

DAFTAR PUSTAKA

- Adriyani, N. (2019). *Kebutuhan gizi remaja dalam masa pertumbuhan*. Jurnal Gizi dan Kesehatan, 12(2), 45-53.
- Afandi, M. K., & Avandi, R. I. (2022). Pola Konsumsi Zat Gizi Makro dan Aktivitas Fisik Anak Usia 13-15 Tahun (Studi Pada Pemain Futsal Putra SMP Negeri 5 Sidoarjo). *Journal of Sport and Exercise Science*, 5(1), 15–25.
- Almatsier, S. (2013). *Prinsip dasar ilmu gizi* (Edisi revisi). Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Amaliyah, Maya, Rahayu Dewi Soeyono, Luthfiyah Nurlaela, and Dwi Kritiastuti. 2021. “Pola Konsumsi Makan Remaja Di Masa Pandemi Covid-19.” *Jurnal Tata Boga* 10(1): 129–37
- Anissa, N. F., & Dewi, A. M. (2021). *Peran protein dalam pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan tubuh manusia*. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 9(1), 45–52.
- Arifiyanti, A. D. (2016). Hubungan asupan energi dan lemak dengan status gizi pada remaja putri di pondok pesantren ta'mirul islam surakarta. Universitas Muhammadiyah Surakarta, 19.
- Arista, R., Sutrisna, A., & Mulyani, E. (2021). *Hubungan pengetahuan gizi dan pola makan dengan status gizi pada remaja*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 123–130.
- Ariyaningtiyas, R. (2019). Hubungan Citra Tubuh Dan Konsumsi Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Remaja Putri Di SMK Muhammadiyah 5 Surakarta. Skripsi. Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan PKU. Muhammadiyah Surakarta, 1–147.
- Budiman, Lia Aprilia, Rosiyana Rosiyana, Annisa Sekar Sari, Sherli Jesinata Safitri, Rizky Dwi Prasetyo, Hasna Alya Rizqina, Irma Sri Neng I Kasim, and Viona Mona Indriany Korwa. 2021. “Analisis Status Gizi Menggunakan Pengukuran Indeks Massa Tubuh Dan Beban Kerja Dengan Metode 10 Denyut Pada Tenaga Kesehatan.” *Nutrizione: Nutrition Research And Development Journal* 1(1): 6–15.

doi:10.15294/nutrizione.v1i1.48359.

Candra Aryu. (2020). *Pemeriksaan status gizi*. Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro.

Centers for Disease Control and Prevention. (2023, April 17). *The health effects of overweight and obesity*. U.S. Department of Health & Human Services. <https://www.cdc.gov/obesity/basics/health-effects.html>

Desfita, S., Azzahra, M., Zulriyanti, N., Putri, M. N., & Anggraini, S. (2024). Pengukuran Status Gizi pada Siswa SMPN 48 Kota Pekanbaru dengan Menggunakan Indeks IMT/U dan Rasio Lingkar Pinggang terhadap Tinggi Badan. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas*, 4(2). DOI: 10.25311/jpkk.Vol4.Iss2.1887.

Desthi, R. A., & Rini, N. (2019). *Karbohidrat sebagai sumber energi utama tubuh*. *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia*, 4(2), 76–82.

Dewi, K. W. K., Witarini, K. A., Arimbawa, I. M., Karyana, I. P. G., Nesa, N. N. M., & Ariawati, K. (2017). *Panduan belajar koas: Ilmu kesehatan anak* (Edisi pertama, hlm. 58–62). Denpasar: Udayana University Press.

Dewi, P. L. P., & Kartini, A. (2017). Hubungan Pengetahuan Gizi, Aktivitas Fisik dan Asupan Energi, Asupan Lemak dengan Kejadian Obesitas pada Remaja SMP. *Journal of Nutrition College*, 6(3), 257

Fauziah, P., Kartini, K., & Hikmah, H. (2022). Hubungan regulasi emosi dengan intensitas nyeri dismenore primer di SMA Negeri 7 Tangerang. *IMJ (Indonesian Midwifery Journal)*, 5(1).

Fitriana, Dardjito, and Putri (2022)Adriyani, Novia. 2019. “Perbedaan Status Gizi Dan Kebiasaan Sarapan Remaja SMA Urban Dan Rural.”

Fitriana, Vina Dina, Endo Dardjito, and Widya Ayu Kurnia Putri. 2022. “Hubungan Tingkat Stres Dengan Asupan Zat Gizi Makro Dan Pola Konsumsi Makanan Pada Mahasiswi Tingkat Akhir.” *Journal of Nutrition College* 11(3): 204–10. doi:10.14710/jnc.v11i3.32235.

