

DAFTAR PUSTAKA

- Adawi, M., Watad, A., Brown, S., Aazza, K., Aazza, H., Zouhir, M., ... & Fiordoro, S. (2017). Ramadan fasting exerts immunomodulatory effects: Insights from a systematic review. *Frontiers in immunology*, 8, 1144
- Adriani, M dan Wirjatmadi, B. (2012). Peran Gizi dalam siklus Kehidupan. *Kencana Prenada Media Grop.*
- Adnyani,NKW., N. N. G. (2013). Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas X Putri Kelas X di SMA PGRI 4 DENPASAR. Bali: *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Agita, V, V., Widyastuti, N., Nissa, C. (2018). Asupan Energi Cemilan, Durasi dan Kualitas Tidur Pada Remaja Obesitas Dan Non Obesitas. *Journal of Nutrition College*, 7.
- Agus, I, P., Hita, D. (2020). Efektivitas Metode Latihan Aerobik dan Anaerobik Untuk Menurunkan Tingkat Overweight Obesitas. Yogyakarta: *Jurnal Penjakora.*
- Almatsier, S., Soetardjo, S., Soekatri, M. (2011). Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan. *Repositori Riset Kesehatan Nasional.*
http://perpustakaan.bppsdmk.kemkes.go.id//index.php?p=show_detail&id=1881
- Andita, N., Asna, A. F., & Noerfitri. (2020). Hubungan Tingkat Stres dan Asupan Zat Gizi Makro terhadap Kejadian Kegemukan Remaja Putri SMK di Kota Bekasi. Semarang: *Jurnal Pangan Kesehatan Dan Gizi*, 1(1), 26–37.
- Anggorowati, L. (2013). Faktor Risiko Kanker Payudara Wanita. Bandung: *Jurnal Kesehatan Masyarakat.*
- Anjarwati, R. (2019). HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK DENGAN INDEKS MASSA TUBUH MAHASISWA PJKR SEMESTER 4 DI FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA TAHUN 2019. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta
- Atif, I., Shah, H, B, U., Hasan, M., Satti, M., Maryam, H., Waheed, M., Riaz, S., Batool, F. (2018). Use Of E-Techonology, Physical, Activity, and Obesity Among. *PAFMJ* 68 (6), 1588-93.
- Atika, W., Punuh, M, I., Kapanto, N, H. (2015). HUBUNGAN ANTARA ASUPAN ENERGI DAN ZAT GIZI MAKRO DENGAN STATUS GIZI PADA PELAJAR DI SMP NEGERI 13 KOTA MANADO. *Pharmacon.*
- Bening, S., Margawati, A. (2014). PERBEDAAN PENGETAHUAN GIZI, BODY IMAGE, ASUPAN ENERGI DAN STATUS GIZI PADA MAHASISWI GIZI DAN NON GIZI UNIVERSITAS DIPONEGORO. *Journal of Nutrition College*, 3.
- Betaditya, D., A Citra, F., R Ratna, G., S Puri, Y., W Mangestika, R., Nabila, N., Listyawardhani, Y., Nugroho, A. 2022. Gambaran Pola Makan Sebelum dan Sesudah Puasa Ramadan pada Mahasiswa Overweight di Universitas Jenderal Soedirman. Tanjungkarang: *Jurnal Gizi dan Keluarga.*
- Betteng, R. (2014). Analisis Faktor Resiko Penyebab Terjadinya Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Wanita Usia Produktif Dipuskesmas Wawonasa. Manado: *Jurnal E-Biomedik*, 2(2). <https://doi.org/10.35790/ebm.2.2.2014.4554>

- Claudia, W., & Marnelly, T. R. (2016). Konsep Diri Remaja Putri Obesitas. Pekanbaru: *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Riau*, 3(2), 1–14. <https://www.neliti.com/id/publications/186532/konsep-diri-remaja-putri-obesitas>
- Dalen, J., Smith, B. W., Shelley, B. M., Sloan, A. L., Leahigh, L., & Begay, D. (2010). Pilot study: Mindful Eating and Living (MEAL): Weight, eating behavior, and psychological outcomes associated with a mindfulness-based intervention for people with obesity. *Complementary Therapies in Medicine*, 18(6), 260–264. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2010.09.008>
- DAMAYANTI, A. E. (2016). Hubungan Citra Tubuh, Aktivitas Fisik, Dan Pengetahuan Gizi Seimbang Dengan Status Gizi Remaja Putri. Surabaya: *Universitas Airlangga*. <http://repository.unair.ac.id/46573/>
- Diana. (2015). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien yang Berobat di poliklinik Dewasa Puskesmas Bakinang Periode Januari sampai Juni. Pekanbaru Riau.
