

DAFTAR PUSTAKA

- Akhmad, F. (2019). *Metode Sampling*. Banten : Universitas Terbuka.
- Almatsier, S. (2019). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Alwi, J., Fandir, A., Anwar, R., & Dahlia, B. (2024). Hubungan Suku Dan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 3(1), 181-188.
- Annas, B. (2022). *Buku Ajar Gizi Olahraga, Aktivitas Fisik Dan Kebugaran*. Pekalongan : Penerbit Nem.
- Arismawati, D. F., Sada, M., Briliannita, A., Eliza, Satriani, Florensia, W., Rachmawati, S. N., Widyastuti, R. A., Kamarudin, A. P., Isoeli, Kamarudin, M., Ramdika, S. B., Nofitasari, A., Rahmawati, & Sriyanti. (2022). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Bandung : CV. Media Sains Indonesia.
- Desy, N. P., Hary W. C., & Dyah W. P.,. (2023). *Aktivitas Fisik, Asupan Makanan & Kualitas Tidur*. Semarang : LPPM Universitas Negeri Semarang.
- Dewi, A. P., Dewanti, R., Akhriani, M., Rita, R. S., Muharramah, A., Junita, D. E., Estiningtyas, D., Wati, D. A., Astriana, K., Puspitasari, A., Ayu, R. N. S., Ibrahim, S. Z., Arisanty, D., Pratiwi, A. E., Febriana, W., Widyastuti, R. A., Kahar, L. A., & Anindita, P. R., (2024). *Metabolisme Energi dan Zat Gizi Makro*. Purbalingga : Eureka Media Aksara.
- Fahri, R. A., Wungouw, H. P. P. L., Woda, R. R., & Koamesah, S. M. J. (2023). Hubungan Konsumsi Makanan Berserat Dengan Pola Defekasi Pada Siswa Sma Negeri 1 Taebenu. *Cendana Medical Journal (Cmj)*, 11(1), 90–100.
- FAO/WHO/UNU. (2001). *Human Energy Requirements : Report of a Joint FAO/WHO/UNU Expert Consultation*. Rome : Food and Agriculture Organization.
- Febriani D. P., (2020). *Hubungan Asupan Energi dan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Remaja Putri Di Pesantren Darul Aman Gombara Makassar*. Skripsi : Universitas Hasanuddin Makassar
- Gantini, T., Hendrawan, H., & Barkah, M. R. (2024). Hubungan Pendapatan Keluarga dengan Status Gizi Balita di Desa Bojong Kecamatan Pameungpeuk Kabupaten Garut. *AGRITEKH (Jurnal Agribisnis dan Teknologi Pangan)*, 4(2), 99–107.

- Gibson, R. S. (2005). *Principles of Nutritional Assessment* (2nd ed.). Oxford University Press Inc.
- Hadza, R. Q. (2021). *Energi yang diperlukan Tubuh*. OSF Preprints
- Hafiza, D., Utmi, A., & Niriyah, S. (2021). Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Smp Ylpi Pekanbaru. *Al-Asalmiya Nursing Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal Of Nursing Sciences)*, 9(2), 86–96.
- Hardinsyah, H., Riyadi, H., Napitupulu, V. (2016). *Kecukupan Energi, Protein, Lemak, dan Karbohidrat*. Thesis. Departemen Gizi Masyarakat. Institiut Pertanian Bogor. Bogor.
- Herawati, V., Rizqi, E. R., & Afrinis, N. (2023). Hubungan Asupan Energi Protein Dan Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Dengan Status Gizi Remaja Di Posyandu Remaja Desa Pangkalan Jambi Kecamatan Bukit Batu. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(1), 65-77.
- Ilma, U.M. (2022). *Pengaruh Asupan Energi, Asupan Serat, Dan Aktivitas Fisik Terhadap Status Gizi Pada Mahasiswa Santri Pondok Pesantren Darul Falah 2 Cukir Jombang*. Thesis. Fakultas Psikologi Dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
- Iqbal, M., & Puspaningtyas, D. E. (2018). *Penilaian Status Gizi Abcd*. Jakarta: Salemba Medika.
- Irohatul, A. (2019). *Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Gizi Lebih Remaja di Pondok Pesantren (Studi pada Santri Pondok Pesantren Symber Bunga, Situbondo)*. Thesis. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Airlangga. Surabaya.
- Izhar, M. D. (2020). Hubungan Antara Konsumsi Junk Food, Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Siswa SMA Negeri 1 Jambi. *Jurnal Forum Ilmiah*, 5(1), 1-7.
- Jeser, T. A., & Santoso, A. H. (2021). Hubungan Asupan Serat Dalam Buah Dan Sayur Dengan Obesitas Pada Usia 20-45 Tahun Di Puskesmas Kecamatan Grogol Petamburan Jakarta Barat. *Tarumanagara Medical Journal*, 3(2), 383–390.
- Kartiningrum, E. D., Notobroto, H. B., Otok, B. W., Kumarijati, N. E., & Yuswatiningsih, E. (2022). *Aplikasi Regresi Dan Korelasi Dalam Analisis Data Hasil Penelitian*. Mojokerto : STIKes Majapahit Mojokerto.
- Kemenkes RI (2018). *Laporan Nasional RISKESDAS 2018*, Jakarta; Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

