

DAFTAR PUSTAKA

- Abadini, D., & Wuryaningsih, C. E. (2019). Determinan Aktivitas Fisik Orang Dewasa Pekerja Kantoran di Jakarta Tahun 2018. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 14(1), 15–28.
- Abdullah, A., Makarim, A. F., Haselli, M., & Rafigo, M. (2025). Korelasi Body Age dengan Lemak Tubuh pada Perempuan Dewasa Muda. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 6(1), 28–34.
- Adhani, Z. S. P., Safrudin, & Rajab, W. (2025). Factors Related to Physical Activity Among Non-Regular Students. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 17(2), 1–10.
- Amanati, S., & Jaleha, B. (2022). Hubungan Antara Aktifitas Fisik Terhadap Cardiorespiratory Fitness. *Jurnal Fisioterapi Dan Rehabilitasi*, 7(1), 30–33.
- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep umum populasi dan sampel dalam penelitian. *Jurnal Pilar*, 14(1), 15–31.
- Anggraeni, N., Rosdiana, D. S., Astuti, W., & Fauza, A. (2025). Hubungan Aktivitas Fisik, Kecukupan Energi dan Lemak dengan Obesitas Abdominal pada Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia. *Jurnal Gizi Dietetik*, 4(4), 254–259.
- Bagheri, M., Nouri, M., Kohanmoo, A., Homayounfar, R., & Akhlaghi, M. (2025). The Influence of Gender and Waist Circumference in the Association of Body Fat with Cardiometabolic Diseases. *BMC Nutrition*, 11(24), 1–10.
- Baldelli, S., Aiello, G., Martino, E. M. Di, Campaci, D., Muthanna, F. M. S., & Lombardo, M. (2024). The Role of Adipose Tissue and Nutrition in the Regulation of Adiponectin. *Nutrients*, 16(15), 1–34.
- [BPS] Badan Pusat Statistik. (2025a). *Persentase Rumah Tangga menurut Provinsi, Jenis Kelamin Kepala Rumah Tangga, dan Banyaknya Anggota Rumah Tangga, 2009-2025*. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/1/MTYwMyMx/persentase-rumah-tangga-menurut-provinsi--jenis-kelamin-kepala-rumah-tangga--dan-banyaknya-anggota-rumah-tangga--2009-2025.html>
- [BPS] Badan Pusat Statistik. (2025b). Statistik Pendapatan Agustus. *Badan Pusat Statistik* (Vol. 12, Issue 2).
- Brown, Judith E. (2017). *Nutrition Through the Life Cycle* (6th Ed). Cengage Learning. University of Minnesota.
- Firdaus, N. V., Ardyanto, T. D., & Qadrijati, I. (2023). Relative Fat Mass and Bioelectrical Impedance Analysis to Measure Body Fat Percentage in

- Adolescents. *Jurnal Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, 33(3), 117–122.
- Handoyo, T. R., Reihana, E., Guanse, Y., Purwati, Hasbullah, Z. R., Hanim, A. U., Supit, T. M., & Opur, H. G. M. H. (2025). Edukasi Lipid pada Siswa Sekolah Dasar: Peningkatan Pemahaman melalui Pengabdian Masyarakat. *Jurnal Pandawa : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 45–49.
- Huayi, Z., Gang, X., Laiyuan, L., & Hui, H. (2023). Age- and Sex-Related Trends in Body Composition Among Beijing Adults Aged 20–60 Years: A Cross-Sectional Study. *BMC Public Health*, 23(1), 1–14.
- Intan, S. E. N., Palupi, N. S., & Prangdimurti, E. (2021). Tingkat Asupan Makronutrien dan Gaya Hidup terhadap Risiko terjadinya Obesitas di Lima Provinsi di Indonesia. *Jurnal Mutu Pangan*, 8(2), 88–96.
- Johari, M. H. Q., Dzakhsari, M. I. H., Roslim, N. A., Noor, S. M. M., Rahim, M., & Ahmad, A. (2025). Association between Body Weight, Body Composition, Cardiovascular Health and Physical Activity Level in Terengganu Adults. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 20(Supp.1), 63–70.
- Kagami, T. P. (2025). Tren Penggunaan Metode Penilaian Konsumsi Pangan pada Remaja di Indonesia : A Narrative Review. *Jurnal Kesmas Dan Gizi*, 8(1), 343–353.
- [Kemenkes RI] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Mengenal Jenis Aktivitas Fisik*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/mengenal-jenis-aktivitas-fisik>
- [Kemenkes RI] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia 2023*.
- [Kemenkes RI] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Nasional. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*. [https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf](https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan%20Riskesdas%202018%20Nasional.pdf)
- [Kemenkes RI] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI) 2019*. https://www.andrafarm.com/_andra.php?_i=daftar-tkpi
- Kivimäki, M., Batty, G. D., & Singh-Manoux, A. (2020). Association between socioeconomic status and health outcomes. *The Lancet Public Health*, 5(3), e140–e149.
- Lemeshow, S., & Hosmer, D. W. (1997). *Applied Logistic Regression* (2nd ed.). John Wiley & Sons.