- Diba, N, F., Pudjirahaju, A., Komalyna, I, N, T. (2020). Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang dengan Media Booklet Terhadap Pengetahuan, Sikap, Pola Makan, Aktifitas Fisik dan Berat Badan Remaja Overweight SMPN 1 Malang. *JURNAL NUTRITURE*, 1.
- Dieny. (2014). *Permasalahan Gizi Pada Remaja Putri*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Dipiro J, Schwinghammer T, and W. B. (2015). *Pharmacotherapy Handbook 9th edition. United State of America: The McGraw-Hill Companies*
- DR. Sunita Almatsier, M. S. (2004). Jakarta: *Penuntun Diet Edisi Baru*.
- Dwi, K., Putri, K., & Palupi, K. C. (2020). *Pengaruh Edukasi Gizi Mindful Eating Semi Online (MESO) Terhadap Berat Badan, Asupan Zat Gizi Makro, Mindful Eating Pada Pekerja Dengan Gizi Lebih*. Jakarta : *Nutrire Diaita 12(2)*, 60–67.
- Dwiningsih. Pramono, A. (2013). PERBEDAAN ASUPAN ENERGI, PROTEIN, LEMAK, KARBOHIDRAT DAN STATUS GIZI PADA REMAJA YANG TINGGAL DI WILAYAH PERKOTAAN DAN PEDESAAN. *Journal of Nutrition College*, 2.
- Dwi Safitri, N, R., Fitranti, D, Y. (2016). PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN CERAMAH DAN BOOKLET TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN SIKAP GIZI REMAJA OVERWEIGHT. Semarang: *Journal of Nutrition College*
- Effendy, S. (2017). Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Obesitas Berdasarkan Body Fat Percentage Di Dusun Tanjung, Desa Banjaroyo, Kalibawang, Kulon Progo, Yogyakarta. Yogyakarta: *Universitas Sanata Dharma*
- Ernawati. (2019). HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI Di Desa Paringan Kecamatan Jenangan. Ponorogo: *Universitas Muhammadiyah Ponorogo*
- Erwinanto, Anwar, S., Nugroho, E.P., Pradana, T., Rurus, S., Sodikur, R., & Sutono, K. (2013). *Pedoman Tatalaksana Dislipidemia edisi ke-1. Centra Communication*.
- Farida., Sari, H, P., Sulistyning, A, R., Zaki, I. (2019). Pengaruh Pendidikan Gizi terhadap Sikap, Asupan Zat Gizi Makro, dan Air pada Anggota Pramuka. *Jurnal Gizi, Pangan Dan Aplikasinya*, 3

- Fatimah, S. N., Purba, A., Rusmil, K., Nugraha, G. I. (2016). Status gizi, asupan energi, dan serat sebagai faktor risiko kardiometabolik pada remaja pendek. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*.
- Fatmawati, I. (2019). Asupan gula sederhana sebagai faktor risiko obesitas pada siswa-siswi sekolah menengah pertama di Kecamatan Pamulang, Kota Tangerang Selatan. *Ilmu Gizi Indonesia*, 2.
- Firdaus. (2016). Efektivitas Penggunaan Media Audio-Visual dalam Pembelajaran Sains. *Jurnal Kajian Pendidikan Sains*.