- Kemenkes RI, (2019). *Tabel Batas Ambang Indeks Massa Tubuh (Imt)*. Diakses Dari [Http://P2ptm.Kemkes.Go.Id/Infographic-P2ptm/Obesitas/Tabelbatas-Ambang-Indeks-Massa-Tubuh-Imt](http://P2ptm.Kemkes.Go.Id/Infographic-P2ptm/Obesitas/Tabelbatas-Ambang-Indeks-Massa-Tubuh-Imt) Diakses Pada Tanggal 21 Mei 2024.
- Kemenkes RI. (2019). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 Tentang Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI. (2019). Apa Definisi Aktivitas Fisik? Diakses dari <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographicp2ptm/obesitas/apa-definisi-aktivitas-fisik>
- Kemenkes RI. (2022). *Remaja 10-18 Tahun*. Diakses Dari [Https://ayosehat.kemkes.go.id/kategori-usia/remaja](https://ayosehat.kemkes.go.id/kategori-usia/remaja) Diakses Pada Tanggal 7 April 2024.
- Kemenkes RI. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia 2023 dalam Angka*, Jakarta : Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Kemenkes RI. (2014). *Survei Konsumsi Makanan Individu dalam Studi Diet Total 2014*, Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kumala, M., Novendy, Olivia, S., & Santoso, A. H. (2019). *Panduan Pengisian Kuesioner : Asesmen Dan Intervensi Terhadap Kesehatan Dan Kebugaran Guna Mencegah Morbiditas Serta Mortalitas Akibat Penyakit Tidak Menular Pada Masyarakat Umur Produktif Dan Berpenghasilan Rendah Di Indonesia*. Jakarta : Universitas Tarumanegara.
- Kurniasanti, P. (2020). Hubungan Asupan Energi, Lemak, Serat , dan Aktivitas Fisik dengan Visceral Fat pada Pegawai UIN Walisongo Semarang. *Nutri-Sains: Jurnal Gizi dan Aplikasinya*. 4(2), 139–152.
- Levina, A., & Sumarmi, S. (2019). Asupan Zat Gizi Makro dan Status Gizi Mahasiswa Asing di Surabaya, Indonesia. *Media Gizi Indonesia*, 14(2), 132–139.
- Mariam, A. (2022). *Hubungan Asupan Karbohidrat, Asupan Serat Dan Durasi Tidur Dengan Status Gizi Remaja Usia 16-18 Tahun Di SMA Negeri 4 Bukittinggi Tahun 2022*. Thesis. Universitas Andalas.
- Maryoto, A. (2020). *Manfaat Serat Bagi Tubuh* (1 ed.). Kembangan : CV. Pamularsih.
- Nurlabibah, N., Hapsari, A. I., Rosmana, D., & Hastuti, W. (2023). Hubungan Asupan Energi Dan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Santri Putri Di

