Habibie, M., Fitrianto, A. T., & Apriani, H. (2024). Sosialisasi Tes Kebugaran Siswa Indonesia (TKSI) di MGMP PJOK SMA Kota Banjarbaru. *Multidisciplinary Indonesian Center Journal*, 1(3).

- Harahap, N. K., Nabila, M., & Ramadhani, A. T. (2025). Analysis of the influence of nutrition education on nutritional knowledge of basketball athletes in Medan. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 5(1), 65–70.
- Harsono. (2016). *Latihan Kondisi Fisik (Untuk Atlet Dan Kesehatan)*. Bandung: Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan UPI.
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan. (2023). Tes Kebugaran Siswa Indonesia (TKSI).
- Kholish R, A., & Dwiyaniti, E. (2022). Hubungan antara Indeks Massa Tubuh dengan keluhan musculoskeletal disorders (studi kasus pada pekerja operator container crane PT. X Surabaya). *Media Gizi Kesmas*, Vol 11, No 02 Juni 2022. 365-370.
- Indartanti, D., & Kartini, A. (2014). Hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri. *Journal of Nutrition College*, 3(2), 33–39.
- M. Sajoto. (1995). *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang: IKIP Semarang Press.
- Mashud. (2015). Pendekatan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Era Abad 21. *Jurnal Multilateral*, 14(2), 89–114.
- Media Keuangan. (2025, Februari 17). Pemerintah Salurkan Makan Bergizi Gratis (MBG), Ini Sasaran Utama Penerimaannya. *Mediakeuangan. Kemenkeu. Go. Id.*
- Mubarok. (2021). *Komponen Dasar Kebugaran Jasmani*.
- Mubarok, M. Z. (2021). Teori Latihan Olahraga. Indramayu: Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Stkip Nahdlatul Ulama Indramayu.
- Nugraheni, D. R. M., Mastuti, R., & Dkk. (2023). *Pengantar Ilmu Gizi: Pemahaman Tentang Nutrisi Dan Kesehatan* (Hlm. 1–129). Jambi: Sonpedia Publishing Indonesia.
- Putranto, A. D., & Efendi, M. Y. (2024). *Pentingnya Kebugaran Jasmani Untuk Meningkatkan Kekuatan Tubuh Dalam Mengikuti Kegiatan Belajar Dan Mengajar Di SMP Dharma Karya UT*. Universitas Muhammadiyah Jakarta.
- Qomarrullah, R. R., Dkk. (2025). Dampak Program Makan Bergizi Terhadap Kesehatan Dan Keberlanjutan Pendidikan Siswa. *Jurnal Pendidikan Dan Kesehatan*.
- Rijal, A. K., & Winarno, M. E. (2025). *Hubungan IMT dan aktivitas fisik dengan tingkat kebugaran jasmani pada siswa sekolah Taruna SMK Negeri 2 Turen*. *Jurnal Kesehatan Jasmani dan Olahraga*.
- Sajoto, M. (1995). Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga. Dahara Prize.
- Serana, A., & Fauziah, N. (2025, Januari 25). Indonesia Masih Hadapi Gizi Buruk, Saatnya Peduli Pada Asupan Yang Tepat. *Itama.Co.Id.*
- Situmorang, M. (2015). Penentuan indeks massa tubuh (IMT) melalui pengukuran berat dan tinggi badan berbasis mikrokontroler AT89S51 dan PC. *Jurnal T Teori dan Aplikasi Fisika*.

- Silaban, R. A., Moleong, M., & Ramli, M. (2025). *Analisis tingkat kebugaran jasmani siswa sekolah menengah kejuruan (SMK) Yadika Langowan*. Sport Gymnastics: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani.
- Silaban, R. A., Moleong, M., & Ramli, M. (2025). *Analisis tingkat kebugaran jasmani siswa sekolah menengah kejuruan (SMK) Yadika Langowan*. Sport Gymnastics: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani.
- Soetardjo, S., & Soekirman. (2011). *Ilmu Gizi Dan Aplikasinya Untuk Keluarga Dan Masyarakat*. Kencana.
- Subagio, R. F. N., Simamora, R. S., & Indrawati, L. (2024). Hubungan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 6(4), 1-10.
- Subarjah, A., et al. (2025). Korelasi antara tingkat kebugaran jasmani (VO₂Max) dan Indeks Massa Tubuh mahasiswa studi ilmu keolahragaan. *Jurnal Ilmiah Bidang Pendidikan Olahraga*, 10(2), 170-179.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sunarno, A. (2024). *Tes dan pengukuran kondisi fisik*. Universitas Negeri Medan.
- Tuaimah, M. H. (2025). The effect of a healthy nutritional program on body mass index and anthropometric measurements in obese women. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 8(1), 89–95.
- Utami, D., & Setyarini, G. A. (2017). Faktor-faktor yang mempengaruhi indeks massa tubuh pada remaja usia 15–18 tahun di SMAN 14 Tangerang. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 4(3), 207–213.
- World Health Organization. (2006). *WHO child growth standards: Length/height-for-age, weight-for-age, weight-for-length, weight-for-height and body mass index-for-age: Methods and development*. Geneva: World Health Organization.
- Widiyanto, A., Lieskusumastuti, A. D., & Sab'ngatun. (2020). Hubungan indeks massa tubuh dengan dismenorea. *Journal of Health Research*, 3(2), 131–141.
- Wulandari, A. A., Mokhtar, S., Nurmadilla, N., Bamahry, A. B., & Jafar, M. A. (2023). Status Gizi Terhadap Pertumbuhan, Perkembangan, Dan Prestasi Belajar Anak. *Wal'afiat Hospital Journal*, 4(1), 1-8.
- Zega, Y. A., Nugroho, K. H., & Puruhita, N. (2016). Hubungan antara indeks massa tubuh (IMT) dengan kadar lemak total. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 5(2), 122-131
- Zulaika, N., Lestari, D., & Istiqomah, H. (2025). Tantangan implementasi dan akuntabilitas anggaran program makanan bergizi gratis (MBG) berdasarkan Instruksi Presiden Nomor 1 Tahun 2025. *Jurnal Penelitian Ilmiah Multidisipliner*, 1(3), 426–435.