- Fulwiler, C., Brewer, J. A., Sinnott, S., & Loucks, E. B. (2015). Mindfulness-Based Interventions for Weight Loss and CVD Risk Management. *Current Cardiovascular Risk Reports*, 9(10). <https://doi.org/10.1007/s12170-015-0474-1>
- Habut, M. Y., Nurmawan, I. P. S., & Wiryanthini, I. A. D. (2018). Relationship of Body Mass Index and Physical Activity for Dynamic Balance. *Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia*, 2, 45–51.
- Hemmingsson, E. (2014). A New Model of The Role of Psychological and Emotional Distress In Promoting Obesity: Implications For Treatment and Prevention. *Obesity Reviews*.
- Hendra, C., Manampiring, A. E., & Budiarmo, F. (2016). Faktor-Faktor Risiko Terhadap Obesitas Pada Remaja Di Kota Bitung. Manado: *Media Gizi Pangan*, 33–40.
- Hendrayati, Salmiah, & Rauf, S. (2010). Pengetahuan Gizi, Pola Makan dan Status Gizi Siswa SMP Negeri 4 Tompobulu. Makassar: *Media Gizi Pangan*, IX, 33–40.
- Hidayati, S. N., Hadi, H., Lestariana, W. (2016). Hubungan asupan zat gizi dan indeks massa tubuh dengan hiperlipidemia pada murid SLTP yang obesitas di Yogyakarta. *Sari Pediatri*.
- Hilmia, M. (2020). Hubungan mindful eating dan kesehatan mental mahasiswa perguruan tinggi negeri di kota Malang. Malang: *Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*
- IPAQ Research Committee. (2005). *Guidelines for the data processing and analysis of the International Physical Activity Questionnaire*.
- Irdianty, M. S., Sudargo, T., Hakimi, M. (2016). Aktivitas fisik dan konsumsi camilan pada remaja obesitas di pedesaan dan perkotaan Kabupaten Bantul. Yogyakarta: Berita Kedokteran Masyarakat
- Istiono, W., Suryadi, H., Haris, M., Irnizarifka., Tahitoe, A. D., Hasdianda, M. A., Fitria, T., Sidabutar, T.I, R. (2009). ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STATUS GIZI BALITA. Yogyakarta: Berita Kedokteran Masyarakat.
- Jaelani, M., L Dwi, M., Yuliah R, A., Ambarwati, R. (2018). Efektifitas Aktivitas Peer Group terhadap Penurunan Berat Badan dan Porsen Lemak Tubuh pada Remaja Overweight. Malang: *Jurnal Kedokteran Brawijaya*
- Jihan, N, M., Prasetyaningati, D., Rahmawati, A. (2020). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja: Literature Review. Jombang: *STIKes Insan Cendekia Medika Jombang*.

- Kemenkes RI. (2012). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2012*.
- Kemenkes RI. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: *Direktorat Jendral Bina Gizi Dan Kesehatan Ibu Dan Anak*.
- Kemenkes RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Jakarta.
- Kharismawati, R. (2010). Hubungan Tingkat Asupan Energi, Protein, Lemak, Karbohidrat, Dan Serat Dengan Status Obesitas Pada Siswa SD. *UNDIP*.
- Komara, Z, Z. (2019). PENDIDIKAN GIZI SEIMBANG DENGAN MEDIA VIDEO LAGU TERHADAP PENGETAHUAN DAN PERILAKU SISWA SDN CICALENGKA VIII. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung, 11*.
- Krismawati, L, D, E., Andayani, NLP., Wahyuni, N. (2019). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) Pada Remaja Usia 16-18 Tahun di SMA Negeri 2 Denpasar. Bali: *Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia*.
- Kurdanti, W., Suryani, I., Syamsiatun, N. H., Siwi, L. P., Adityanti, M. M., M., & D., & Sholihah, K. I. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian obesitas pada remaja. Yogyakarta: *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*.
- Kustandi dan Sutjipto, B. (2013). *Media Pembelajaran Manual dan Digital Edisi Kedua*. *Ghalia Indonesia*.