- Pondok Pesantren Salafiyah Al-Jawahir. *Jurnal Gizi dan Dietetik*, 2(2), 79–90.
- Nurritzky, A., & Nurhayati, F. (2018). Perbandingan Antropometri Gizi Berdasarkan Bb/U, Tb/U, Dan Imt/U Siswa Sd. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 6(1), 175-181.
- Octavia, Zana Fitriana. (2020). Frekuensi dan Kontribusi Energi Dari Sarapan Meningkatkan Status Gizi Remaja Putri. *Jurnal Riset Gizi*. 8(2). 32-36.
- Ottevaere, C., Huybrechts, I., Beghin, L., Cuenca-Garcia, M., De Bourdeaudhuij, I., Gottrand, F., Hagströmer, M., Kafatos, A., Le Donne, C., Moreno, L. A., Sjöström, M., Widhalm, K., De Henauw, S., & HELENA (Healthy Lifestyle in Europe by Nutrition in Adolescence) Study Group. (2011). Relationship between self-reported dietary intake and physical activity levels among adolescents: The HELENA study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 8(1), 2-9.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2. (2020). *Standar Antropometri Anak*. Diakses Dari [Http://Hukor.Kemkes.Go.Id/Uploads/Produk/Pmk_No_2_Th_2020_Ttg_S_tandar_Antropometri_Anak.Pdf](http://Hukor.Kemkes.Go.Id/Uploads/Produk/Pmk_No_2_Th_2020_Ttg_S_tandar_Antropometri_Anak.Pdf)
- Pertiwi, M., Wingki, E., & Sunarti, E. (2017). *Hubungan Obesitas dengan Hipertensi Esensial pada Pasien di Wilayah Kerja PUSKESMAS Karang Asam Tahun 2017*. Thesis. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah. Samarinda.
- Rahayu, A., Yulidasari, F., & Setiawan, M. I. (2019). *Dasar-Dasar Gizi*. Yogyakarta : CV. Mine.
- Rahayu, H.K., Hindarta, N. A., Wijaya, D. P., & Faiza, T. A. (2023). *Gizi Dan Kesehatan Remaja*. Zahira Media Publisher.
- Rantika, N., & Rusdiana, T. (2019). Artikel Tinjauan: Penggunaan Dan Pengembangan Dietary Fiber, *Jurnal Farmaka*, 16(2), 152-165.
- Rohimah, Tyas Febiandini. (2019). Pengetahuan Gizi, Tingkat Konsumsi, Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Santriwati Pondok Pesantren Mahasiswa Syafi'urrohman Jember. Skripsi. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Jember.
- Roring, N. M., Posangi, J., & Manampiring, A. E. (2020). Hubungan Antara Pengetahuan Gizi, Aktivitas Fisik, dan Intensitas Olahraga dengan Status Gizi. *Jurnal Biomedik*, 12(2), 110-116.