- Leung, L. Y. L., Tam, H. L., & Ho, J. K. M. (2025). Effects of ketogenic and low-carbohydrate diets on the body composition of adults with overweight or obesity: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Clinical Nutrition*, 46, 10–18.
- Limbong, M. N. A., & Malinti, E. (2023). Hubungan Indeks Masa Tubuh dengan Persen Lemak Tubuh dan Lemak *Visceral* pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan. *Nutrix Journal*, 7(1), 43–49.
- Liu, Z., Xiao, T., & Liu, H. (2023). Leptin Signaling and its Central Role in Energy Homeostasis. *Frontiers in Neuroscience*, 17(1), 1–13.
- Loos, R. J. F., & Yeo, G. S. H. (2022). The genetics of obesity: From discovery to biology. *Nature Reviews Genetics*, 23(2), 120–133.
- 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.
- Mulyani, S. D., Wahyani, A. D., & Ratnasari, D. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik , Frekuensi Latihan Senam Dan Asupan Makan Dengan Massa Lemak Pada Kelompok Senam Aerobik Sanggar Senam Poespyta Desa Cigedog. *Jurnal Ilmiah Gizi Dan Kesehatan (JIGK)*, 5(01), 22–28.
- Muslihin, H. Y., Loita, A., & Nurjanah, D. S. (2022). *Instrumen Penelitian Tindakan Kelas untuk Peningkatan Motorik Halus Anak*. 6(1), 99–106.
- [NCBI] National Center for Biotechnology Information. (2024). *Calories: Total Macronutrient Intake, Energy Expenditure, and Net Energy Stores*. U.S. National Library of Medicine.
- Ningsih, S. M., Zuka, F., Sitorus, M. E. J., Nababan, D., Manurung, J., & Brahmana, N. E. br. (2024). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kunjungan Pemeliharaan Kesehatan Gigi dan Mulut pada Siswa SD di Puskesmas Hamparan Perak Kecamatan Hamparan Perak Kabupaten Deli Serdang. *PREPOTIF : Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(3), 4930–4953.
- Nirwana, N. H. P., Sugiarto, A. T., Laili, I. N., Wulandari, P., Faizin, A. A. I., & Dzulkarnain, S. A. (2023). Peran Lipid pada Reseptor X Hati (LXR). *Indonesian Chemistry and Application Journal*, 6(2), 1–8.
- Nurulhaq, T., Hadyani, E. M., Nurfadilah, R. A., & Ikrimah, A. L. M. (2024). August 17th commemoration as an event promoting of healthy lifestyle in Margaasih. *Journal of Community Services (Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 2(2), 255–266.
- Peng, Y., Zhao, L., Li, M., Liu, Y., Shi, Y., & Zhang, J. (2024). Plasticity of

Adipose Tissues: Interconversion among White, Brown, and Beige Fat and Its Role in Energy Homeostasis. *Biomolecules*, 14(4).

Penggalih, M. H. S. T., Pratiwi, D., Solichah, K. M., & Dewinta, M. C. N. (2019). *Pengukuran antropometri pada atlet*. Dalam M. H. S. T. Penggalih (Ed.), *Sistem energi, antropometri, dan asupan makan atlet*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.

[PERSAGI] Persatuan Ahli Gizi Indonesia. (2023). *Penuntun Diet dan Terapi Gizi* (Edisi 4). EGC.

Potter, A. W., Chin, G. C., Looney, D. P., & Friedl, K. E. (2025). Defining Overweight and Obesity by Percent Body Fat Instead of Body Mass Index. *The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism*, 110(4), 1103–1107.

Prayoga, T. S., & Suliadi. (2024). Korelasi Rank-Spearman pada Hubungan Beberapa Variabel Produk Domestik Regional Bruto. *Jurnal Riset Statistika (JRS)*, 4(2), 137–144.

Priyana, A., Santoso, A. H., Gunaidi, F. C., Harsono, A., & Evelyn. (2025). Upaya Pencegahan Obesitas pada Kelompok Usia Produktif melalui Edukasi Gizi dan Pemeriksaan Komposisi Tubuh. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(3), 248–255.

Rahayuningsih, A. N., & Muniroh, L. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik, Asupan Kalsium dan Lemak dengan Obesitas Sentral pada Tenaga Kerja Perkantoran. *Media Gizi Kesmas*, 11(2), 351–357.