- Kusumawati, R. (2010). Hubungan Tingkat Keparahan Karies Gigi Dengan Status Gizi Siswa Kelas Dua SDN 01 Ciangsana Desa Ciangsana Kabupaten Bogor Tahun 2010. *Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta*.
- Lakshmi, B. S., & Herianto, F. (2018). Komunikasi Informasi Edukasi Penyakit Jantung Pada Remaja Obesitas. Jakarta: *Universitas Muhammadiyah Prof.Dr.HAMKA 07(1)*, 51–58.
- Laverack, G. (2017). The Challenge of Behaviour Change and Health Promotion. *Challenges, 8(2)*, 25. <https://doi.org/10.3390/challe8020025>
- Lestari, E., Dieny, F, F. (2016). PENGARUH KONSELING GIZI SEBAYA TERHADAP ASUPAN SERAT DAN LEMAK JENUH PADA REMAJA OBESITAS DI SEMARANG. *Journal of Nutrition College, 5*.
- Liyanagedera, S., Williams, R, P., Veraldi, S., Nobili, V. (2017). The Pharmacological Management of NAFLD in Children and Adolescents. *Expert Review of Clinical Pharmacology*.
- Liwanto, G., Santoso, A, H. (2021). HUBUNGAN ASUPAN GULA DALAM MINUMAN BERSODA DENGAN OBESITAS PADA MAHASISWA/I FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS TARUMANAGARA. *Jurnal Muara Medika dan Psikologi Klinis*
- Loliana, N., Nadhiroh, S, R. (2015). ASUPAN DAN KECUKUPAN GIZI ANTARA REMAJA OBESITAS DENGAN NON OBESITAS. *Media Gizi Indonesia, 10*.
- Luciana, M., Bjork, J, M., Nagel, B, J., Barch, D, M., Gonzalez, R., Nixon, S, J., Banich, M, T. (2018). Adolescent neurocognitive development and impacts of substance use: Overview of the adolescent brain cognitive development (ABCD) baseline neurocognition battery. *Developmental Cognitive Neuroscience, 32*, 67–79.
- Mahmud, M, R., Ambarwati, R., Mintarsih, S, N., Prihatin, S., Jaelani, M. (2017). Efektifitas

Edukasi Dengan Media Audiovisual Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Gizi Seimbang. Semarang: Jurnal Online Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang.

- Makaryani, R, Y. (2013). HUBUNGAN KONSUMSI SERAT DENGAN KEJADIAN OVERWEIGHT PADA REMAJA PUTRI SMA BATIK 1 SURAKARTA. *Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Masdar, H., Saputri, P. A., Rosdiana, D., & Chandra, F. (2016). Depresi , ansietas , dan stres serta hubungannya dengan obesitas pada remaja. Riau: *Universitas Riau 12(4)*, 138–143.
- Maslakhah, N, M., Prameswari, G, N. (2022). Pengetahuan Gizi, Kebiasaan Makan, dan Kebiasaan Olahraga dengan Status Gizi Lebih Remaja Putri Usia 16-18 Tahun. Semarang: *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*.
- Masri, E., Ahriyasna, R., Mukhlis, H. (2021). Edukasi Gizi Pada Anak Dan Remaja Keluarga Mahasiswa Gizi Di Berbagai Wilayah Sumatera. Sumatera: *Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis*.
- Merdita, I, G, D, J., Agustini, NLP, I, B., Wulansari, N, T. (2018). Hubungan Kadar Lemak Tubuh Dengan Ketahanan Kardiovaskuler Pada Mahasiswa Tingkat III Ilmu Keperawatan STIKES Bali. Bali: *STTIKes Bali*
- Mestuti H, K., Fitranti, D, Y. (2014). FAKTOR RISIKO KEJADIAN OVERWEIGHT PADA ANAK STUNTING USIA SEKOLAH DASAR DI SEMARANG TIMUR. *Journal of Nutrition College, 3*.