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. *Journal Health & Science: Gorontalo Journal Health and Science*

- Community, 4(1), 29–38.
- Hafiza and Mawarpury 2018; Rokhmah, Muniroh, and Nindya 2017; Rumida and Doloksaribu 2021
- Hafiza, Sarah, and Marty Mawarpury. 2018. “Pemaknaan Kebahagiaan Oleh Remaja Broken Home.” *Psymphathic : Jurnal Ilmiah Psikologi* 5(1): 59–66. doi:10.15575/psy.v5i1.1956.
- Harjatmo (Harjatmo, T., Holil, M., & Sugeng W. (2017). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta : Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Hasanusi, Harmathilda. 2019. “Penalaran Moral Dalam Mencegah Delikueni.” *Jurnal Qiro'ah* 9(1): 1–16.
- Hayati, Aslis Wirda. 2021. *Hidup Sehat: Gizi Seimbang dalam Siklus Kehidupan Manusia Gizi Seimbang Untuk Remaja : Cegah Stunting*. Uwais Inspirasi Indonesia.
- Heslin, M., & McNulty, B. (2023). *Adolescent nutrition and health: characteristics, risk factors and opportunities of an overlooked life stage. Proceedings of the Nutrition Society*, 82(2), 142–156. <https://doi.org/10.1017/S0029665123002689>
- Irfani Lindawati, Y., & Ridho Utami, N. (2021). Hubungan pola asuh orangtua terhadap emosi remaja. *Jurnal Sosial Sains*, 1(8). <https://doi.org/10.36418/sosains.v1i8.180>
- Irwanda, M., Suryani, D., Krisnasary, A., & Yandrizal. (2023). Gambaran Asupan Energi, Zat Gizi Makro, dan Status Gizi Remaja di SMP N 14 Kota Bengkulu Tahun 2022. *Aksara: Journal of Non-Formal Education*, 9(1), 199-208. DOI: 10.37905/aksara.9.1.199-208.2023
- Jones, S., & Thornton, J. M. (2017). Principles of protein-protein interactions. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 93(1), 13–20. <https://doi.org/10.1073/pnas.93.1.13>
- Kadir, S. (2019). Hubungan asupan zat gizi makro dari sarapan dengan status gizi siswa. *Jambura Journal of Health Sciences and Research*, 1(1), 1–6. <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jjhsr/article/view/1783>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2013). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 75 Tahun 2013 tentang Angka Kecukupan

- Gizi yang Dianjurkan bagi Bangsa Indonesia. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Tabel Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia*. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat, Kemenkes RI.
- Khoerunisa, R., & Istianah, N. (2021). *Hubungan asupan zat gizi makro dengan status gizi pada remaja di SMP Negeri 1 Taman*. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 13(2), 89–95.
- Kim, O. Y., Kim, E. M., & Chung, S. (2020) diterbitkan dalam jurnal *Nutrients*.
- Kurniasih, D. (2010). *Gizi seimbang untuk remaja*. Jakarta: Mitra Cendikia Press.
- Kusumaningrum, Riska. 2017. “Hubungan Asupan Energi Dan Protein Dengan Status Gizi Anak MIN Keitang Nogosari Boyolali.” : 1–14.
- Listianasari, Y., & Putra, A. F. E. (2023, Desember 30). *Asupan Karbohidrat dan Aktivitas Fisik pada Siswa SMP dengan Status Gizi Gemuk di Kota Tasikmalaya*. JGK: Jurnal Gizi dan Kesehatan, 3(2), 73-81. <https://doi.org/10.36086/jgk.v3i2.1961>
- Marlenywati, M., Saleh, I., & Lestari, P. (2017). Gambaran Asupan Zat Gizi Makro dan Mikro, Sisa Makanan, Status Gizi Dan Tingkat Kepuasan Mutu Hidangan Santri Pada Sistem Penyelenggaraan Makanan (studi Disekolah Menengah Atas Islam Terpadu Al-Fityan Kabupaten Kuburaya). *Jumantik*, 4(2), 1–10.
- Martinez, P., et al. (2021). *Protein intake and nutritional status in adolescents*.
- Mawarni, Elita Endah. 2018. “Edukasi Gizi ”Pentingnya Sarapan Sehat Bagi Anak Sekolah”.” *Warta Pengabdian* 11(4): 97–107. doi:10.19184/wrtp.v11i4.7238.
- Nurfaidah, N., Asikin, A. M., Alimuddin, H., & Alam, N. (2023). *Hubungan konsumsi fast food dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 5 Makassar*. *Al GIZZAI: Public Health Nutrition Journal*, 5(1), xx–xx. <https://doi.org/10.24252/algizzai.v5i1.54224>.
- Permenkes. 2020. *Angka Kecukupan Gizi*.
- Proverawati, A. (2010). *Gizi untuk remaja dan wanita hamil*. Jakarta: Nuha Medika.