- Santoso, I. A. (2019). Serat Pangan (Dietary Fiber) Dan Manfaatnya Bagi Kesehatan. *Jurnal Magistra*. 23(78). 35-40.
- Saras T. (2023). *Karbohidrat Sumber Energi Utama Tubuh*. Unwahas Press.
- Sardi, M., Tobing, M. N. B., Pratiwi, A., ButarButar, K. A., Putri, R. N., & Tumangger, S. H. (2021). Klaim Kandungan Zat Gizi pada Berbagai Kudapan (Snack) Tinggi Serat. *Jurnal Andaliman*. 1(1). 39-42.
- Sianturi, O. N. A., Nadhiroh, S. R., & Rachmah, Q. (2021). Hubungan tingkat pendidikan dan pendapatan orang tua terhadap status gizi anak: Literature review. *Universitas Airlangga*. <https://unair.ac.id/tingkat-pendidikan-dan-pendapatan-orang-tua-kaitannya-dengan-status-gizi-anak/>
- Sopiah, L., Lestari, W., Suraya, R., & Nababan, A. S. V. (2021). Factors Related to Adolescents Obesity in Sub-District of Bunut Barat, District of Kisaran Barat. *Tarumanagara Medical Journal*. 3(2), 383–389.
- Soraya, D., Sukandar, D., & Sinaga, T. (2017). Hubungan Pengetahuan Gizi, Tingkat Kecukupan Zat Gizi, dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Guru SMP. *Jurnal Gizi Indonesia*. Vol. 6, No. 1, 29-36
- Stitaprajna, A., & Aslam, M. (2020). Hubungan Status Gizi dan Asupan Energi dengan Produktivitas Kerja pada Pekerja PT. Propack Kreasi Mandiri Cikarang. *Jurnal Nutrisia*. 22(2). 86-93.
- Subekti, N. M., Prasetyanti, D. K., & Nikmah, A. N. (2020). Gambaran Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Dalam Menghadapi Pubertas Pada Remaja. *Jurnal Mahasiwa Kesehatan*. 1(2). 159-165.
- Subekti, N., Mulyadi, H. A., Mulyana, D., & Priana, A. (2021). Peningkatan Kesehatan Melalui Program Informal Sport Masa Pandemi Covid 19 Menuju New Normal Pada Masyarakat Dsn. Kalapanunggal Dan Dsn. Ancol Kec. Sindang Kasih Kab. Ciamis. *Jurnal Pengabdian Siliwangi*. 7(1). 17-22.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*, Penerbit Alfabeta, Bandung.
- Sunarti. (2018). *Serat Pangan Dalam Penanganan Sindrom Metabolik*. Yogyakarta : Gadjah Mada University Press.
- Supariasa, I.D.N., Bakri, B. & Fajar, I. (2016). *Penilaian Status Gizi*. Penerbit. Egcc. Jakarta.
- Sutrio. (2017). Hubungan Asupan Energi, Pengetahuan Gizi Dan Aktivitas Fisik Terhadap Status Gizi Siswa Sekolah Menengah Atas Global Madani Kota

- Bandar Lampung Tahun 2016. *Jurnal Kesehatan Holistik (The Journal of Holistic Healthcare)*. 11 (1). 1-4.
- Uce, L. (2018). Pengaruh Asupan Makanan Terhadap Kualitas Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak*. 10(2). 79-92.
- United Nations Children's Fund. (2021). *Strategi Komunikasi Perubahan Sosial dan Perilaku: Meningkatkan Gizi Remaja di Indonesia*, UNICEF, Jakarta.
- Utami, F. P., & Ayu, S. M. (2018). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Remaja*. Fakultas Kesehatan Masyarakat.
- Wahyuni, S., & Fitriah, N. (2023). Hubungan Pengetahuan Gizi, Pendapatan Keluarga dan Pola Konsumsi dengan Status Gizi Remaja di Tiga Sekolah Menengah Atas di Wilayah Negara Kabupaten Hulu Sungai Selatan. *Jurnal Riset Pangan dan Gizi*, 5(2), 1-10.
- Wardi, N. K., Fikawati, S. & Hayati, R. (2023). Faktor Dominan yang Mempengaruhi Asupan Energi Anak Usia 25-30 Bulan di Jakarta Pusat Tahun 2019. *Jurnal Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*. 6(9). 1808-1817.
- Wicaksono, A., & Handoko, W. (2020). *Aktivitas Fisik Dan Kesehatan*. Pontianak : IAIN Pontianak Press.
- World Health Organization. (Who). (2017). Physical Activity. <https://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/en/> - Diakses Mei 2024.
- World Health Organization. (2024). Physical Activity. <https://www.who.int/newsroom/fact-sheets/detail/physical-activity>. Diakses Juli 2024.
- World Health Organization. (2023). *WHO updates guidelines on fats and carbohydrates*. <https://www.who.int/news/item/17-07-2023-who-updates-guidelines-on-fats-and-carbohydrates>
- 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 (Perintis's Health Journal)*, 8(1), 45-53.
- Yosephin, B. (2018). *Tuntunan Praktis Menghitung Kebutuhan Gizi*. Yogyakarta : CV. Andi Offset.
- Yunawati, I., Setyawati, N. F., Muharramah, A., Ernalia, Y., Puspaningtyas, D. E., Wati, D. A., Puspita, L. M., Prasetyaningrum, Y. I., Nasruddin N. M.,

Indriayani I. & Akhriani M. (2023). *Penilaian Status Gizi*. Purbalingga : Penerbit Cv. Eureka Media Aksara.