Rahman, M. M., Salikunna, N. A., Sumarni, Wahyuni, R. D., Badaruddin, R., Ramadhan, M. Z., & Arief, A. (2021). Hubungan Asupan Lemak Terhadap Presentase Lemak Tubuh Mahasiswa Kedokteran Universitas Tadulako Angkatan 2019. *Jurnal Kesehatan Tadulako*, 7(1), 21–29.

Rahmi, & Nasution, S. D. (2023). Peran Leptin Dalam Metabolisme. *Jurnal Pandu Husada*, 4(2), 35–40.

Salim, B. R. K., Wihandani, D. M., & Dewi, N. N. A. (2021). Obesitas Sebagai Faktor Risiko Terjadinya Peningkatan Kadar Trigliserida dalam Darah: Tinjauan Pustaka. *Intisari Sains Medis*, 12(2), 519–523.

Saunders, T. J., McIsaac, T., Douillette, K., Gaulton, N., Hunter, S., Rhodes, R. E., & Carson, V. (2020). Sedentary behaviour and health in adults: An overview of systematic reviews. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 45(10), S197–S217.

Scaranni, P. de O. da S., Griep, R. H., Pitanga, F. J. G., Barreto, S. M., Matos, S. M. A., & Fonseca, M. de J. M. da. (2023). Work from home and the association with sedentary behaviors , leisure-time and domestic physical

- activity in the ELSA- Brasil study. *BMC Public Health*, 23(305), 1–10.
- Si, J., Kang, L., & Liu, Y. (2024). Association between Body Fat Percentage and Cardiometabolic Diseases in General Population. *Endocr Metab Immune Disord Drug Targets*, 24(12), 1395–1400.
- Silaban, R. M. B. (2025). Hubungan Tingkat Kecukupan Energi dan Aktivitas Fisik dengan Persen Lemak Tubuh pada Mahasiswi Jurusan Pendidikan Kesejahteraan Keluarga di Universitas Negeri Medan. *Skripsi*.
- Sofya, A., Novita, N. C., Afgani, M. W., & Isnaini, M. (2024). Metode Survey : Explanatory Survey dan Cross Sectional dalam Penelitian Kuantitatif. *Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial, Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 1695–1708.
- Sruthi, K. G., Aditya, C., Panda, P., Ranjan Mohanty, J., & Behera, M. R. (2025). Prevalence of normal weight obesity among adults in Southeast Asia: Insights from a systematic review and meta-analysis. *Metabolism Open*, 28(9), 100416.
- Susantini, P. (2021). Hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan Persen Lemak Tubuh, dan Lemak Visceral di Kota Semarang. *Jurnal Gizi Unimus*, 10(1), 51–59.
- Syagata, A. S., Shafriani, N. R., Khairani, K., Martuti, S., Widyantara, A. B., Muslikah, E. D., & Raharjo, F. A. (2025). Total Lemak Tubuh Hasil Pengukuran Bioelectrical Impedance Analysis Berhubungan dengan Status Gizi pada Remaja Awal di Kota Yogyakarta, Indonesia. *Amerta Nutrition*, 9(1), 14–20.
- Szabó, É. (2025). Dietary Fatty Acids and Metabolic Health. *Nutrients*, 17(15), 2512.
- Tang, Y., Ruan, S., Zhou, X., Chen, J., Wu, X., & Zhu, Q. (2025). Determinants Impacting Daily Physical Activity Levels Among Chinese Adults and Its Association with Obesity. *Healthcare*, 13(23), 1–16.
- Thesman, I. B., Indarto, D., & Suselo, Y. H. (2025). Relationship of Dietary Intake and Physical Activity with Body Composition in Adults: A Case-Control Study. *Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, 35(3), 1036–1046.
- [WHO] World Health Organization. (2024). *Physical activity*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- [WHO] World Health Organization. (2021). *Global Physical Activity Questionnaire Analysis Guide GPAQ Analysis Guide Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) Analysis Guide*.

<http://www.who.int/chp/steps/GPAQ/en/index.html>

[WHO] World Health Organization. (2024). *Physical activity*.
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

[WHO] World Health Organization. (2025). *Obesity and overweight*.
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>

Xu, F., Greene, G. W., Earp, J. E., Adami, A., Delmonico, M. J., Lofgren, I. E., & Greaney, M. L. (2020). Relationships of Physical Activity and Diet Quality with Body Composition and Fat Distribution in US Adults. *Obesity*, 28(12), 2431–2440.

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.

Zou, Q., Su, C., Du, W., Ouyang, Y., Wang, H., Wang, Z., Ding, G., & Zhang, B. (2020). The association between physical activity and body fat percentage with adjustment for body mass index among middle-aged adults : China health and nutrition survey in 2015. *BMC Public Health*, 1–12.