- Monroe, J, T. (2015). Mindful eating: principles and practice. *American Journal of Lifestyle Medicine*. <https://doi.org/10.1177/1559827615569682>
- Mulyani, E, Y., Ummah., Anwar, N. (2020). Peningkatan Pengetahuan Mahasiswa Melalui Edukasi Online Gizi dan Imunitas saat Pandemic Covid-19. Jakarta: Universitas Esa Unggul
- Nelm, M., Kathryn, S., Keren, L., Sara Long, R. (2011). *Nutrition Therapy and Pathophysiology. 2nd Edition USA*.
- Nelson, J. B. (2017). *Mindful Eating: The Art of Presence While You Eat*. 171–174.
- Ningtyas, I., Handayani, D., & Kusumastuty, I. (2018). Pengetahuan Nutrition Facts dan Pemilihan Makanan Kemasan Mahasiswa Obesitas antara Metode Edukasi Personal dan Ceramah. Malang: *Universitas Brawijaya* <https://doi.org/10.20473/amnt.v2.i3.2018.271-282>
- Normayanti., Suparyatmo, J. B., Prayitno, A. (2020). The Effect of Nutrition Education on Body Mass Index, Waist Circumference, Mid-upper Arm Circumference and Blood Pressure in Obese Adolescents. *Electronic Journal of General Medicine, 17*.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi kesehatan dan ilmu perilaku*. Jakarta: *Rineka Cipta*.
- Noviyanti, R, D. (2014). Faktor Risiko Penyebab Meningkatnya Kejadian Stroke Pada Usia Remaja Dan Usia Produktif. Surakarta: *Media Publikasi*.
- Nurhidayat, S. (2010). Faktor Risiko Penyakit Kardiovaskular Pada Remaja Di Ponogoro. Ponorogo: *Jurnal Dunia Keperawatan*
- Nurmasyita, Widjanarko, B., Margawati, A. (2015). Pengaruh Intervensi Pendidikan Gizi

- Terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi, Perubahan Asupan Zat Gizi dan Indeks Massa Tubuh Remaja Kelebihan Berat Badan. Diponegoro: *Jurnal Gizi Indonesia*.
- Pakhri, A., Sukmawati., Nurhasanah. (2018). PENGARUH EDUKASI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN GIZI DAN ASUPAN ENERGI, PROTEIN DAN BESI PADA REMAJA. Makasar: Jurnal Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Makasar
- Palupi, K. C., Anggraini, A., Sa'pang, M., Kuswari, M. (2022). PENGARUH EDUKASI GIZI "EMPIRE" TERHADAP KUALITAS DIET DAN AKTIVITAS FISIK PADA WANITA DENGAN GIZI LEBIH. Jakart: Journal of Nutrition College
- Pamela, I. (2018). Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji Pada Remaja dan Dampaknya Bagi Kesehatan. Surabaya: *Jurnal IKESMA*.
- Parengkuan, R. R., Mayulu, N., Ponidjan, T. (2013). Hubungan Pendapatan Keluarga Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar Di Kota Manado. Manado: *Jurnal Keperawatan UNSRAT*.
- Perdana, F., Madanijah, S., & Ekayanti, I. (2017). PENGEMBANGAN MEDIA EDUKASI GIZI BERBASIS ANDROID DAN WEBSITE SERTA PENGARUHNYA TERHADAP PERILAKU TENTANG GIZI. Bogor: *Jurnal Gizi dan Pangan*
<https://doi.org/10.25182/jgp.2017.12.3.169-178>
- Pramono, A., Muchammad, A. (2014). Pramono et al (2014) menunjukkan bahwa remaja gizi lebih sebagian besar melakukan aktivitas ringan. Semarang: Jurnal Gizi Indonesia
- Pritasari, Damayanti, D., Lestari, N, T. (2017). Gizi Dalam Daur Kehidupan. Jakarta: *Riskesdas*
- Proverawati, A. (2010). Obesitas dan Gangguan Perilaku Makan pada Remaja. Yogyakarta: *Nuha Medika*.