- Purnamasari, Indyah. 2013. *Pengetahuan Dan Sikap Pada Makan Pagi Dan Jajan Siswa Kelas XI Program Studi Keahlian Tata Boga SMK N 3 Klaten*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Rahmayanti, Andra, Yanuarti Petrika, and Iman Jaladri. 2024. "Gambaran Asupan Zat Gizi Makro Dan Status Gizi Pada Remaja Di Sma Negeri 1 Sungai Ambawang Description of Macronutrient Intake and Nutritional Status in Adolescents At 1 Sungai Ambawang High School." 1.
- Ramadani, Anisa. 2017. "Hubungan Jenis, Jumlah Dan Frekuensi Makan Dengan Pola Buang Air Besar Dan Keluhan Pencernaan Pada Mahasiswa Muslim Saat Puasa Ramadhan." *Skripsi Universitas Airlangga*: 1–110.
- Rokhmah, Faizzatur, Lailatul Muniroh, and Triska Susila Nindya. 2017. "Hubungan Tingkat Kecukupan Energi Dan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Siswi Sma Di Pondok Pesantren Al-Izzah Kota Batu." *Media Gizi Indonesia* 11(1): 94. doi:10.20473/mgi.v11i1.94-100.
- Rorimpandei, C. C., & Kapantow, N. H. (2020). *Hubungan Antara Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi pada Remaja Putri Di Desa Kayuuwi Dan Kayuuwi Satu Kecamatan Kawangkoan Barat*. Kesmas, 9(4), 125–130.
- Rumida, and Lusyana Gloria Doloksaribu. 2021. "Pola Makan Dan Status Gizi Remaja Di SMP Budi Murni 2 Medan." *Wahana Inovasi* 10(1): 26–30.
- Sarwono, S. W. (2011). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sayogo, S. (2006). *Kebutuhan gizi khusus pada remaja aktif secara fisik dan kondisi kesehatan tertentu*. Dalam *Ilmu Gizi Olahraga* (hal. 85–86). Jakarta: Binarupa Aksara.
- Sucita Dewi, I Gusti Ayu Mirah, and Luh Seriani. 2015. "Gambaran Status Nutrisi, Pola Konsumsi Sarapan Dan Cemilan Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 1 Gianyar." *Intisari Sains Medis* 3(1): 76. doi:10.15562/ism.v3i1.70.
- Suhardjo. (2005). *Ilmu gizi: Teori dan aplikasi*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Suhardjo. (2008). *Perencanaan pangan dan gizi*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Utama, aditia edy. (2017). *Gambaran Status Gizi, Asupan Gizi Makro, Aktivitas Fisik, Pengetahuan Praktik Gizi Seimbang Pada Remaja Di Pulau Barrang Lompom Makassar*. 1–14.

- Utari, L. D., Ernalina, Y., & Suyanto. (2016). Gambaran status gizi dan asupan zat gizi pada siswa sekolah dasar di Sungai Sembilan Kota Dumai. *Jom Fk*, 3(1), 1–17.
- Vevi, M., & Lering, D. (2019). Gambaran Asupan Energi Zat Gizi Makro Dan Status Gizi Pada Anak SD Negeri Tuadale Kelas 4,5, Dan 6
- World Health Organization (WHO). (2021). *Obesity and overweight*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Wijianto, et al. (2023). Edukasi Gizi Seimbang dan Lomba Menu sebagai Upaya Pencegahan Triple Burden of Malnutrition. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(3), 878–885. DOI: 10.33860/pjpm.v4i3.3291.
- Yang, B., Tang, C., Shi, Z., & Gao, L. (2023). Association of macronutrients intake with body composition and sarcopenic obesity in children and adolescents: A population-based analysis of the National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES) 2011–2018. *Nutrients*, 15(10), 2307. <https://doi.org/10.3390/nu15102307>
- Yusnira, & Lestari, F. (2020). *Hubungan asupan energi dengan kejadian overweight pada siswa SMK di Bangkinang*. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 6(3), 123–129. <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol6.Iss3.413>
- Zhafirah, Nurlailie. 2018. *Hubungan Kebiasaan Sarapan Bergizi Dengan Konsentrasi Belajar Siswa Kelas III MI Al-Hikmah Pasar Minggu*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta.
- Zurrahmi. (2020). Gambaran Status Gizi Pada Remaja Putri Di Sman 1 Bangkinang Kota Tahun 2019.