- Putri, K, D, K., Palupi, C, K., Sapang, M. (2020). PENGARUH EDUKASI GIZI MINDFUL EATING SEMI ONLINE (MESO) TERHADAP BERAT BADAN, ASUPAN ZAT GIZI MAKRO, MINDFUL EATING PADA PEKERJA DENGAN GIZI LEBIH. *Nutrire Diaita.*, 12.
- Rahyu, S., Mulyani, S., Perdana, M. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Audiovisual terhadap Tingkat Aktivitas Fisik pada Populasi Berisiko Sindrom Metabolik di Wilayah Kerja Puskesmas Turi. Yogyakarta: Jurnal Keperawatan Klinis dan Komunitas
- Rahayuningtiyas F. (2012). Hubungan Antara Asupan Serat dan Faktor Lainnya dengan Status Gizi Lebih Pada Siswa SMP N 115 Jakarta Selatan. *Universitas Indonesia*.
- RI, K. (2014). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2014. Jakarta.
- RISKESDAS. (2013). Riset Kesehatan Dasar; Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI Tahun 2013. Jakarta: *Laporan Nasional*.
- Ruslie, R. H. (n.d.). ANALISIS REGRESI LOGISTIK UNTUK FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STATUS GIZI REMAJA. Lampung: *Majalah Kedokteran Andalas*.
- Safitri, N, R, D., Fitranti, D, Y. (2016). PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN CERAMAH DAN BOOKLET TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN SIKAP GIZI REMAJA OVERWEIGHT. *Journal of Nutrition College*, 5.

- Sajjadi S. F., Hassanpour, K., Assadi, M., Yousefi, F., Ostovar, A., Nabipour, I., & Rahbar, A. (2018). Effects of Ramadan Fasting on Macronutrient and Micronutrient Intakes: An Essential Lesson for Healthcare Professionals. *J Nutrition Fasting Health*, 6(4), 205-212. doi: 10.22038/jnfh.2019.36737.1160.
- Salam, A. (2010). Faktor Risiko Kejadian Obesitas Pada Remaja. *MKMI*, 6.
- Sari, N. Amran, V, Y, A. (2019). Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Oral dengan Kanker Payudara Wanita Premenopause. Padang: *Universitas Baiturrahmah Padang*.
- Sasmito, P, D. (2021). HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO (KARBOHIDRAT, PROTEIN, LEMAK) DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA UMUR 13-15 TAHUN DI PROPINSI DKI JAKARTA (ANALISIS DATA SEKUNDER RISKESDAS 2010). *Universitas Esa Unggul*, 7
- Sazani, A. (2016). Efektivitas Media Nutrizan Diet Untuk Meningkatkan Pengetahuan Tentang Diet Yang Sehat Pada Remaja Putri SMK Jurusan Kecantikan Di Kota Tegal. Tegal: *Jurnal of Health Education*.
- Sekti, R, M., Fayasari, A. (2019). Edukasi Gizi dengan Media Audiovisual terhadap Pola Konsumsi Sayur Buah pada Remaja SMP di Jakarta Timur. Jakarta Timur: *Jurnal Ilmiah Kesehatan*
- Silaen, S. (2014). Metodologi Penelitian Sosial untuk Penulisan Skripsi dan Tesis. Jakarta: *In Media*.
- Simbolon, D., & Tafrieani, W. (2020). Edukasi Gizi dan Perubahan Berat Badan Remaja Overweight dan Obesitas. Bengkulu: *Jurnal Kesehatan*
- Sitepu, D. L., Opod, H., Pali, C. (2016). Hubungan tingkat kepercayaan diri dengan obesitas pada siswa SMA Negeri 1 Manado. Manado: *Jurnal e-Biomedik*
- Sudargo, T., LM, H.F., Rosiyani, F., Kusmayanti, N. A. 2. (2014). Pola Makan dan Obesitas. Yogyakarta: *Gadjah Mada University Press*.
- Sugiyono. (2012). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&B. Bandung: *Alfabeta*.
- Sugiyono. (2015). Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods). Bandung: *Alfabeta*, 39.
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: *Alfabeta*.
- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: *Alfabeta*.
- Suiraoaka, I, P. (2012). Penyakit Degeneratif. Yogyakarta: *Nuha Medika*.
- Sukraniti, Desak Putu, Taufiqurrahman, dan S. I. (2018). Bahan Ajar Konseling Gizi. Jakarta: *Kementerian Kesehatan RI*.
- Supariasa, I. (2012). Media Pendidikan Kesehatan. Jakarta: *Graha Ilmu*.
- Suryandari, B, D., Widyastuti, N. (2015). HUBUNGAN ASUPAN PROTEIN DENGAN OBESITAS PADA REMAJA. *Journal of Nutrition College*, 4.
- Suryaputra, K., Nadhiroh, S, R. (2012). Perbedaan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Antara Remaja Obesitas Dengan Non Obesitas. *Makara Kesehatan*.
- Susanti, T. (2016). No Title Hubungan Pola Konsumsi Fast Food Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta. Yogyakarta: *Universitas ALMA*

ATA.

- Telisa, I., Hartati, Y., Haripamilu, A, D. (2020). Faktor Risiko Terjadinya Obesitas Pada Remaja SMA. *Faletehan Health Journal*.
- Tienne. A. U, Siagian. A, & S., & E. (2013). Hubungan Status Stres Psikososial dengan Konsumsi Makanan dan Status Gizi Siswa SMU Methodist-8 Medan. Medan: *Jurnal Gizi, Kesehatan Reproduksi Dan Epidemiologi*.
- Tolombot, K, J, M., Manampiring, A, E., J. Kepel, B. (2014). Prevalensi Obesitas Pada Remaja Di SMP Negeri 8 Manado. Manado: *Jurnal E-Biomedik (EBM)*.
- Utami, D, T., Hatijah, N., Shofiya, D. (2016). EFEK AKTIVITAS FISIK TERHADAP STATUS GIZI REMAJA DI SMP MUHAMMADIYAH 5 SURABAYA. Surabaya: *E-Journal Gizikes*
- Wahyuningsih, E. (2014). Hubungan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Pada Anak Kelas V SDN Kadilanggon Wedi Klaten. *Jurnal Involusi Kebidanan, 4*.
- Waluyo, A. (2022). REVIEW PENGARUH MINDFUL EATING TERHADAP KENAIKAN BERAT BADAN DAN PEMILIHAN MAKANAN YANG BURUK AKIBAT TEKANAN PSIKOLOGIS PADA REMAJA DAN ORANG DEWASA. Semarang: Unika Soegijapranata
- Waryana. (2016). Gizi Reproduksi. Yogyakarta: *Pustaka Rihama*.
- WHO. (2017). Obesity and Overweight. In *WHO 2017*.
- Wiardani, N, K. (2016). Buku Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi.
- Widyastuti, R, A., Rosidi, A. (2018). Indeks Massa Tubuh Menurut Umur sebagai Indikator Persen Lemak Tubuh pada Remaja. Semarang: *Jurnal Gizi*.
- World Health Organization. (2018). Obesity and overweight. <http://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/obesityand-overweight> -
- Zogara, A, U. (2021). EDUKASI GIZI MENINGKATKAN PENGETAHUAN DAN SIKAP SISWA SEKOLAH DASAR TENTANG SARAPAN SEHAT. NTT: *CHMK Health Journal*
- Sajjadi S. F., Hassanpour, K., Assadi, M., Yousefi, F., Ostovar, A., Nabipour, I., & Rahbar, A. (2018). Effects of Ramadan Fasting on Macronutrient and Micronutrient Intakes: An Essential Lesson for Healthcare Professionals. *J Nutrition Fasting Health*, 6(4), 205-212. doi: 10.22038/jnfh.2019.36737.1160.
- Adawi, M., Watad, A., Brown, S., Aazza, K., Aazza, H., Zouhir, M., ... & Fiordoro, S. (2017). Ramadan fasting exerts immunomodulatory effects: Insights from a systematic review. *Frontiers in immunology*, 8, 1144

